

Gambaran Strategi Coping pada Perempuan *Emerging Adulthood* yang Mengalami *Toxic Relationship* namun Mempertahankan Hubungan

Daniella Audrey
daniella.audrey.da@gmail.com
Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Widya Mandala
Surabaya

Fransisca Dessi Christanti
dessi@ukwms.ac.id
Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Widya Mandala
Surabaya

Detricia Tedjawidjaja
detricia.t@ukwms.ac.id
Fakultas Psikologi
Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya

Corresponding Author: Daniella Audrey

Received: 5 Mei 2023

Revised: 19 Juni 2023

Accepted: 24 Juni 2023

Abstrak—*Coping* merupakan suatu proses dimana individu berusaha untuk mengelola kesenjangan antara tuntutan (baik dari individu itu sendiri maupun lingkungannya) dengan kemampuan mereka dalam menghadapi situasi yang penuh tekanan. Strategi *coping* banyak dilakukan oleh perempuan *emerging adulthood* yang mengalami *toxic relationship* dalam usaha mempertahankan hubungannya. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan strategi *coping* pada perempuan *emerging adulthood* yang mengalami *toxic relationship* dan berusaha mempertahankan hubungannya. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif studi kasus dan menggunakan analisis tematik deduktif. Pemilihan informan menggunakan teknik *purposive sampling*. Informan dalam penelitian ini terdiri dari tiga informan dengan kriteria pernah mengalami *toxic relationship* dan berusaha mempertahankan hubungannya. Hasil dari penelitian ini menunjukkan terdapat empat tema pokok yaitu bentuk kekerasan selama berpacaran, dampak negatif mengalami kekerasan selama berpacaran, alasan mempertahankan hubungan, dan strategi *coping*. Ketiga informan menggunakan baik *problem-focused coping* maupun *emotion-focused coping* dan kekerasan balik pada pasangan. **Kata Kunci:** strategi *coping*; *toxic relationship*; kekerasan dalam pacaran; perempuan *emerging adulthood*

Abstract—*Coping* is a process in which individuals try to manage the gap between demands (both from the individual and their environment) and their ability to deal with stressful situations. Many coping strategies are used by emerging adult women who experience toxic relationships as an effort to maintain their relationship. This study aims to describe the coping strategies of emerging adult women who experience toxic relationships and try to maintain their relationships. This study uses case study qualitative methods and deductive thematic analysis. Selection of informants using purposive sampling technique. The informants in this study consisted of three informants with the criteria had experienced toxic relationships and tried to maintain their relationships. The results of this study indicate showed that there were four main themes, namely forms of dating violence, negative impact of experiencing dating violence, reason for maintaining relationship, and coping strategies. The three informants used both problem-focused coping, emotion-focused coping, and back violence against partner.

Keywords: coping strategies; toxic relationship; dating violence; emerging adulthood women

Pendahuluan

Kasus *toxic relationship* yang pernah marak dibahas di media sosial adalah kasus Novia Widyanti yang dipaksa aborsi dua kali oleh pacarnya yang merupakan anggota Polres Pasuruan. Novia diduga bunuh diri di makam ayahnya akibat mengalami depresi. Ia dipaksa berhubungan seksual oleh pacarnya dan kemudian dipaksa melakukan aborsi oleh pacarnya menggunakan obat aborsi. Kasus *toxic relationship* juga menimpa Laura Anna, seorang selebgram yang mengalami penyakit cedera saraf tulang belakang akibat kelalaian pacarnya dalam berkendara. Selepas kecelakaan terjadi, pacar Laura Anna tidak mempedulikan Laura Anna. Bahkan, Laura harus membiayai biaya transportasi pacarnya tersebut agar mau datang menjenguk Laura yang sedang sakit akibat perbuatan pacarnya. Ia juga memakai ATM Laura Anna secara diam-diam untuk membeli barang yang diinginkannya (Mubarak, 2022). Kedua kasus tersebut merupakan bentuk *toxic relationship* (Susandi, 2021). Lebih khusus lagi, bentuk *toxic relationship* yang dialami keduanya adalah *dating violence*.

Toxic relationship dapat dialami perempuan segala usia, termasuk perempuan *emerging adulthood*. Secara usia, *emerging adulthood* adalah individu yang berusia di kisaran 18-25 tahun.

Emerging adulthood adalah masa peralihan dari akhir masa remaja menuju dewasa awal sehingga mereka diharapkan menjadi lebih mandiri dan mengeksplorasi beragam kemungkinan dalam hidup (Arnett, 2018). *Preliminary study* dilakukan melalui wawancara langsung pada wanita *emerging adulthood* berinisial ET. Berdasarkan data *preliminary study* diketahui bahwa informan pernah mengalami *toxic relationship* yaitu mendapat kekerasan dalam pacaran.

“Ya aku merasa hubunganku ini *toxic* banget kan ya, kek mantanku dulu itu bener-bener suka ngelarang-ngelarang aku ini itu kek aku ngerasa gak bebas banget, terus aku sering dibilang gendutan sama kek bener-bener sering, dan lagi dia itu kek seenaknya sendiri gitu... (Narasumber ET)”

Toxic relationship adalah hubungan yang ditandai dengan perilaku negatif secara emosional dan kadang-kadang secara fisik merusak individu (Lee, 2019). *Toxic relationship* dapat terjadi pada semua bentuk hubungan termasuk pacaran. Definisi pacaran adalah hubungan antara dua individu untuk saling memahami dan mengenal satu sama lain dengan cara melakukan kegiatan bersama-sama hingga akhirnya memutuskan untuk menikah (DeGenova & Rice, 2005). Salah satu bentuk *toxic relationship* adalah *dating violence*, yaitu tindakan yang sengaja dilakukan oleh individu dengan memberikan tekanan untuk mendapatkan

dan/atau mempertahankan kekuasaan maupun kontrol terhadap pasangannya (Murray, 2005, Lee, 2019). Pelaku *dating violence* umumnya menggunakan ancaman kekerasan fisik serta pengekangan yang menyebabkan rasa sakit atau luka pada pasangannya (Brooks-Russel dkk., 2015). Kekerasan dalam berpacaran terdiri dari kekerasan emosional dan verbal, kekerasan seksual, dan kekerasan fisik (Murray, 2005).

Kekerasan dalam berpacaran mempengaruhi tahap perkembangan pada perempuan *emerging adulthood*. Perempuan tidak akan bisa memenuhi tugas-tugas dalam perkembangannya karena aktivitasnya terhambat. Kekerasan dalam berpacaran menimbulkan dampak negatif baik secara fisik maupun psikologis. Korban kekerasan dalam berpacaran mengalami dampak fisik yaitu sakit sekujur tubuh (Pratiwi & Septi P, 2020). Dampak psikologi akan dirasakan perempuan yang mengalami kekerasan dalam berpacaran. Mereka merasa aktivitas hariannya terganggu, cemas, tertekan, dan konsep diri negatif (Astriani & Satiningsih, 2021), kepercayaan dan harga diri cenderung rendah (Pratiwi & Septi P, 2020).

Walaupun *toxic relationship* dalam bentuk kekerasan dalam berpacaran memberikan pengalaman yang buruk pada perempuan, ironisnya masih banyak

perempuan yang berusaha mempertahankan hubungannya bahkan hingga bertahun-tahun. Hal ini dapat terjadi karena semakin tinggi ketergantungan perempuan terhadap pasangannya, maka semakin tinggi peluang perempuan tersebut dikontrol, dikendalikan dan mengalami kekerasan (Sari, 2018). Oleh karena itu, perempuan yang mengalami kekerasan dalam menjalani hubungan pacaran mereka, sebagian besar memilih untuk mempertahankan hubungannya, meskipun mempunyai pilihan untuk putus.

Perempuan yang memutuskan untuk tetap bertahan dalam hubungan penuh kekerasan dikarenakan ketidaksiapan mereka memulai hubungan percintaan yang baru, merasa rendah diri karena faktor ekonomi dan fisik serta keyakinan bahwa pacarnya akan berubah di kemudian hari (Safrianty, 2019). Faktor lain adalah rasa cinta pada pasangannya (Revaughanii & Hendriani, 2021). Bagi para korban, kekerasan yang dilakukan oleh pasangan merupakan perwujudan dari rasa kasih sayang dan perhatian sebagai cara untuk melindungi mereka dari lawan jenis serta mengubah subjek menjadi pribadi yang lebih baik. Hal ini tampak dari hasil *preliminary study* pada perempuan yang mengalami kekerasan dalam berpacaran.

“Tapi ya balik lagi, aku sayang sama dee dre. Bingung aku. Masing-

masing keluarga ne kita juga udah tahu. Dia pernah juga beberapa kali liburan sama keluargaku, dan sebaliknya. Aku dah tahu kalo bakal putus, tapi aku juga gak bisa mutusin dia, gimana ya bingung pol...Lagian aku merasa dia bisa berubah kok, jadi tunggu waktu aja...(Narasumber LI)”

Keputusan untuk terus mempertahankan hubungan membuat para korban terus menerus mengalami kekerasan dalam berpacaran. Para perempuan ini akhirnya menggunakan strategi *coping* agar dapat tetap bertahan dalam hubungan *toxic* tersebut. Strategi *coping* adalah proses dimana individu mencoba untuk mengelola perbedaan yang dirasakan antara tuntutan dan kemampuan mereka (Lazarus dan Folkman dalam Sarafino & Smith, 2011). Strategi *coping* dibedakan menjadi *emotion-focused coping* dan *problem-focused coping* (Lazarus dan Folkman dalam Sarafino & Smith, 2011). Penggunaan strategi *coping* berfungsi mengurangi dampak dari kondisi lingkungan yang penuh tekanan serta memaksimalkan peluang pemulihan, membantu individu beradaptasi atau mentoleransi kejadian yang negatif atau tidak menyenangkan, upaya mempertahankan citra diri yang positif, menjaga keseimbangan emosi, dan melanjutkan hubungan yang baik dengan orang lain. (Cohen dan Lazarus dalam Ogden, 2007). Hasil penelitian terdahulu menunjukkan bahwa para perempuan

yang mendapat kekerasan dalam berpacaran dapat mempertahankan hubungannya karena melakukan strategi *coping* (Revaughanii & Hendriani, 2021). Strategi *coping* yang digunakan membantu korban kekerasan mengurangi kecemasan mereka (Putriani, 2018). Penelitian terdahulu juga menunjukkan bahwa strategi *coping* memiliki dampak positif terhadap kesehatan mental (Umjani dkk., 2022). Hal yang membedakan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah penelitian ini berfokus pada perempuan yang berusaha mempertahankan hubungannya yang penuh kekerasan dan tanpa disadari ia juga melakukan kekerasan pada pasangannya sebagai bentuk strategi *coping*.

Fokus penelitian ini adalah bagaimana gambaran strategi *coping* pada perempuan *emerging adulthood* yang mengalami *toxic relationship* dan berusaha mempertahankan hubungannya.

Metode Penelitian

Pendekatan penelitian yang digunakan adalah pendekatan kualitatif studi kasus karena dengan metode ini peneliti dapat memahami fenomena mengenai kekerasan dalam pacaran yang dialami oleh perempuan *emerging adulthood* dan tetap berusaha mempertahankan hubungan tersebut. Studi kasus akan mengungkap gambaran yang

mendalam dan mendetail tentang situasi tersebut mencakup latar belakang, keadaan, dan interaksi sosial dari subjek penelitian.

Tabel 1: Data Informan

Informan	Usia (tahun)	Status	Lama Pacaran
L	21	Mahasiswi	10 bulan
N	21	Mahasiswi	6 tahun
A	22	Mahasiswi	3 tahun

Informan dalam penelitian ini berjumlah 3 orang perempuan yaitu L, N dan A. Karakteristik informan penelitian ini adalah perempuan *emerging adulthood* yang pernah berada dalam *toxic relationship* dan berusaha mempertahankan hubungannya dengan pasangannya.

Metode pengumpulan data yang digunakan adalah wawancara semi terstruktur. Pertanyaan wawancara dikembangkan berdasarkan teori *toxic relationship* dan strategi *coping*. Berikut contoh pertanyaan wawancara; (1) pengalaman informan terkait kekerasan dalam pacaran: (a) Kekerasan apa saja yang dialami informan selama pacaran?, dan (b) Mengapa informan ingin tetap pacaran?; (2) Pengalaman informan terkait dengan strategi *coping*: (a) Bagaimana informan memilih strategi *coping* yang pernah dilakukan dalam upaya mempertahankan hubungan?, dan (b) Bagaimana strategi *coping* yang dilakukan dapat membantu informan dalam mempertahankan hubungan?

Peneliti melakukan triangulasi data sebagai salah satu cara menjaga kredibilitas atau validitas hasil penelitian. Triangulasi data dilakukan dengan cara wawancara teman dekat sebagai *significant others* dari ketiga informan. Peneliti juga menggunakan validitas komunikatif untuk menjaga kredibilitas penelitian. Validitas komunikatif dapat terpenuhi melalui pengecekan ulang serta mengkonfirmasi data dan analisisnya pada informan penelitian (Poerwandari, 2007).

Analisis data menggunakan *deductive thematic analysis*. Poerwandari (2007) mendefinisikan *deductive thematic analysis* sebagai analisis yang dilakukan dengan cara mengkode data hasil penelitian berdasarkan tema-tema berdasarkan teori psikologis dan tema-tema tersebut telah disusun sebelum pelaksanaan pengambilan data. Susunan tema yang dimuat dalam penelitian ini menggunakan konsep teori kekerasan dalam pacaran (*dating violence*) serta teori strategi *coping*.

Hasil Penelitian

Hasil Penelitian. Berdasarkan hasil analisis data penelitian, meskipun sudah menetapkan dua tema sesuai teori di awal penelitian yaitu kekerasan selama pacaran dan strategi *coping*, namun ditemukan dua tema tambahan. Dengan demikian terdapat empat tema utama. *Pertama*, bentuk

kekerasan selama pacaran. Secara umum ketiga informan mengalami beberapa bentuk kekerasan selama berpacaran. Ketiga informan mengalami kekerasan kekerasan fisik. Ketiga informan juga

sama-sama mengalami kekerasan kekerasan verbal dan emosional. Dua informan yaitu L dan N mengalami dan kekerasan seksual. Hanya informan A yang mengalami kekerasan ekonomi.

Tabel 2: Kekerasan dalam Berpacaran

Jenis Kekerasan dalam Berpacaran	Informan	Contoh Kutipan wawancara
Kekerasan Fisik <i>Hitting, beating, shoving, pushing rough-housing/playwrestling</i> Mencengkeram, <i>restraining</i>	L, N, A	<i>Tapi dia cubit aku, dan itu sampe biru pek... ”(A)</i>
Kekerasan Verbal dan emosional Menyatakan cinta terlalu cepat, <i>fake apologize</i> , berbohong, <i>intimidating look, gaslighting</i> , merusak barang, selingkuh	L,N,A	<i>“Udah dia bilang sorry sorry sorry gitu terus aku bilang aku gak mau jangan kek gini terus dia bilang sorry terus dia ngelakuin lagi ” (L)</i>
Kekerasan seksual <i>Date rape, unwanted touching, unwanted kissing</i>	L,N	<i>kayak apa ya kayak paksa cium (N)</i> <i>lama-lama dia paksa tangannya dia itu buat pegang payudara buat pegang dada aku (L)</i>
Kekerasan ekonomi Minta uang, minta dibeli-kan barang	A	<i>nah sejak saat itu mulai kayak minta uang, sering minta uang... ”(A)</i>

Kekerasan fisik yang dialami oleh ketiga informan bermacam-macam, misalnya *hitting, beating, shoving, pushing*. Sebagai contoh, informan L mengalami kekerasan fisik dalam bentuk *roughhousing* atau *playwrestling* yaitu pasangan informan mendorong informan dan berada di atas informan ketika informan berusaha melepaskan diri dari pasangannya yang memaksa melakukan hubungan seksual. Informan N mengalami *restraining* yaitu bentuk kekerasan dengan cara menahan korban untuk keluar dari

situasi tersebut dengan cara merangkul terlalu erat hingga pasangannya merasa kesakitan.

Berbagai bentuk kekerasan verbal dan emosional dialami oleh ketiga informan. Salah satunya, informan L yang mengalami *intimidating looks* ketika pasangan informan berusaha memaksa melakukan hubungan seksual. Informan L berusaha menolak namun pasangannya mengintimidasi informan yang menandakan ketidaksukaan pada penolakan informan. Hal tersebut membuat

informan takut pada pasangannya dan tidak bisa berbuat apa-apa. Pacar berselingkuh dialami informan N. Saat informan mengetahui hal tersebut, ia hanya menangis di depan pasangannya. Namun, saat itu informan N memaafkan perilaku pasangannya dan tetap melanjutkan hubungannya. Perusakan barang-barang dialami oleh informan A yaitu pasangan informan A membanting-banting barang ketika mereka bertengkar.

Kekerasan seksual hanya dialami oleh informan L dan informan N. Bentuk kekerasan seksual yang sering dialami oleh informan L dan informan N adalah *unwanted touching* dan *unwanted kissing*. Pemaksaan ini membuat kedua informan merasa tidak nyaman.

Kekerasan lain yang ditemukan di penelitian adalah kekerasan ekonomi yang dialami oleh informan A. Pasangan informan A sering meminta uang pada informan. Tidak jarang pasangan informan A juga memaksa informan untuk membelikan barang-barang yang diinginkannya seperti pulsa, helm, dan barang lainnya.

Kedua, Dampak negatif mengalami kekerasan selama pacaran. Mengalami berbagai kekerasan dari pasangan selama masa pacaran tentu membawa dampak negatif baik secara fisik dan psikis. Ketika mendapat kekerasan secara fisik otomatis akan berpengaruh pada fisik para

informan. Mengalami kesakitan fisik, berupa luka, memar, tulang yang patah, dan sebagainya adalah konsekuensi yang ditanggung oleh informan. Sementara dampak negatif psikis, para informan mengaku merasa stres selama berpacaran, ketakutan, perasaan tidak nyaman, depresi bahkan trauma. Informan L juga mengaku merasa tidak memiliki harga akibat pelecehan seksual yang ia alami dan penyebaran foto bugilnya oleh pasangan. Sementara untuk informan A, ia juga mengalami kerugian secara material karena pasangannya melakukan kekerasan ekonomi.

“*stress* cuma ya mungkin karena aku terlalu *goblok* ya akhirnya *stressnya* berusaha gak dihiraukan gitu (Informan A)”

“...aku di situ *kek* nahan nangis, mangkel *mek* aku cuman curhat ke temen aku langsung curhat ke *temen*. Terus temenku bilang, *wes jarno ae...*(Informan N)”

“foto bugilku *wes* kesebar segala macam aku ngerasa kek diriku tuh gak berharga gue udah gak ada harga dirinya gitu (Informan L)”

Ketiga, Alasan mempertahankan hubungan. *Ketiga* informan mengaku meskipun merasa tidak nyaman, takut, dan bahkan stres menghadapi pasangannya masing-masing, mereka masih ingin mempertahankan hubungan tersebut. Perasaan masih cinta dan sayang pada

pasangan menjadi alasan mengapa mereka masih mau bertahan dalam hubungan yang tidak sehat tersebut. Selain itu, informan memiliki harapan bahwa pasangannya akan berhenti melakukan kekerasan mengingat pada awal pacaran pasangan memiliki perilaku yang baik. Ketergantungan pada pasangan dan memerlukan sosok lelaki pengganti ayah juga menjadi faktor yang membuat informan enggan mengakhiri hubungannya dengan pasangan.

“soalnya aku mikirnya aku tuh wes gak mau cari pacar lagi gitu loh, maksudnya, satu ya wes itu, aku mikirnya gitu, wes serius banget gitu, akhirnya kayak yawes tak coba pertahanin dulu, sampe emang bener-bener bisa diperbaiki gitu loh maksudnya,

makanya aku yo gak mutusin...(Informan A)”
 “karena yang pertama orang pantas berubah makanya aku nunggu dia berubah, ...(Informan N)”
 “aku udah kehilangan sosok papa ya aku gak mau kehilangan sosok cowok lagi gitu lho karena aku butuh sosok cowok di hidupku...(Informan L)”

Keempat, strategi *coping*. Ketiga informan menjelaskan bahwa masing-masing memiliki cara agar bisa bertahan menghadapi kekerasan yang mereka terima dari pasangannya. Cara yang dimaksud oleh ketiga informan tersebut dikenal dengan istilah strategi *coping*. Ketiga informan melakukan berbagai jenis strategi *coping*.

Tabel 3: Strategi *coping* yang dilakukan informan

Jenis Strategi Coping	Informan	Contoh Kutipan wawancara
<i>Problem Focused Coping</i>	L, N, A	“habis itu aku cerita lagi tu ke psikiater yang ini dan setelah di diagnosis depresi berat, aku dikasih obat, dua obat” (N) kita tuh sering, sering ngadain kayak apa ya .. deep talk apa sih ..., kayak menurutmu hubungan kita selama ini gimana (A)
<i>Emotional Focused Coping</i>	L,N,A	aku bikin dance cover segala macem terus dari organ eh join komunitas dance cover juga jadi menyibukkan diri (L) Selain ngalah ya, berdoa *tertawa* berdoa (A)
Melakukan kekerasan balik	L, N,A	akhirnya aku me-ghosting (L) “...dibilang selingkuh ya selingkuh, jujur aku mengakui itu...” (N)

Ketiga informan melakukan kedua bentuk strategi *coping* baik *emotion focused coping* dan *problem focused*

coping sebagaimana dijelaskan dalam teori strategi *coping* yang dikemukakan oleh Lazarus dan Folkman (dalam Sarafino

& Smith, 2011). Selain menggunakan kedua strategi *coping* sesuai dengan teori, ketiga informan juga melakukan kekerasan balik pada pasangannya sebagai upaya mengatasi stres dan melindungi diri. Kekerasan balik pada pasangan ini berbeda dengan teori strategi *coping* yang digunakan dalam penelitian ini.

Bentuk *problem focused coping* yang digunakan oleh para informan dalam penelitian ini *direct action* dan *assistance seeking* atau mencari pertolongan. *Direct action* adalah upaya individu untuk mengatasi situasi yang menekan dengan cara melakukan tindakan yang nyata untuk membuat situasi menjadi lebih baik. Sebagai contoh, informan L pernah meminta pasangannya untuk tidak melakukan pemaksaan hubungan seksual dan hal lain yang membuatnya tidak nyaman. Informan N dan A juga pernah berusaha menyelesaikan permasalahan dengan pasangannya dan membahasnya lebih dalam.

Assistance seeking adalah tindakan untuk mencari bantuan dalam situasi yang menekan. Informan L menemui psikiater setelah mengalami kejadian traumatis tersebut. Ia kemudian didiagnosis mengalami bipolar dan juga *borderline personality disorder*. Informan N juga berkonsultasi pada psikolog dan psikiater setelah disarankan oleh temannya.

Informan N pun didiagnosis stres dan depresi.

Bentuk *emotion-focused coping* yang dilakukan oleh para informan antara lain *hiding feelings* dan rasionalisasi. Informan menyembunyikan perasaannya dari pasangannya dan berpura-pura baik-baik saja. Ketiga informan juga membenarkan perilaku pasangannya dengan berbagai alasan (rasionalisasi). Sebagai contoh, ketika informan L mengetahui masa lalu pasangannya yang pernah berhubungan seksual dengan mantannya, informan L hanya mewajarkan perilaku pasangannya dengan beranggapan bahwa pasangannya mungkin sudah berubah dan tidak seperti itu lagi.

Informan juga melakukan *avoidance* yaitu berupaya menghindari untuk bertemu dengan pasangannya dengan berbagai macam alasan seperti pergi bersama temannya. Sebagai contoh, informan L juga menjadikan keadaan pandemi *Covid-19* sebagai alasan untuk menolak bertemu dengan pasangannya. Menyibukkan diri dan *distraction* (mengalihkan perhatian) dipilih oleh informan L dan A agar tidak selalu merasa stres akibat perlakuan kasar pasangannya. Informan L mengikuti komunitas *dance cover* dan mengerjakan tugas-tugas perkuliahan. Informan A mengalihkan pikirannya dengan membaca komik *online*. Humor juga menjadi pilihan untuk

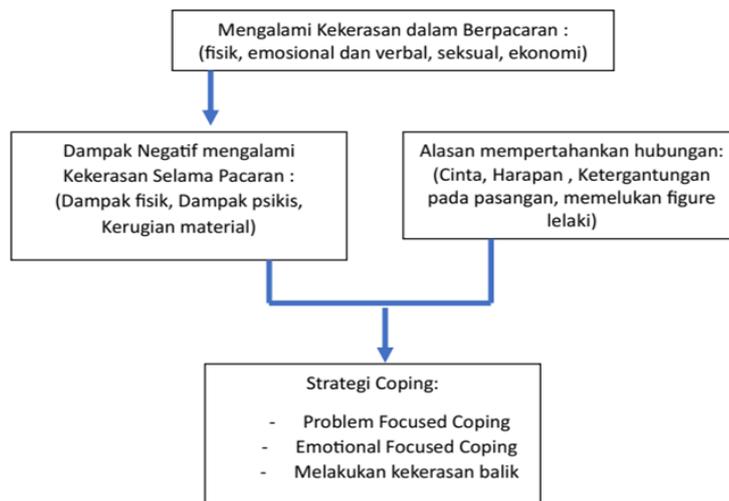
mengatasi stres bagi ketiga informan. Informan A juga melakukan *praying*. Hal ini dilakukan oleh informan A dimana ia menghadapi kekerasan yang dihadapinya dengan berdoa untuk menenangkan pikirannya.

Emotional support juga salah satu strategi *coping* yang dilakukan informan A. Informan sering menceritakan masalahnya kepada teman-temannya. Teman-teman informan memberikan banyak dukungan emosional pada informan seperti memintanya untuk istirahat dan menenangkan informan. *Resigned acceptance* merupakan bentuk *emotion focused coping* yang dilakukan para informan. Informan N dan A merasa pasrah dengan keadaan yang dia miliki dan berusaha mengalah pada pasangannya. Dia juga berusaha menghiraukan perasaan stres yang dialaminya.

Temuan menarik dalam penelitian ini adalah ketiga informan sama-sama melakukan kekerasan balik pada pasangan sebagai bentuk *strategi coping*. Ketiga informan mengatakan bahwa melakukan kekerasan balik tersebut membuat perasaan mereka menjadi lega. Bentuk kekerasan balik yang dilakukan ketiga informan bermacam-macam. Informan L melakukan *silent treatment* pada pasangannya dimana ia mendiamkan pasangannya selama

berbulan-bulan. Informan melakukan ini agar merasa lega dan bisa terlepas dari pasangannya karena ketika bersama pasangannya ia merasa tidak nyaman karena berpura-pura baik-baik saja. Ia pun mengatakan bahwa ia berkeinginan untuk memutuskan pasangannya namun tidak mempunyai alasan untuk memutuskan alasannya. Oleh karena itu, ia menggunakan *silent treatment* yang merupakan salah satu bentuk kekerasan sebagai strategi *coping*.

Informan N dan A melakukan *name calling, hitting, beating, shoving, pushing, dan cheating*. Informan A melontarkan kata-kata kasar saat bertengkar pada pasangannya. Namun, informan mengatakan kata kasar untuk membalas kata-kata kasar yang dikatakan oleh pasangannya. Informan N mencubit perut pasangannya yang menimbulkan bekas luka setelah dipermalukan di depan umum. Ketika mengetahui pasangannya selingkuh, informan N pun berselingkuh dari pasangannya. Walaupun menurut informan N, ia berselingkuh dari pasangannya karena merasa hubungannya dengan pasangannya tidak tertolong lagi dan ingin lepas dari pasangannya. Selain itu, ia juga membalas perilaku pasangannya yang pernah berselingkuh darinya.



Gambar 1 : Bagan Hubungan Antar Tema

Hubungan antar keempat tema yang didapat dari hasil analisis data terlihat jelas dalam gambar 1. Ketiga informan mengalami kekerasan dalam berpacaran yang merupakan salah satu bentuk *toxic relationship*. Ketiga informan jelas mengalami dampak yang negatif namun di sisi lain, ketiga informan masih ingin mempertahankan hubungan dengan pasangan. Dampak negatif yang dirasakan dan keinginan tetap menjalin hubungan mendorong ketiga informan melakukan strategi *coping*.

Salah satu bentuk *toxic relationship* adalah kekerasan dalam berpacaran. Beberapa perempuan, termasuk para informan mengalami kekerasan oleh pasangannya. Bahkan, perempuan bisa mengalami berbagai kekerasan sekaligus yaitu kekerasan fisik, kekerasan verbal dan emosional, kekerasan seksual dan

kekerasan ekonomi. Hasil ini mendukung penelitian sebelumnya bahwa kekerasan pada perempuan masih terjadi hingga saat ini dalam berbagai bentuk (Courtain & Glowacz, 2021; Sholikhah & Masykur, 2020).

Kekerasan terhadap perempuan terjadi karena faktor eksternal dan internal. Faktor eksternal artinya faktor yang berasal dari luar perempuan atau korban. Faktor eksternal bisa terletak pada budaya, situasi lingkungan, dan karakter dari pasangan atau pelaku. Kekerasan pada perempuan oleh pasangan dapat dipandang dari unsur budaya. Di masyarakat yang menganut budaya patriarki, perempuan masih mengalami ketidaksejajaran gender yang membuat perempuan rentan mengalami kekerasan dari laki-laki (Brahmana dkk., 2018). Pada kasus kekerasan seksual, beberapa penelitian

terdahulu menunjukkan bahwa pandangan laki-laki yang masih menganggap perempuan sebagai objek seksual menjadi salah satu faktor yang membuat laki-laki melecehkan perempuan (Bowe dkk., 2021; Christanti dkk., 2019). Faktor situasi lingkungan juga menyebabkan laki-laki mudah melakukan kekerasan pada pasangannya. Salah satu informan yaitu L mengatakan bahwa kekerasan seksual biasanya terjadi saat rumahnya dalam kondisi sepi. Kekerasan cenderung terjadi di tempat yang tertutup dan memiliki suasana yang sepi. Hal ini dapat terjadi karena umumnya pelaku menghindari saksi mata yang melihat kekerasan yang dilakukan olehnya sehingga tidak ada yang mengetahui kejadian tersebut (Rohmah & Legowo, 2014). Karakter dari pelaku yang cenderung negatif memiliki andil dalam terjadinya tindak kekerasan dalam berpacaran. Karakter tersebut antara lain misalnya memiliki dorongan seksual yang tinggi namun tidak bisa mengendalikan (Dardis dkk, 2015), memiliki temperamen marah (Hayati & Indra, 2018), dan ketergantungan pada alkohol (Christanti dkk., 2019).

Faktor internal penyebab terjadinya kekerasan pada perempuan adalah karakter dari korban atau perempuan itu sendiri. Harga diri yang rendah menjadi salah satu faktor yang membuat perempuan merasa ia pantas mendapatkan perlakuan kasar dari

pasangannya. Harga diri yang rendah membuat perempuan merasa bergantung pada pasangannya dan menerima begitu saja perlakuan tidak menyenangkan dari pasangannya. Hal ini juga sejalan dengan penelitian sebelumnya bahwa sebagian perempuan merasa memiliki ketergantungan pada pasangannya (Arcani dkk., 2020). Ketergantungan pada pasangan menyebabkan korban mewajarkan perilaku kekerasan dan berusaha menuruti pasangannya (Sari, 2018). Kepasrahan korban dengan cara diam saja atau tidak berani bercerita pada orang lain juga memberi andil terhadap terus berlangsungnya kekerasan selama berpacaran. Pada awalnya, perempuan korban kekerasan melakukan perlawanan pada pasangannya. Namun ketika perlawanan tersebut membuat korban menerima kekerasan kembali, akhirnya korban menjadi pasrah dan menerima kekerasan tersebut (Pratiwi & Septi P, 2020). Diam dan pasrah memang menjadi salah satu cara para informan mengatasi perlakuan tidak menyenangkan dari pasangan. Namun cara ini justru membuat pelaku mengulangi tindakannya. Salah satu temuan dari penelitian sebelumnya menunjukkan hal yang sama, salah satu alasan pelaku pelecehan seksual terus menerus melecehkan korban adalah sikap diam dari korban (Christanti dkk., 2019).

Dampak negatif akibat kekerasan dalam berpacaran juga dirasakan oleh para informan baik itu dampak secara fisik maupun psikis. Seberapa parah dampak yang dirasakan oleh para korban kekerasan bergantung pada seberapa jauh korban menerima dan memiliki toleransi terhadap kekerasan yang ia terima (Jackson dkk., 2000). Namun demikian, setiap korban pasti merasakan ketidaknyamanan. Kekerasan fisik yang dialami korban akan meninggalkan dampak luka fisik dan psikologis. Dampak fisik dialami korban misalnya memar. Penelitian terdahulu juga menunjukkan hal senada bahwa korban kekerasan fisik mengalami luka di tangannya (Prameswari & Nurchayati, 2021). Kekerasan fisik juga menimbulkan ketakutan korban akan keselamatan dirinya. Ini menimbulkan dampak psikologis. Kekerasan emosional dan verbal akan menimbulkan dampak psikis atau psikologis. Korban akan merasa terhina, harga diri rendah, kecemasan, dan stres. Kekerasan seksual dapat menimbulkan dampak secara fisik seperti luka atau memar karena unsur paksaan, kehilangan keperawanan, dan dampak psikis seperti harga diri yang rendah. Kekerasan ekonomi berdampak pada kerugian material dan psikis karena korban merasa diperas terus menerus. Sejalan dengan hasil analisa data, penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa

perempuan korban kekerasan mengalami trauma, perasaan tertekan, menyalahkan diri sendiri, harga diri rendah (Lestari dkk., 2022).

Meskipun menerima kekerasan dari pasangan dan sadar bahwa kekerasan yang diterima membawa dampak negatif pada dirinya, sebagian perempuan tetap memilih untuk bertahan dalam hubungan yang sifatnya racun tersebut (Lestari dkk., 2022). Alasan yang sifatnya klasik masih dijadikan justifikasi untuk bertahan dengan pasangannya meskipun mendapat kekerasan. Alasan yang dikemukakan oleh informan memang banyak dikemukakan oleh perempuan lain yang juga mengalami kekerasan dalam pacaran. Hal ini tercermin dari hasil penelitian sebelumnya bahwa alasan perempuan mempertahankan relasi dengan pasangan adalah masih mencintai pada pacar (Sari, 2018; Sholikhah & Masykur, 2020), ketergantungan pada pacar (Safrianty, 2019), memerlukan sosok lelaki sebagai pengganti ayah, keyakinan dan harapan bahwa pasangannya akan berubah (Arcani dkk., 2020; Prameswari & Nurchayati, 2021). Alasan yang dikemukakan oleh perempuan korban kekerasan tersebut membuat mereka berada di posisi yang lemah. Mereka menjadi tergantung pada pasangannya. Mereka akan menjadi permisif menerima kekerasan dari pasangannya. Ini membuat pasangan merasa leluasa melakukan

kekerasan pada korban (Christanti dkk., 2019).

Keinginan untuk bertahan dalam hubungan yang *toxic* mendorong para informan melakukan strategi *coping*. Penggunaan strategi *coping* ini mengindikasikan bahwa informan memiliki *self compassion* yaitu sikap baik terhadap diri sendiri, dengan cara tidak melakukan kritik berlebihan terhadap kekurangan diri, kondisi, dan pengalaman pribadi (Neff & McGehee, 2010). Individu dengan *self compassion* tinggi cenderung memiliki tingkat stres rendah (Lim & Kartasmita, 2018) dan memiliki kualitas hidup yang baik (Kawitri dkk., 2020). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa *self compassion* memiliki hubungan negatif dengan kecenderungan *self injury* pada mahasiswa (Sumargi dkk., 2022). Ini menunjukkan bahwa individu harus mengasihi dan mendukung dirinya sendiri ketika mengalami stres. Ketika individu tidak mendapatkan dukungan sosial dari orang lain saat mengalami stres, peran *self compassion* diperlukan. Penting bagi individu memiliki *self compassion* yang baik. Pembentukan *self compassion* tentu memerlukan dukungan pola asuh yang positif dari orangtua (Julianti Ratna dkk., 2021).

Sejalan dengan teori strategi *coping*, para informan melakukan *problem focused coping* dan *emotional focused*

coping. Melalui *problem focused coping* para informan berupaya mengatasi masalahnya secara langsung dan aktif. Mengajak pasangan berbicara atau mengunjungi psikiater dan psikolog merupakan bentuk *problem focused coping* yang dilakukan para informan. Menurut Lazarus dan Folkman tujuan *problem focused coping* yaitu mengurangi tuntutan situasi stres atau memperluas sumber daya untuk menghadapinya. Individu cenderung menggunakan *coping* yang berfokus pada masalah ketika mereka percaya sumber daya mereka atau tuntutan situasinya dapat berubah (dalam Sarafino & Smith, 2011). Hasil ini juga mendukung penelitian sebelumnya, bahwa mencoba mengajak pasangan berbicara dan mencari dukungan sosial untuk mendapatkan saran merupakan bentuk *problem focused coping* yang dapat dipilih korban kekerasan dalam pacaran (Aziz, 2018; Rahayu, 2013).

Para informan juga memilih *emotional focused coping*. Menurut Lazarus dan Folkman tujuan dari *emotional focused coping* adalah untuk mengendalikan respon emosional terhadap situasi yang menekan. Individu dapat mengendalikan respon emosional mereka melalui pendekatan perilaku maupun pendekatan kognitif (dalam Sarafino & Smith, 2011). Penggunaan *emotional focused coping* membuat para informan dapat mengeluarkan emosinya dan merasa

lega meskipun masalahnya belum selesai. *Emotional focused coping* yang dilakukan informan penelitian ini mendukung hasil penelitian sebelumnya bahwa korban kekerasan dalam berpacaran kembali pada nilai agama yaitu berdoa atau mendekatkan diri pada Tuhan. Individu yang memiliki religiusitas yang tinggi memang akan lebih rendah kemungkinan mengalami depresi sehingga bahkan bisa mencegah kemungkinan untuk mengakhiri hidupnya (Krisnandita & Christanti, 2022). Usaha lain yang dilakukan informan juga sesuai dengan penelitian sebelumnya yaitu berusaha menerima diri, mencari dukungan sosial yang bersifat emosional (Rahayu, 2013), memaknai pengalaman (Zafirah & Indriana, 2016), dan menyangkal kejadian tidak menyenangkan yang dialami (Aziz, 2018).

Selain menggunakan *problem focused coping* dan *emotional focused coping* yang sejalan dengan teori, para informan ternyata juga melakukan cara lain untuk mengatasi stres dan tekanan ketika mengalami kekerasan dari pasangannya. Para informan mengakui bahwa mereka juga sesekali melakukan kekerasan balik pada pasangannya. Kekerasan yang dilakukan oleh informan ini kadang terjadi secara spontan atau terencana. Ketika dilakukan secara spontan, kekerasan balik ini dapat dimaknai sebagai upaya mempertahankan

diri. Sedangkan kekerasan balik yang dilakukan secara terencana, terdapat unsur balas dendam akibat perlakuan yang buruk dari pasangan. Hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya bahwa perempuan dapat melakukan kekerasan sebagai metode pembalasan dan strategi *coping* karena berada dalam kondisi yang penuh tekanan karena lelah atau hal lainnya (Ucar & Bastemur, 2020). Meskipun tindakan ini tidak menyelesaikan masalah, informan penelitian ini merasa lega karena melampiaskan emosinya dan bisa melakukan perlawanan (Plummer & Cossins, 2018). Namun hasil penelitian ini berbanding terbalik dengan penelitian terdahulu yang menunjukkan bahwa korban justru berusaha menahan diri agar tidak melakukan agresi (Rahayu, 2013). Korban berpikir bahwa membalas kekerasan dengan kekerasan merupakan hal yang sia-sia dan tidak menyelesaikan masalah. Korban justru belajar menahan emosinya sangat ingin membalas memukul.

Secara umum, ketiga informan dalam penelitian ini melakukan strategi *coping* yang serupa yaitu *problem focused coping*, *emotional focused coping*, dan kekerasan balik. Pemilihan ketiga bentuk strategi *coping* ini tidak sejalan dengan pendapat Stone bahwa perempuan cenderung menggunakan *emotion-focused coping* dan laki-laki cenderung

menggunakan *problem-focused coping*. Namun dalam penelitian ini, ketiga informan menggunakan kedua bentuk strategi *coping* (dalam Ogden, 2007) dan kekerasan balik pada pasangan. Dalam masyarakat, perempuan memang memiliki stereotipe lemah lembut dan emosional. Karakteristik khas perempuan ini kemudian dikaitkan dengan pemilihan bentuk strategi *coping*. Dalam kenyatannya pemilihan bentuk strategi *coping* tidak hanya didasarkan pada gender saja. Pemilihan strategi *coping* didasarkan pada banyak faktor, antara lain masalah yang dihadapi, dampak yang ditimbulkan, kepribadian individu dan situasi saat masalah tersebut terjadi, sebagai contoh, ketika salah satu informan mendapat kekerasan seksual maka secara naluriah ia akan berusaha melawan secara fisik. Ini adalah bentuk pertahanan diri, ketiga informan menemui psikolog dan psikiater sebagai bentuk strategi *coping* karena mereka merasa stres dan depresi. Pada penelitian sebelumnya mengenai strategi *coping* yang dilakukan penganut aliran sesat karena mendapat tekanan dari lingkungan, faktor kesehatan fisik, ketrampilan memecahkan masalah, dan ketrampilan sosial menjadi faktor yang mempengaruhi pemilihan bentuk strategi *coping*. Individu yang berbeda budaya, kepribadian, usia, dan status ekonomi

dapat memiliki strategi *coping* yang berbeda (Priscilla & Widjaja, 2020).

Kesimpulan

Perempuan *emerging adulthood* dapat mengalami *toxic relationship* yang berbentuk kekerasan dalam berpacaran. Informan dalam penelitian ini mengalami kekerasan verbal dan emosional, kekerasan fisik, kekerasan seksual serta kekerasan ekonomi. Dampak negatif baik secara fisik dan psikologis dirasakan oleh para informan. Sebenarnya ketiga informan dapat memilih untuk memutuskan hubungan dengan pasangan namun mereka memilih untuk tetap mempertahankan hubungan dengan alasan masing-masing. Memiliki hubungan yang *toxic* mendorong ketiga informan melakukan strategi *coping*. Bentuk strategi *coping* yang dipilih oleh ketiganya adalah *problem focused coping*, *emotional focused coping* dan kekerasan balik.

Saran. Saran bagi ketiga informan diharapkan dapat menggunakan strategi *coping* yang sehat dalam menangani stres dan dapat menjalani hidup yang lebih baik setelah lepas dari hubungan *toxic*. Selain itu, bagi pembaca yang mengalami *toxic relationship*, diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai wawasan untuk mengetahui strategi *coping* yang dapat dilakukan ketika menjalani *toxic relationship* serta dapat menghindari

penggunaan kekerasan sebagai strategi *coping*. Disarankan juga untuk membicarakan permasalahan hubungan yang terjadi pada keluarga. Bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneliti topik yang serupa diharapkan untuk lebih mempersiapkan penyusunan pedoman wawancara serta melatih *skill* dalam berwawancara agar menggali data dengan optimal. Peneliti selanjutnya juga diharapkan untuk memaksimalkan pengambilan data seperti data sekunder lainnya yang bisa memperkuat hasil temuan. Bagi praktisi yang memiliki klien dengan masalah serupa, dapat menggunakan penelitian ini sebagai wawasan untuk mengetahui strategi *coping* yang mungkin dilakukan oleh klien.

Daftar Pustaka

- Arcani, I. A. K. J., Imanina, R., Saraswati, N. M. D., & Andini, S. F. (2020). Dinamika Psikologis Pada Perempuan Korban Kekerasan Dalam Pacaran. *Jurnal Harkat : Media Komunikasi Gender*, 16(2), 89–101.
<https://doi.org/doi.org??10.15408/harkat.vt612.17237>
- Arnett, J. J. (2018). *Adolescence and Emerging Adulthood: A Cultural Approach* (6th ed.). Pearson.
- Astriani, H. N., & Satiningsih. (2021). Dampak Psikologis Pada Perempuan Yang Pernah Mengalami Kekerasan Dalam Pacaran (Dating Violence) : Studi Kasus Di Kalimantan Timur. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 08(07), 120–134.
<https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/41894/36034>
- Aziz, Y. A. (2018). Strategi Coping Perempuan Korban Kekerasan dalam Pacaran di Rifka Annisa Women Crisis Center Yogyakarta. *KOMUNIKA: Jurnal Dakwah Dan Komunikasi*, 12(1), 58–84.
<https://doi.org/10.24090/komunika.v12i1.1385>
- Bowe, M., Wakefield, J. R. H., Kellezi, B., Stevenson, C., McNamara, N., Jones, B. A., Sumich, A., & Heym, N. (2021). The mental health benefits of community helping during crisis: Coordinated helping, community identification and sense of unity during the COVID-19 pandemic. *Journal of Community and Applied Social Psychology*, December 2020, 1–15.
<https://doi.org/10.1002/casp.2520>
- Brahmana, K. M. B., Suryanto, & Bagong, S. (2018). The Dynamic of Gender Role Conflict of Pastors ' Husbands at Batak Karo Protestant Church. *Journal of Educational, Health and Community Psychology*, 7(1), 38–60.

- <https://doi.org/10.12928/jehcp.v7i2.8701>
- Brooks-Russel, A., Foshee, V. A., & Reyes, H. L. M. (2015). Dating Violence. In T. P. Gullotta, (Ed.), *Handbook of Adolescent Behavioral Problems: Evidence-Based Approaches to Prevention and Treatment* (pp. 1–697). Springer Science+Business Media New. <https://doi.org/10.1007/978-1-4899-7497-6>
- Christanti, D., -, S., & Putra, M. G. B. A. (2019). A Case Study of Moral Disengagement on the Juvenile Sex Offenders. *Journal of Educational, Health and Community Psychology*, 8(4), 419. <https://doi.org/10.12928/jehcp.v8i4.13252>
- Courtain, A., & Glowacz, F. (2021). Exploration of Dating Violence and Related Attitudes Among Adolescents and Emerging Adults. *Journal of Interpersonal Violence*, 36(5–6), NP2975–NP2998. <https://doi.org/10.1177/0886260518770185>
- Dardis, C. M., Dixon, K. J., Edwards, K. M., & Turchik, J. A. (2015). An examination of the factors related to dating violence perpetration among young men and women and associated theoretical explanations: A review of the literature. *Trauma, Violence, & Abuse*, 16(2), 136–152. <https://doi.org/10.1177/1524838013517559>
- DeGenova, M. K., & Rice, F. P. (2005). *Intimate Relationships, Marriages, and Families* (6th ed.). New York: McGraw-Hill. Retrieved from <https://archive.org/details/intimaterelation00mary/page/n7/mode/2up?view=theater>
- Hayati, R., & Indra, S. (2018). Hubungan Marah dengan Perilaku Agresif Pada Remaja. *Jurnal Edukasi*, 4(1), 67–74. <http://dx.doi.org/10.1016/j.cirp.2016.06.001><http://dx.doi.org/10.1016/j.powtec.2016.12.055><https://doi.org/10.1016/j.ijfatigue.2019.02.006><https://doi.org/10.1016/j.matlet.2019.04.024><https://doi.org/10.1016/j.matlet.2019.127252><http://dx.doi.org/10.1016/j.cirp.2016.06.001>
- Jackson, S. M., Cram, F., & Seymour, F. W. (2000). Violence and sexual coercion in high school students' dating relationships. *Journal of Family Violence*, 15(1), 23–36. <https://doi.org/10.1023/A:1007545302987>
- Julianti Ratna, J. M., Sumargi, A. M., Engry, A., & Jonathan, A. (2021). Strength-based parenting dan self-compassion pada mahasiswa.

- Psychopreneur Journal*, 5(2), 80–89.
<https://doi.org/10.37715/psy.v5i2.2317>
- Kawitri, A. Z., Listiyandini, R. A., & Rahmatika, R. (2020). Peran Self-Compassion terhadap Dimensi-dimensi Kualitas Hidup Kesehatan pada Remaja Panti Asuhan. *Psymphatic : Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(1), 01–18.
<https://doi.org/10.15575/psy.v7i1.4406>
- Krisnandita, G. O., & Christanti, D. (2022). Hubungan Antara Religiusitas dengan Kecenderungan Bunuh Diri pada Individu Dewasa Awal. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*, 4(5), 3362–3371.
- Lee, M. (2018). Toxic Relationships : 7 Alarming Signs That You Are In A Toxic Relationship. PublishDrive.
- Lestari, P. P., Abidin, Z., & Abidin, F. A. (2022). Bentuk Kekerasan dalam Berpacaran (KDP) dan Dampak Psikologisnya pada Wanita Dewasa Awal sebagai Korban Kekerasan. *Martabat: Jurnal Perempuan Dan Anak*, 6(1), 65–84.
<https://doi.org/10.21274/martabat.2022.6.01.65-84>
- Lim, T. M. A. F., & Kartasmita, S. (2018). Dukungan Internal Atau Eksternal; Self-Compassion Dan Perceived Social Support Sebagai Prediktor Stres. *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, Dan Seni*, 2(2), 551–562.
- Mubarak, M. A. (2022, January 19). Kisah Laura Anna dan Gaga Muhammad, Dari Saling Bucin Berujung Petaka, Kecelakaan Lalu ke Pengadilan. *Tribun News*. Retrieved from <https://www.tribunnews.com/seleb/2022/01/19/kisah-laura-anna-dan-gaga-muhammad-dari-saling-bucin-berujung-petaka-kecelakaan-lalu-ke-pengadilan?page=4>
- Murray, J. (2007). *But i love him: Protecting your daughter from controlling, abusive dating relationship*. New York: Harper Collins Publisher.
- Neff, K. D., & McGehee, P. (2010). Self-compassion and psychological resilience among adolescents and young adults. *Self and Identity*, 9(3), 225–240.
<https://doi.org/10.1080/15298860902979307>
- Ogden, J. (2007). *Health Psychology: A Textbook* (4th ed.). Berkshire: McGraw-Hill. Retrieved from <https://www.scribd.com/document/401229089/Health-Psychology-A-Textbook-4th-edition-pdf>
- Plummer, M., & Cossins, A. (2018). *The Cycle of Abuse: When Victims*

- Become Offenders. *Trauma, Violence, and Abuse*, 19(3), 286–304.
<https://doi.org/10.1177/1524838016659487>
- Poerwandari, E. K. (2007). *Pendekatan Kualitatif untuk Penelitian Perilaku Manusia*. Jakarta: LPSP3 Fakultas Psikologi Universitas Indonesia.
- Prameswari, F. H. K., & Nurchayati. (2021). Dinamika Psikologis Remaja Perempuan Korban Kekerasan dalam Pacaran yang Memilih Mempertahankan Hubungan Pacarannya. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 08(07), 204–217.
<https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/42609>
- Pratiwi, A., & Septi P, A. (2020). Gambaran Acceptance of Dating Violence Pada Dewasa Awal Yang Menjadi Korban Kekerasan Dalam Pacaran. *Manasa*, 9(2), 63–75.
<https://doi.org/10.25170/manasa.v9i2.1965>
- Priscilla, M., & Widjaja, Y. (2020). Gambaran pemilihan strategi coping terhadap stres pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara M. *Tarumanagara Medical Journal*, 2(1), 121–131.
- Rahayu, S. N. (2013). Kecemasan dan Strategi Coping Istri yang Menjadi Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga di Samarinda. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 1(1), 50–56.
<https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v1i1.3280>
- Revaughanii, N. A., & Hendriani, W. (2021). Pengalaman Wanita Korban Intimate Partner Violence (IPV) yang Bertahan Pada Hubungan Penuh Kekerasan. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental (BRPKM)*, 1(1), 149–161.
<https://doi.org/10.20473/brpkm.v1i1.24710>
- Rohmah, S., & Legowo, M. (2014). Motif Kekerasan Dalam Relasi Pacaran di Kalangan Remaja Muslim. *Paradigma*, 2(1), 1–9.
- Safrianty, I. (2019). Kesejahteraan Subjektif dan Strategi Koping Pada Korban Kekerasan Dalam Pacaran. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 7(3), 375–382.
<https://doi.org/10.30872/psikoborneo.v7i3.4795>
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions* (7th ed.). New Jersey: John Wiley & Sons, Inc. Retrieved from [https://nibmehub.com/opac-service/pdf/read/Health Psychology Biopsychosocial Interactions-Sarafino- E.P. 7ed.pdf](https://nibmehub.com/opac-service/pdf/read/Health%20Psychology%20Biopsychosocial%20Interactions-Sarafino-E.P.7ed.pdf)
- Sari, I.P. (2018). Kekerasan Dalam Hubungan Pacaran

- di Kalangan Mahasiswa: Studi Refleksi pengalaman Perempuan. *Jurnal Dimensia*, 7(1), 64–85.
<https://doi.org/10.21831/dimensia.v7i1.121055>
- Sholikhah, R. S., & Masykur, A. M. (2020). “ATAS NAMA CINTA, KU RELA TERLUKA” (Studi Fenomenologi pada Perempuan Korban Kekerasan Dalam Pacaran). *Jurnal EMPATI*, 8(4), 52–63.
<https://doi.org/10.14710/empati.2019.26513>
- Suandi, R. (2021, December 5). Polisi Ungkap Novia Widiyadari Dipaksa Aborsi Dua Kali oleh Kekasihnya Seorang Polisi. *Galamedia*. Retrieved from <https://galamedia.pikiran-rakyat.com/news/pr-353162477/polisi-ungkap-novia-widiyadari-dipaksa-aborsi-dua-kali-oleh-kekasihnya-seorang-polisi>
- Sumargi, A. M., Engry, A., Maria, J., Ratna, J., & Variani, J. (2022). *Strength-Based Parenting , Self-Compassion , and the Urge To Self-Injure in University Students*. 21(2), 165–176.
- Ucar, S., & Bastemur, Ş. (2020). A Mixed-Method Study on Dating Violence Attitudes and Experiences in Emerging Adulthood. *Educational Policy Analysis and Strategic Research*, 15(3), 140–158.
<https://doi.org/10.29329/epasr.2020.270.7>
- Umjani, S. U., Rianti, E., & Maulana, D. A. (2022). Dampak Positif Coping Stress terhadap Kesehatan Mental Remaja. *Journal of Islamic Guidance and Conseling*, 1(02), 115–127.
<https://www.antaranews.com>
- Zafirah, S. B., & Indriana, Y. (2016). Strategi Koping Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT). *Jurnal Empati*, 5(April), 229–235.