

Strategi Coping Perempuan Korban Kekerasan dalam Pacaran di Rifka Annisa Women Crisis Center Yogyakarta

Yogi Abdul Aziz

Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga, Yogyakarta
yogiabdulaziz@gmail.com

Abstract: This article aims to coping strategy have to do by adolescent women become violence of victims in the dating couple and the reason violence of victims to choice for coping strategy. This paper is developed from field research which has to qualitative approach with a case study of the type in the NGOs of Rifka Annisa. In through this method, the data have to collecting with used technic of the interview, observation, and documentation. In this literature studies, the resources have used as well as the informant—the choice of informant used snowball method—making of choice for 4 (four) people; namely 2 counselors (psychologist and lawyers), and 2 volunteer. The choice of 3 informants in this study, with the reason of the direction in the case violence of victims, become a counselor in the process coping for violence of victims in the dating couple. This paper can be seeing that coping strategy to do by adolescent women on the violence of victims in the dating couple with a demand of social assistance to friends, parent, family, and NGOs of Rifka Annisa. Meanwhile, the reason of underlying victims has used coping strategy, there are avoided from the problem which the accident, cut relationship from subject victims, self-determination for the future, and therapist of reflection in the Rifka Annisa. Coping strategy in the action of behavior are used two approaches, i.e. coping problem-focused coping (PFC) and emotion-focused coping (EFC).

Keywords: coping strategy; women adolescent; violence of victims on dating couple

Abstrak: Artikel ini hendak mengkaji tentang strategi *coping* yang dilakukan oleh perempuan remaja korban kekerasan dalam pacaran dan alasan korban memilih strategi *coping*. Artikel ini merupakan pengembangan dari hasil penelitian yang menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis studi kasus di Lembaga Swadaya Masyarakat (LSM) Rifka

Annisa. Melalui metode ini, data dikumpulkan dengan menggunakan teknik wawancara, observasi, dan studi dokumentasi. Dalam studi literatur, sumber data kerap disebut juga sebagai informan—pemilihan informan menggunakan metode *snowball*—sehingga ditetapkan 3 (tiga) orang; terdiri dari 2 orang konselor (Psikolog dan *Laywers*) dan 1 orang relawan. Adapun kasus yang diangkat pada kajian ini terdiri dari 3 kasus, dan masing-masing diwakili oleh 1 orang konselor. Alasan mengambil data dari 3 informan ini, karena mereka secara langsung terlibat dalam proses *coping* bagi korban kekerasan dalam pacaran sebagai konselor. Dari kajian dapat dilihat bahwa strategi *coping* yang dilakukan oleh perempuan remaja korban kekerasan dalam pacaran dengan meminta bantuan sosial kepada teman sebaya, saudara, keluarga, lembaga sosial Rifka Annisa. Sementara itu, alasan yang mendasari korban menggunakan strategi *coping* adalah, untuk menghindari masalah yang sedang dihadapi, memutuskan hubungan dengan pelaku, fokus diri kepada masa depan, dan refleksi terapis di Rifka Annisa. Strategi *coping* dalam tindakan perilaku menggunakan dua pendekatan, yaitu *coping problem focused coping* (PFC) dan *emotion focused coping* (EFC).

Kata Kunci: strategi coping; remaja perempuan; korban kekerasan dalam pacaran

Pendahuluan

Remaja, secara akademis, dapat disebut sebagai peralihan perilaku anak-anak menuju dewasa awal. Ada banyak psikolog menjustifikasi masa remaja merupakan fase perkembangan yang penuh warna dan dinamis. Tak ayal, fase ini menjadi cukup rentan dan acapkali cenderung mengarah kepada perilaku negatif yang dilakukan oleh para remaja—khususnya perempuan. Menurut catatan Puslit Ekologi Kesehatan Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, fase remaja yang rentan tersebut disebabkan berbagai faktor, salah satunya karena pemahaman terminologi dasar tentang perkembangan manusia yang tidak terbatas. Misal secara kuantitatif, dampak negatif dari sikap setuju pada remaja melakukan hubungan seksual dengan teman biasa (3,1%), teman akrab (2,8%), pacar (10,3%), dan tunangan (12%). Data ini disajikan dari 837 responden yang menjadi sampel penelitian di Jakarta dan Yogyakarta. Maka pada kasus ini, remaja menjadi sorotan penting dalam dunia pendidikan—khususnya basis keilmuan psikologi dan bimbingan konseling (Ramli, 1990: 17).

Berdasarkan teori perkembangan remaja (Desmita, 2010, pp. 190–226) ada tiga faktor yang dapat mempengaruhinya yaitu faktor perkembangan kognitif, psikososial, dan fisik. Perkembangan kognitif remaja dapat dilihat dari ciri bagaimana rasa ingin tahu yang cukup tinggi, sehingga sering menonjolkan perilaku yang berubah-ubah. Kemudian dari segi perkembangan psikososial bagaimana remaja mampu berinteraksi dan menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial. Pada perkembangan fisik, ciri paling menonjol adalah bagian-bagian tubuh remaja semakin membesar baik dari segi tinggi badan maupun bagian tubuh lainnya (Monk, 2006, p. 288). Ketiga perkembangan tersebut terbagi ke dalam dua perilaku positif dan negatif. *Pertama*, perkembangan remaja yang mengarah pada perilaku positif seperti berprestasi dibidang akademik dan non akademik seperti belajar mandiri sejak usia dini melalui berwirausaha atau kemampuan bakat lainnya. *Kedua*, perkembangan remaja yang mengarah pada hal negatif dapat kita jumpai seperti tawuran, mabuk, narkoba, KDP (kekerasan dalam pacaran), KTD (kehamilan tidak diinginkan), pelecehan seksual, dan lainnya. Dengan banyaknya perilaku remaja yang mengarah pada hal negatif kini tentu tidak terlepas dari peran orang tua, pendidikan, sosial, khususnya pemerintah sebagai pemegang kebijakan.

Fase perkembangan remaja yang negatif di atas, (Lambie, 2012, pp. 296–297) yaitu fase yang dipengaruhi oleh abusif (*abouse*) yang mengarah pada persoalan abnormal. Artinya pada fase perkembangan remaja memiliki rasa ingin tahu yang cukup tinggi dan menunjukkan eksistensi di masyarakat sangat besar. Inilah yang menjadi salah satu dampak terhadap persoalan negatif yang ada pada eksistensi remaja saat ini. Karena pada dasarnya remaja merupakan salah satu fase perkembangan yang menunjukkan diri seorang individu yang belum mampu menguasai dan memfungsikan dirinya secara maksimal, baik fungsi fisik maupun psikisnya. Seorang remaja tentunya kerap mengalami konflik, baik konflik dengan diri sendiri maupun konflik dengan orang lain dan lingkungan sekitarnya. Konflik yang sering terjadi pada masa remaja, selain dengan teman sebaya salah satunya konflik dengan pacar.

Remaja yang menjadi korban kekerasan seringkali identik dengan perempuan, sehingga perempuan selalu menjadi korban dampak dari berbagai bentuk kekerasan, termasuk di dalamnya kekerasan dalam pacaran. Kondisi ini merupakan sebuah fenomena kontemporer *trend* hari ini disebut kekerasan dalam pacaran (KDP) yang mana tidak ubahnya persoalan dalam

rumah tangga. Persoalannya, bagaimana perempuan tersebut dapat menyelesaikan masalah yang dihadapinya.

Gambaran tersebut dapat disimpulkan bahwa remaja perempuan belum efektif dalam menyelesaikan masalah mereka secara alami, disebut juga *coping* yang digunakan belum mencapai tujuan. Kasus ini seakan menjadi sebuah reaksi baru dalam percaturan fenomena KDP. Tekanan demi seringkali menjadi masalah yang tidak dapat diselesaikan dengan segera. Mengacu pada *coping behavior* yang ditampilkan misalnya, seseorang dituntut untuk mengatasi berbagai tuntutan yang menekan pada diri mereka (Pramadi & Lasmono, 2003).

Perempuan sebagai korban kekerasan dalam pacaran ketika menyelesaikan masalah yang mereka hadapi, sedikitnya dibedakan menjadi dua fungsi *coping* (Kartono, 2003, p. 62), yaitu melakukan sesuatu untuk mengubah masalah yang menyebabkan tekanan menjadi lebih baik, atau disebut dengan *problem focused coping* dan kedua untuk mengatur emosi yang menekan, atau disebut juga *emotional focused coping*. Strategi dalam *problem focused coping* itu sendiri adalah kehati-hatian (*exercised caution*), tindakan instrumen (*instrumental action*) dan negosiasi (*negotiation*). Sedangkan strategi dalam *emotional focused coping* adalah pelarian dari masalah (*escapism*), pengurangan beban masalah (*minimization*), penyalahan diri sendiri (*self blame*), dan pencarian makna (*seeking meaning*) di balik masalah yang sedang terjadi.

Faktor-faktor yang mempengaruhi *coping* adalah kesehatan fisik, keyakinan atau pandangan positif, keterampilan memecahkan masalah, keterampilan sosial, dukungan sosial, dan materi (Mu'tadin, 2015). Salah satu faktor yang mempengaruhi *coping* di atas adalah dukungan sosial, yaitu dukungan ini meliputi pemenuhan kebutuhan informasi dan emosional pada diri individu yang diberikan oleh orang tua, anggota keluarga lain, saudara, teman dan lingkungan masyarakat sekitar.

Melihat persoalan di atas, alasan utama peneliti memilih topik ini karena dinilai bahwa persoalan tersebut dapat menghambat masa perkembangan remaja (Perlita, 2008, p. 10). Sebagai contoh, ketika seorang remaja memutuskan untuk berpacaran, tidak sedikit dari mereka akan mengalami penurunan semangat belajarnya, bahkan tidak sedikit dari kasus pacaran ini berujung pada kekerasan yang dapat memutus harapan dan cita-cita masa depan remaja.

Persoalan remaja tersebut bagi seorang konselor atau psikolog kiranya butuh intervensi lebih lanjut bagi mereka yang masuk pada kategorisasi perilaku abnormal, yang merupakan tingkah laku mal-adaptif dan berbahaya. Seperti bunuh diri, depresi, memiliki keyakinan yang aneh dan tidak rasional, menyerang atau menyakiti orang lain, mengalami ketergantungan pada obat-obatan terlarang. Pada intinya, berperilaku di luar batas normal pada umumnya (Santrock, 2003a, p. 505).

Seorang konselor atau psikolog dalam melakukan intervensi butuh suatu wadah yang menaungi tindakan kerja mereka. Tepatnya dalam hal ini yang dimaksud adalah sebuah lembaga sosial yang dapat menjadi wadah bagi para konselor. Pada kasus ini, peneliti merasa terpanggil untuk melakukan penelitian lebih lanjut di lembaga Rifka Annisa WCC Yogyakarta. Alasan mendasar peneliti melakukan penelitian di lembaga tersebut adalah selain merupakan organisasi non pemerintah (ornop) atau lebih tepatnya suatu Lembaga Sosial Masyarakat (LSM), di lembaga ini terdapat salah satu divisi/ bidang kerja yang fokus mendampingi kasus-kasus kekerasan terhadap perempuan (Nugraheni, 2015).

Sepak terjang Rifka Annisa WCC Yogyakarta dalam melakukan advokasi sosial masyarakat saat ini telah menunjukkan *trend positive* yang menjadi acuan besar banyak lembaga organisasi sosial di Indonesia yang khusus menangani berbagai kasus bentuk kekerasan terhadap perempuan. Dengan demikian, remaja perempuan yang menjadi korban kekerasan dalam pacaran memiliki upaya penyelesaian masalahnya menggunakan perilaku *coping* sebagai bentuk penyelesaian masalah. Mengingat perilaku *coping* merupakan salah satu strategi jitu dalam menyelesaikan persoalan individu yang disebabkan oleh faktor internal dan eksternal remaja perempuan itu sendiri. Oleh karena itu, kajian ini menjelaskan tentang strategi *coping* yang dilakukan oleh perempuan remaja korban kekerasan dalam pacaran dan alasan korban memilih strategi *coping*.

Capaian hasil kajian penelitian ini secara teknis maupun non teknis diharapkan dapat menjadi masukan para pendamping atau konselor lembaga terkait, khususnya lembaga pemerintah tentang bagaimana panduan dan model proses pendampingan dalam melakukan proses intervensi terhadap perempuan korban kekerasan dalam pacaran (KDP). Tentu hal ini berkaitan erat dengan langkah-langkah teknis *coping* korban dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi. Selain itu dapat berpengaruh besar pada saat korban kembali ke lingkungan sosial masyarakat.

Remaja Perempuan dan Kekerasan dalam Pacaran

Kekerasan dalam Pacaran

Kekerasan identik dengan korban, sebagaimana yang diungkapkan (Purwoko & Hendrarti, 2009, p. 4) Kekerasan adalah suatu keadaan dimana individu melakukan atau meyerang yang dapat merugikan hak asasi orang lain, berupa fisik maupun psikis. Tentunya akibat perbuatan pelaku secara mental dapat mengakibatkan korban trauma. Sedangkan, pacaran menurut (Asti & BM, 2005, p. 23) sebagai aktivitas yang dilakukan dua remaja atau dua pasangan orang (berlainan jenis) di luar ikatan sah suami istri untuk saling memadu cinta seolah-olah mereka adalah pasangan suami istri dengan batasan-batasan sepemahaman mereka.

Menurut (Wijayanto, 2003, p. 10) orang yang berpacaran identik dengan sebuah hubungan sosial berlainan jenis, yang di dalamnya terdapat ketertarikan khusus baik secara fisik, maupun psikis, sehingga membuat dirinya merasa nyaman, walaupun baginya terkadang menyakitkan ketika diterpa konflik. Dengan demikian dapat ditarik kesimpulan bahwa kekerasan dalam pacaran (*dating violence*) menurut (Luhulima, 2000, pp. 81–82) adalah sepasang kekasih berlawanan jenis tanpa ikatan pernikahan sah, yang mana di dalamnya terdapat ketidak harmonisan dalam hubungan yang berakibat menyengsarakan atau penderitaan secara fisik, seksual atau psikologis terhadap pasangannya (merampas kemerdekaan hak seseorang secara sewenang-wenang).

Melihat posisi demikian maka pengertian dari kekerasan dalam pacaran (*dating violence*) dapat disimpulkan bahwa pacaran merupakan fenomena baru di Indonesia yang bertabrakan dengan norma-norma budaya Islam. Akan tetapi dengan maraknya kasus-kasus pacaran mengindikasikan bahwa pacaran merupakan persoalan baru yang cukup menyita perhatian banyak kalangan untuk lebih aktif mengetahui akar permasalahan mengapa fenomena ini marak terjadi dimana-mana.

Secara umum ada 4 jenis bentuk kekerasan dalam (Administrator, 2015) di antaranya: *Pertama*, bentuk kekerasan fisik yang meliputi semua bentuk serangan maupun penyiksaan yang dapat mengakibatkan korban mengalami cacat fisik, seperti menendang, memukul, menampar, menggigit, menyodok, menarik rambut, membakar, mencubit, melakukan eksploitasi, melukai anggota tubuh dengan senjata. *Kedua*, bentuk kekerasan psikologis (emosional) berupa serangan terhadap integritas mental seseorang yang mencakup pada

penyiksaan secara emosional dan verbal, sehingga dapat melukai kesehatan mental serta konsep yang ada dalam diri seseorang seperti cacian, hinaan, ancaman, atau melontarkan kata-kata yang mampu merendahkan harkat dan martabat orang lain.

Ketiga, Kekerasan seksual meliputi semua aktivitas seksual yang dipaksakan. Kekerasan ini dapat dibedakan menjadi dua faktor yaitu: faktor kesukarelaan dari korban untuk melakukan hubungan bersetubuh dengan pacarnya atas dasar kasih sayang dalam percintaan, dan faktor atas paksaan dari pacarnya karena tuntutan dalam hubungan percintaan ataupun bisa juga perkosaan di luar kehendak korban.

Keempat, Kekerasan ekonomi berupa kekerasan yang dapat merugikan korban berupa materi, seperti meminjam uang, memaksa dan menghabiskan uang korban untuk kebutuhan pelaku.

Remaja Perempuan

Kata remaja berasal dari istilah bahasa Inggris *adolescence* dan dari bahasa latin *adolescere*, artinya tumbuh menjadi dewasa melalui masa peralihan yang disertai dengan perubahan-perubahan fisiknya yaitu antara usia 12-22 tahun. Menurut Gunarsa dan Turner Helms dalam (WS & Yulia, 1999, p. 21) remaja merupakan masa transisi kehidupan di antara masa kanak-kanak menuju peralihan masa dewasa yang ditandai dengan perubahan-perubahan fisik dan psikologis, cara berpikir seperti orang dewasa, akan tetapi posisinya tidak menjadikan perempuan itu sebagai orang dewasa. Sebagaimana dalam hal ini salah satu perubahan fisik remaja ditandai dengan tinggi badan yang semakin meningkat atau yang lebih tambah mulai tumbuh payudara sebagaimana orang dewasa pada umumnya.

Menurut Erik H. Erikson, dalam (Santrock, 2003b, p. 46) perkembangan tidak saja terbatas oleh usia tetapi selama hidup, *psikososial* terus berkembang. Oleh karenanya, perkembangan manusia memiliki delapan tahapan siklus kehidupan yang unik, sehingga manusia akan mengalami tahapan krisis dalam hidupnya. Bagi Erikson, krisis ini bukan bencana tetapi potensi yang bertambah, namun sebaliknya apabila tidak mampu mengendalikan krisis tersebut tentu dapat menjadi bencana. Sebagaimana tahap-tahap psikososial Erikson pada tabel berikut ini:

Tabel 1.1. Tahap Perkembangan Psikososial Erikson

Tahap Psikososial	Usia Kira-Kira
Kepercayaan vs ketidakpercayaan (<i>Trust vs mistrust</i>)	Lahir – 1 tahun (masa bayi)
Otonomi vs rasa malu dan ragu-ragu (<i>Authonomy vs shame and doubt</i>)	1-3 tahun (masa kanak-kanak)
Inisiatif vs rasa bersalah (<i>Initiative vs guilt</i>)	4-5 tahun (masa pra sekolah)
Ketekunan vs rasa rendah diri (<i>Industry vs inferiority</i>)	6-11 tahun (masa sekolah dasar)
Identitas vs kebingungan peran (<i>Ego identity vs role confusion</i>)	12-20 tahun (masa remaja)
Keintiman vs isolasi (<i>Intimacy vs isolation</i>)	20-24 tahun (masa awal dewasa)
Generativitas vs stagnasi (<i>Generativity vs stagnation</i>)	25-65 tahun (masa pertengahan dewasa)
Integritas ego vs keputusan (<i>Ego integrity vs depair</i>)	65 — mati (masa akhir dewasa)

Sumber: (Desmita, 2010, p. 213)

Merujuk pada teori psikososial Erikson dalam (A. Ubadillah, 2000, pp. 34–35) di atas, kategori remaja masuk dalam proses *ego identity vs role confusion*. *Ego Identity* dalam bahasa Indonesia sering diartikan jati diri. *Pertama*, identitas atau jati diri menunjukkan pada ciri-ciri yang melekat pada diri seseorang. *Kedua*, identitas atau jati diri merupakan suatu surat keterangan yang dapat menjelaskan riwayat hidup pribadi seseorang. Adapun pengertian *role confusion* merupakan kebingungan peran saat menginjak usia remaja karena terdapat berbagai faktor internal dan eksternal yang mempengaruhinya (Hall & Lindzey, 1993, p. 54). Dengan demikian, remaja dapat dipandang telah memiliki identitas yang matang (sehat), apabila sudah memiliki pemahaman dan kemampuan untuk menyesuaikan diri, peran-perannya dalam kehidupan sosial (lingkungan keluarga, sekolah maupun lingkungan sosial masyarakat), termasuk dunia karir, dan nilai-nilai *religious* agama.

Menurut (Erikson, 1989, pp. 71–72), salah satu tugas pada masa perkembangan remaja adalah menyelesaikan masa atau fase krisis identitas, sehingga diharapkan dapat membentuk suatu identitas baru yang sesuai dengan karakter diakhir masa remaja dengan stabil. Bilamana seorang remaja dalam ini gagal, maka dapat membahayakan masa depan dirinya. Sebab, menurut teori Erikson dalam (Desmita, 2010, pp. 214–215) seluruh masa depan remaja sangat ditentukan oleh penyesuaian krisis identitas. Masa sulit yang dialami remaja, ternyata berusaha merumuskan dan mengembangkan nilai kesetiaan (komitmen), yaitu kemampuan untuk mempertahankan

loyalitas yang diikrarkan dengan bebas meskipun terdapat kontradiksi-kontradiksi yang terikat dengan sistem nilai disetiap lingkungan sosialnya. Dapat terlihat perubahan pokok dalam sistem nilai (moralitas) selama masa remaja terdiri dari mengganti konsep-konsep moral, khususnya dengan konsep-konsep moral tentang benar dan salah yang bersifat umum, membangun kode moral berdasarkan pada prinsip-prinsip moral individu dan mengendalikan perilaku melalui perkembangan hati nurani (Hurlock, 1999, p. 24).

Selain itu, remaja sendiri memiliki tugas perkembangan yang berhubungan erat dengan penyesuaian siklus sosialnya. Pada dasarnya seorang remaja selain berhubungan dengan sesama jenis harus mampu menyesuaikan diri dengan lawan jenis, terlepas dari hubungan yang sebelumnya belum pernah ada, termasuk harus mampu menyesuaikan diri dengan orang dewasa di luar lingkungan keluarga, lembaga pendidikan, dan lingkungan sosial masyarakat pada umumnya (Hurlock, 1999, p. 213).

Perilaku *Coping*

Sebagaimana teorinya bahwa remaja identik dengan siklus krisis masalah yang dapat menggiring dirinya ke perilaku positif, sekalipun ke arah berperilaku negatif. Dengan demikian, tentu perlu ada pengendalian atau cara penanganan masalah yang dapat dilakukan seorang remaja. Salah satunya teori Perilaku *coping*, yang merupakan suatu tingkah laku dimana individu melakukan interaksi dengan lingkungan sosial sekitarnya bertujuan untuk menyelesaikan tugas atau masalah yang sedang dihadapinya (Chaplin, 2004, p. 241). Strategi *coping* didefinisikan secara terperinci oleh (Folkman, 1984) sebagai bentuk usaha kognitif dan perilaku yang dilakukan seseorang untuk mengatur tuntutan internal dan eksternal yang timbul dari hubungan individu dengan lingkungan sosial yang dianggap mengganggu batas-batas yang dimiliki.

Secara sederhana pengertian *coping* menurut (Soekidjo, 2003, p. 2-3) merupakan suatu cara yang disadari dan rasional untuk menghadapi dan mengatasi kecemasan hidup yang sedang dihadapi. *Coping* yang dimaksud dalam artian ini terdiri dari pikiran-pikiran khusus dan perilaku yang digunakan individu untuk mengatur tuntutan dan tekanan yang timbul dari hubungan individu dengan lingkungan sosial, khususnya yang berhubungan dengan kesejahteraan.

Menurut Lazarus dan Folkman dalam (Aldwin & Revenson, 1987), mengklasifikasikan strategi *coping* yang digunakan menjadi dua, yaitu:

Pertama, Problem Focused Coping (CFC), merupakan strategi untuk menghadapi masalah secara langsung melalui tindakan yang ditujukan untuk menghilangkan atau mengubah sumber-sumber stres, yang memungkinkan individu membuat rencana dan tindakan lebih lanjut, berusaha menghadapi segala kemungkinan yang akan terjadi untuk memperoleh apa yang telah direncanakan dan diinginkan sebelumnya. Adapun cara mengatasi masalahnya individu akan berpikir logis dan berusaha memecahkan permasalahan dengan positif.

Kedua, Emotion Focused Coping (EFC), merupakan strategi untuk meredakan emosi individu yang ditimbulkan oleh *stressor* (sumber stress), tanpa berusaha untuk mengubah situasi yang menjadi sumber stress secara langsung, yang memungkinkan individu melihat sisi kebaikan (hikmah) dari suatu kejadian, mengharap simpati dan pengertian orang lain, atau mencoba melupakan segala sesuatu yang berhubungan dengan hal yang telah menekan emosinya, namun hanya bersifat sementara.

Tabel 1.2. Strategi Coping Lazarus dan Folkman

<i>Problem Focused Coping (PFC)</i>	<i>Emotion Focused Coping (EFC)</i>
<ol style="list-style-type: none"> 1. Berbicara atau curhat terhadap orang terdekat, orang tua, konselor, untuk mendapatkan solusi yang terbaik, 2. Mencari informasi masalah yang sedang dihadapi, 3. Menyibukan diri dengan aktifitas baru yang mampu mengurangi stress terhadap masalah yang sedang dihadapi, 4. Mengambil pelajaran dari peristiwa-peristiwa yang sudah dilalui. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Berlibur atau refreshing, 2. Meminta bantuan terhadap orang lain untuk menemani kegiatan sehari-hari, 3. Merokok, banyak tidur, 4. Mencari dukungan spiritual untuk mendekatkan diri terhadap sang Maha Kuasa.

Sebagaimana pengembangan pemaparan teori di atas kiranya penulis sedikit menarik kesimpulan demi memudahkan para pembaca dalam menafsirkan pembahasan penelitian. Remaja perempuan merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke tahapan dewasa awal. Salah satu tandanya terdapat perubahan bentuk fisik. Korban kekerasan dalam pacaran merupakan sepasang kekasih yang sedang menjalin cinta di luar ikatan pernikahan sah, yang di dalamnya terdapat bentuk atau tindakan kekerasan yang dapat melukai atau menyakiti perasaan pasangannya (fisik atau psikis). Adapun perbuatannya dapat disengaja ataupun tidak disengaja. Menurut Ericson, pada umumnya usia 12-20 tahun mengalami krisis identitas vs kebingungan peran, tentunya bilamana salah dalam bergaul akan berakibat

fatal terhadap perkembangan remaja. Oleh karenanya, ada dua cara atau strategi penanganan yang disebut *Coping*. Teori tersebut merupakan strategi dalam menangani masalah, khususnya terhadap korban kekerasan. Sudah barang tentu strategi tersebut pada dasarnya dapat diaplikasikan dalam penanganan masalah lainnya.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif (Basrowi & Suwandi, 2008, p. 1) dengan jenis studi kasus yang dilakukan di Rifka Annisa WCC, Yogyakarta. Jika dilihat dari sumber datanya, maka penelitian ini termasuk *field research* yang bertujuan untuk mendeskripsikan masalah-masalah yang muncul di lapangan (Subagyo, 1991, p. 109). Dengan begitu, pengambilan data pada kajian ini menggunakan metode wawancara, observasi, dan dokumentasi (Raco, 2010, p. 108).

Dalam proses pengambilan data melalui wawancara, peneliti menggunakan metode *snowball* yang dibatasi hanya mengambil 3 orang informan. Informan terdiri dari 2 orang konselor (Psikolog dan *Laywers*) dan 1 orang relawan. Dari masing-masing informan yang peneliti wawancara, hanya mengungkapkan 1 korban, sehingga total kasus yang diungkap dalam kajian ini terdiri dari 3 kasus korban kekerasan dalam pacaran. Hal ini dilakukan untuk menjaga privasi korban, sehingga peneliti tidak dapat langsung bertemu dengan korban. Dari setiap kasus yang diungkap, modelnya hanya diwakilkan oleh para konselor yang mendampingi kasus.

Selain wawancara, peneliti juga menggunakan metode pengumpulan data dengan observasi dan dokumentasi. Pada proses dokumentasi, peneliti mengambil beberapa teks dan catatan kasus masing-masing korban dari para konselor, foto-foto kejadian, gambar pendukung lain, *artifacts*, dan data-data statistik pendampingan dari Rifka Annisa. Sementara dalam proses observasi, peneliti terjun langsung ke lapangan yang didampingi oleh konselor, sehingga ketika berada di lapangan, peneliti mencatat bagian-bagian penting dari peristiwa yang muncul.

Setelah data terkumpul, peneliti kemudian melakukan proses analisis data dengan menggunakan metode Miles & Huberman. komponen analisis data yang digunakan terdiri dari reduksi data (*data reduction*), Penyajian data (*data display*), Penarikan kesimpulan (*conclusion drawing*) (Huberman & Miles, 1992, p. 14). Selanjutnya, agar analisis data teruji (kredibel), maka peneliti melakukan proses keabsahan data dengan menggunakan metode

membercheck (Sugiyono, 2013, p. 64). Proses ini dilakukan untuk mengukur kredibilitas data penelitian dengan cara pengujian ulang bersama para informan untuk mencapai kesepakatan data, agar nantinya data yang dihasilkan layak dijadikan hasil laporan penelitian (Sugiyono, 2009, p. 276).

Analisa Strategi Coping Korban Kekerasan dalam Pacaran

Sebelum pada pembahasan inti, kiranya peneliti perlu memaparkan situasi dan kondisi di lembaga penelitian –Rifka Annisa WCC Yogyakarta– yang merupakan lembaga organisasi non pemerintah (ornop) atau lebih tepatnya lembaga swadaya masyarakat (LSM) yang di dalamnya terdapat berbagai program kerja, salah satu di antaranya divisi yang berfokus pada pendampingan penghapusan kasus kekerasan terhadap perempuan yang identik dengan masalah-masalah krusial dan bersifat privasi bagi korban. Sebab, bilamana diketahui khalayak publik tentu menjadi aib korban, dan dapat menurunkan mentalitas korban. Adapun untuk meng-*cover* perihal tersebut –Rifka Annisa WCC Yogyakarta– setiap peneliti dibatasi terjun ke lapangan secara langsung, terkecuali didampingi oleh konselor psikolog yang mendampingi korban.

“...Prosedur penelitian di Rifka Annisa WCC Yogyakarta saat ini setiap peneliti tidak diperkenankan terjun langsung ke lapangan untuk melakukan penggalian data terhadap korban, melainkan diwakilkan melalui konselor yang menangani korban. Hal ini dilakukan karena sebelumnya banyak klien kami setelah dilakukan penelitian mengalami trauma, dan enggan datang lagi ke lembaga kami. Adapun pengaplikasiannya, ada beberapa peneliti di izinkan melakukan penggalian data langsung ke lapangan dengan cara didampingi langsung oleh konselor bersangkutan, dan bukan pada korban kategori kasus atau trauma berat...” (Ratna: 2015).¹

Strategi Coping Remaja Perempuan Korban Kekerasan dalam Pacaran

Ada dua bentuk strategi *coping* yang dilakukan yaitu *coping* jangka panjang dan *coping* jangka pendek. Kedua kategori tersebut penggunaannya menyesuaikan dengan kebutuhan masalah yang sedang dihadapi. Kemudian faktor kematangan usia dari masing-masing korban juga berpengaruh ter-

¹ Ratna, Staf Divisi Rifka Annisa Women’s Crisis Center Yogyakarta, 2 Juni 2015.

hadap strategi *coping* yang dilakukan. Sebagaimana hasil olah data penelitian, ketiga korban memiliki kemampuan berbeda-beda. Salah satunya disebabkan oleh beberapa aspek, seperti kematangan usia, pendidikan, dan kematangan dalam berpikir, terlebih kurangnya pemahaman dalam mengendalikan masalah yang sedang dihadapi. Di antaranya bentuk strategi *coping* yang dilakukan dua korban memiliki kemampuan penanganan masalahnya cukup banyak. Berbeda dengan korban ke tiga, penanganan masalah yang dilakukan tidak terlalu banyak. Artinya, walaupun sama-sama menggunakan strategi *coping*, namun hasilnya akan berbeda-beda.

“...Tidak semua korban mampu mengendalikan masalah yang sedang dihadapi. Tentunya ada yang cepat, bahkan sekalipun ada yang lambat. Salah satu faktor utamanya selain usia minimnya pemahaman dalam mengendalikan masalah yang sedang dihadapi...” (Novi, 2015).²

Pada saat membangun *rapport* awal tentu tidak serta merta semua korban dapat dilakukan penanganan secara langsung, melainkan ada beberapa korban yang membutuhkan tahap demi tahap untuk membangun *chemistry* hingga pada tahapan proses pemberian bantuan berupa layanan kasus. Dengan demikian selain beberapa aspek kematangan yang dimiliki penanganan korban akan lebih cepat bilamana *support family* sangat baik. Tentunya dapat membantu konselor dalam upaya penggalan data korban dan proses pemberian layanan lanjutan.

Berdasarkan penggalan data mendalam, pada dasarnya ketiga korban mengalami perlakuan yang sama, berawal dari bujuk rayu dan tipu muslihat dengan iming-iming janji manis seperti bertanggung jawab terhadap kemungkinan-kemungkinan yang akan terjadi, termasuk akan menikahi korban. Atas dasar itu korban merasa percaya dan terkelabui yang menyebabkan pelecehan seksual seperti kekerasan fisik, psikis, seksual, dan pemerasan ekonomi. Sebelum mendapat pelecehan seksual, setiap korban menyadari dengan kemungkinan-kemungkinan yang akan terjadi, sehingga tak jarang korban berupaya melakukan penolakan. Selain bujuk rayu dan tipu muslihat, korban seolah tak berdaya karena ada rasa ketertarikan emosional terhadap pelaku. Sehingga kasus-kasus kekerasan dalam pacaran jika

² Nova Dewa R, Konselor Psikolog, Rifka Annisa Women's Crisis Center Yogyakarta, 10 Juni 2015.

dibawa ke ranah hukum sangat lemah, karena berawal atas dasar suka sama suka.

“...Pada umumnya kasus kekerasan dalam pacaran apabila dibawa ke ranah hukum akan mengalami kesulitan. Karena bisa jadi korban di mata hukum ikut bersalah, sehingga kekuatan hukumnya lemah. Itulah yang selalu kita khawatirkan bila menangani kasus kekerasan dalam pacaran karena ada unsur suka sama suka dan bujuk rayu. Walaupun pada dasarnya atas paksaan pelaku. Maka dari itu sudah dipastikan bilamana pacaran di usia remaja kerap terjadi kekerasan...” (Konselor Hukum, 2015).³

Trend yang terjadi saat ini masih banyaknya pandangan stereotip bahwa laki-laki memiliki kekuasaan penuh dalam segala bidang, sehingga perempuan dianggap lemah atau rendah. Itulah sebabnya sering terjadi pelecehan atau kekerasan di mana-mana karena antara laki-laki dan perempuan memiliki pandangan yang sama, bahwa laki-laki kuat dan perempuan lemah. Jika antara laki-laki dan perempuan sudah memiliki pandangan serupa di situlah akan terjadi berbagai pelecehan dan kekerasan.

Korban Pertama: Problem Focused Coping (PFC)

Kehidupan sehari-hari korban bekerja di sebuah kafe yang memungkinkan lebih banyak akses dengan laki-laki. Sedangkan korban dengan kedua orang tuanya memiliki komunikasi searah, di antaranya ayah korban memiliki watak yang cukup keras, sedangkan ibu korban secara emosional cukup perhatian, namun lebih sensitif bilamana korban mengungkapkan suatu masalah. Oleh karena itu, korban jarang sekali terbuka pada kedua orangtuanya melainkan lebih terbuka kepada kakak iparnya.

Korban dan pelaku bermula dari perkenalan *acces chatting* bahwa pelaku sebagai *customer café*, keduanya mulai akrab satu sama lain hingga pada akhirnya menjalin cinta kasih selama 9 bulan lamanya. Selama berpacaran, ada peristiwa yang sangat merugikan pihak korban, di antaranya bujuk rayu akan dinikahi dan ancaman putus bilamana korban tidak menuruti kemauan korban untuk berhubungan seksual. Namun apa daya bilamana seorang perempuan sudah terbalut cinta walaupun ia menyadari dengan apa yang ia lakukan dapat merugikan dirinya sudah barang tentu ia

³ Konselor Hukum, Rifka Annisa Women's Crisis Center Yogyakarta, 09 Juni 2015

hanya bisa pasrah menuruti kemauan pacarnya. Pada akhirnya korban mengalami kehamilan tidak diinginkan (KTI).

“...tak terbayang bilamana saya ada di posisi korban harus menerima kenyataan pahit bahwa dirinya mengalami kehamilan tidak diinginkan (KTI). Sejak itu masalah mulai berdatangan, mulai keluar dari tempat kerja... Korban sempat enggan menggugurkan kehamilannya, namun tekanan demi tekanan dipaksa untuk menggugurkan kehamilannya melalui obat-obatan, aborsi ke paranormal, terakhir meminta pertolongan ke bidan yang tidak diizinkan untuk menggugurkan kehamilannya. Semua cara dilakukan untuk menggugurkan sijabang bayi dalam kandungan namun tidak berkunjung hasil, hingga pada akhirnya pacar korban tidak bertanggung jawab mengabaikan dan meninggalkan korban begitu saja...” (Novi. 2015).⁴

Naluri dan kodrati seorang perempuan sebagai ibu untuk menjaga dan merawat anak sekalipun masih dalam kandungan. Namun apa daya, perjuangan itu seolah sia-sia karena pelaku menghendaki sijabang bayi dalam kandungan untuk digugurkan. Kesulitan yang dialami korban semakin berat dikarenakan pelaku tidak bertanggung jawab. Tidak berhenti disitu korban berusaha terbuka kepada kakak iparnya bahwa ia sudah mengandung jabang bayi usia 6 bulan. Alhasil pihak keluarga berupaya untuk mencari jalan keluar termasuk konsultasi ke lembaga Rifka Annisa WCC Yogyakarta untuk mengetahui apakah ada langkah-langkah hukum yang bisa dilakukan.

Kasus-kasus kekerasan dalam pacaran yang menyebabkan korban mengalami kehamilan sulit dibawa ke ranah hukum, dikarenakan atas dasar bujuk rayu dan korban sendiri ikut terlibat di dalamnya. Walaupun ada unsur paksaan tetap saja keduanya di hadapan hukum bersalah. Setelah mengetahui itu semua lantas pihak keluarga lebih menekankan kepada pemulihan korban karena secara emosional sangat terganggu yaitu sering melamun, menyendiri, dan tiba-tiba menangis sendiri. Dengan adanya perubahan yang terjadi pihak keluarga mendorong untuk periksa rutin kehamilannya, karena sebelumnya korban sendiri belum pernah memeriksakan kehamilannya.

“...Kamu itu tidak hanya malu dengan keadaanmu, kita di keluarga sudah membantu kamu, sudah menerima kamu, kita akan dukung kamu, kamu mengasuh ini kita akan bantu, baik secara ekonomi, baik secara pengasuhan, dukungan secara psikologis keluarga

⁴ Novia Dewei, Konselor Psikolog.

membantu kamu. Perkataan tetangga, perkataan orang lain tidak usah kamu pikirkan, toh mereka tidak membantu kamu, kenapa kamu *stress* gara-gara seperti itu, yang penting aku sekeluarga dukung kamu...” (Novi, 2015).⁵

Setelah adanya *support* dari pihak keluarga, korban mulai mengalami perubahan yang cukup signifikan, dimana sebelumnya korban merasa malu dengan kehamilannya, dan memiliki dendam terhadap pelaku (pacar korban). Korban mulai fokus terhadap kehamilan janin yang ada dalam kandungannya, kemudian korban rutin melakukan konsultasi dan relaksasi yang merupakan hasil dari *terapi* yang diberikan Rifka Annisa WCC Yogyakarta.

Korban Kedua: Problem Focused Coping (PFC)

Kehidupan dan kondisi korban secara materi lebih dari cukup, hanya saja bentuk kasih sayang dari orangtua kurang terpenuhi. Oleh karena itu korban lebih dekat dan terbuka kepada adik laki-laki dan teman sebayanya di kampus. Kondisi inilah yang menyebabkan korban mencari perhatian lebih daripada orangtuanya yaitu kepada orang lain, termasuk teman sebaya, terlebih dengan pacar. Itu sebabnya korban mudah terjebak dalam pelecehan seksual, sebagaimana pernah melakukan hubungan seksual dengan pacar sebelumnya.

Korban berpacaran selama 5 bulan lamanya. Selama pacaran, korban membiayai hidup pelaku termasuk urusan perkuliahan. Selain itu korban mendapat berbagai perlakuan kekerasan seperti bujuk rayu untuk melakukan hubungan seksual, sekalipun menolak ia mendapat tekanan berupa cacian, ancaman, dan percobaan pembunuhan seperti dipukul dengan tangan, bantal bahkan terkadang dengan benda tajam seperti pisau. Selain itu, pelaku selalu mengancam korban akan melaporkan video hubungan seksual mereka pada kedua orangtua dan menyebarluaskan ke orang lain bahwa korban sudah tidak perawan lagi. Sudah barang tentu korban akan menuruti semua kemauan pelaku.

“...Kamu ke kostku! Kalau ngga tak sebarin loh video kita”
“Mmhhhh, tentunya tanpa berfikir panjang langsung seketika mendatangi kost pelaku. Namun apa yang terjadi sesampainya di sana malah mengalami kekerasan fisik dan berhubungan lagi sebagaimana sebelumnya...” (Novi, 2015).⁶

⁵ Novia Dewei, Konselor Psikolog.

Sebagaimana yang terjadi pelaku memiliki sikap dan karakter kasar dan berani untuk melakukan berbagai cara hanya demi memuaskan kepentingan dirinya. Kasus yang dialami korban dapat dikatakan cukup lengkap. Pasalnya korban mendapatkan kekerasan fisik, psikologis, seksual, pemerasan ekonomi, kemerdekaan dalam bersosial. Atas dasar itu korban mengalami stress berat ditandai dengan penurunan berat badang hingga 10 kg. Selain itu, korban mendapat perlakuan serupa dari kakak pelaku berupa pemerasan ekonomi. Korban menyadari bahwa dirinya diperlakukan kurang baik, kemudian ia mencari pertolongan terhadap teman hingga ke Rifka WCC Yogyakarta, dan kepolisian.

Upaya penanganan masalah korban bisa dikatakan cukup reaktif, namun hanya saja ada beberapa strategi yang ia lakukan malah menjadi *boomerang* sehingga menyebabkan dirinya terjebak dalam kasus kekerasan dalam pacaran. Walaupun korban sering melakukan hubungan seksual ia tidak sampai pada kehamilan tidak diinginkan (KTD). Hal itu dilatarbelakangi bahwa korban secara usia cukup dewasa sehingga sedikit mampu *manage* masalah yang sedang dihadapinya.

Korban mulai terhindar dari berbagai ancaman pelaku setelah melaporkan ke kepolisian, dan lebih intens konsultasi ke Rifka Annisa WCC Yogyakarta untuk melakukan pemulihan berupa psikis tentang bagaimana cara mengatur masalah yang sedang dihadapi, kemudian korban mulai fokus menjalani aktivitas sehari-harinya termasuk menjalani perkuliahan dan fokus ke masa depannya. Dengan demikian korban sudah tidak menghiraukan ancaman seperti tidak membalas SMS, *Telephone*, BBM, Line, dan *Whatsapp* yang berisikan *terror* dan ancaman. Di sisi lain, pelaku sudah ketakutan karena sudah terdaftar kriminal di institusi kepolisian.

Dari dua kasus korban kekerasan dalam pacaran di atas, perilaku *coping* ini merupakan upaya untuk menghadapi masalah secara langsung melalui tindakan-tindakan yang sudah direncanakan sebelumnya. Hal ini dilakukan upaya untuk menghilangkan sumber *stressor* yang sedang terjadi, dan tentunya dari perencanaan tersebut ditindak lanjuti melalui cara berfikir logis dan positif serta berusaha menghadapi masalah yang kemungkinan akan terjadi.

⁶ Novia Dewei, Konselor Psikolog.

- a. Perencanaan merupakan upaya atau langkah yang dilakukan untuk mengatasi masalah-masalah yang sedang terjadi. Perencanaan ini membutuhkan pemikiran yang matang serta logis dan positif. Dalam hal ini ketiga korban di atas memutuskan menutup diri untuk sementara waktu, melakukan *therapy*, menjalani yang sudah terjadi, menjalani aktivitas baru dan berusaha untuk tidak memikirkan pelaku dengan cara fokus pada masa depannya.
- b. Pengekangan diri merupakan upaya ketiga korban untuk menghindari ancaman-ancaman yang kemungkinan akan terjadi, yaitu dengan cara melawan pelaku dan berusaha tidak menuruti semua kehendak pelaku kekerasan dalam pacaran.
- c. Mencari dukungan sosial merupakan upaya yang dilakukan dalam mencari solusi dengan cara meminta bantuan maupun dukungan kepada sahabat terdekat, keluarga, lembaga konsultasi maupun aparat hukum seperti kepolisian agar mendapat nasihat, informasi, bimbingan dan pendampingan psikologis dan hukum.

Korban Ketiga: Emotion Focused Coping (EFC)

Kehidupan dan kondisi korban dengan keluarga bisa dikatakan cukup unik. Pasalnya korban tinggal bersama ayahnya dan ibu tirinya. Korban beranggapan bahwa ayahnya otoriter, padahal realitanya ayah korban sangat menyayanginya hanya saja ada komunikasi satu arah. Begitupun ada anggapan ibu tirinya galak, padahal realitanya korban selalu diingatkan dan diperhatikan berbagai kebutuhan korban. Disisi lain korban merasa tidak nyaman di rumah, ia berkomunikasi ketika ada perlu yang sifatnya urgent.

Karakter lain dari korban yaitu memiliki sifat pemalu, dan sulit mengungkapkan dengan apa yang sedang dialaminya, terlebih kepada orangtuanya. Korban lebih menyukai dan nyaman di luar rumah, sehingga sehari-harinya bermain bersama temannya atau ikut kegiatan latihan jatilan. Itu sebabnya korban tidak terbuka kepada keluarga dibandingkan dengan teman sebayanya. Atas dasar itu korban mudah tertipu daya oleh pelaku, sehingga korban mengalami kerugian fisik, psikis, sosial, termasuk kerugian ekonomi.

Saat itu korban berpacaran dengan salah satu anggota *team* jatilannya. Berdasarkan penuturan korban bahwa dirinya pernah melakukan hubungan seksual dengan pacarnya. Ia melakukan perihal tersebut berdalih karena pacarnya memaksa dan apabila menolaknya ia takut dimarahi. Pada kesem-

patan lain, korban berselingkuh dengan teman pacar korban yang merupakan tetangga sekaligus teman satu *group* jatilan. Perselingkuhan yang dilakukan bukan sekadar makan atau jalan bareng melainkan melakukan hubungan badan layaknya suami istri yang sah.

Teman jatilan: “*Selingkuh yuk!*” (langsung buka baju) dan berhubungan seksual

Konselor : “*kenapa kamu seperti itu?*”

Korban : “*Karena dia minta*”

Konselor : *Kenapa kamu ngga teriak? Dia diam.....*

Korban : *Aku takut mba, aku takut kalau dia marah besar*⁷

Pasca putus dengan pacar sebelumnya, korban menjalin asmara kembali dengan orang baru dan mendapat perlakuan yang sama sebagaimana pacar sebelumnya. Korban sendiri menyadari dan mengetahui bahwa pelaku sudah berumah tangga dan memiliki anak. Pada saat itu korban sempat menolak, namun pelaku mengaku bahwa dirinya sudah bercerai. Dari situlah hubungan asmara keduanya terjalin selama 12 hari. Adapun alasan utama korban menjalin asmara dengan pelaku karena alasan sepele bahwa pelaku lebih keren dan gaul (bertindik dan bertato).

Berdasarkan penuturan korban, selama 12 hari berpacaran keduanya telah melakukan 4 kali hubungan seksual. Seiringnya waktu korban merasa jenuh dengan perlakuan pelaku, namun korban kesulitan untuk menghindari karena berbagai ancaman yang diterimanya. Ada peristiwa paling trauma yang dialami korban yaitu pelaku sempat menjual korban terhadap rekannya. Korban dibawa ke suatu tempat dengan iming-iming silaturahmi ke rumah mbah pelaku, namun dalam perjalanan korban dijebak di sebuah gubuk yang tak berpenghuni, dan di situlah korban mendapat pelecehan seksual yang terakhir kalinya.

“*...Kamu harus melayani aku, karena aku sudah membayar kamu sama si RN (pacar korban)...*” (Dewi.2015)⁸

Sejak kejadian itu korban mulai dihantui rasa bersalah dan malu dengan apa yang sudah dilakukannya, hanya diam dan menangis. Setelah kejadian itu korban dan keluarga melaporkan kepada pihak kepolisian untuk diproses

⁷ Dewi Putri Arini, Konselor Psikologi, di Rifka Annisa Women’s Crisis Center Yogyakarta, 11 Juni 2015.

⁸ Dewi Putri Arini, Konselor Psikolog.

hukum. Kejadian itu tentu korban mengalami trauma yang sangat berat. Korban merasa malu jika teman sebaya mengetahui dengan apa yang telah ia lakukan. Kemudian korban lebih banyak emosi, pendiam, menutup diri, tidak mau keluar rumah atau mengurung diri di dalam kamar.

Untuk mengantisipasi hal-hal yang tidak diinginkan selain meminta bantuan hukum dengan kepolisian pihak keluarga dan korban meminta bantuan pendampingan psikologis dengan Rifka Annisa WCC Yogyakarta, hingga pemulihan korban dan berbagai alternatif pemecahan masalah melalui pendampingan Rifka Annisa WCC Yogyakarta.

Perilaku *coping* ini merupakan strategi untuk meredakan emosi yang ditimbulkan dari *stressor* yang sedang terjadi, yang memungkinkan individu mengambil hikmah yang sudah terjadi dan mengharap adanya simpati dan pengertian dari orang lain, bahkan mencoba melupakan peristiwa-peristiwa buruk yang sudah dilaluinya, namun strategi ini sifatnya hanya sementara.

- a. Mencari dukungan sosial dari berbagai pihak agar mendapat perhatian dan pengertian.
- b. Reinterpretasi yang dilakukan oleh ketiga korban dengan cara memperbaiki diri supaya ada perubahan untuk menumbuhkan kepercayaan diri.
- c. Penerimaan diri dengan menerima keadaan sebelumnya yang sudah terjadi dan membuat suasana baru yang lebih positif dalam menjalani hidupnya untuk menjadi lebih baik lagi dari keadaan sebelumnya.
- d. Penyangkalan yang dilakukan ketiga korban berusaha untuk melupakan keburukan yang sudah terjadi seolah-olah sebelumnya tidak memiliki masalah yang kelam.
- e. Mendekatkan diri kepada Allah SWT, dengan harapan untuk memperbaiki diri agar nantinya tidak keluar dari batas-batas aturan agama yang sudah berlaku.

Alasan Pilihan *Coping* Korban

Ketiga klien Rifka Annisa WCC Yogyakarta memiliki beragam cara demi menghindari masalah yang sedang dialaminya. Akan tetapi *problem solving* yang mereka lakukan tidak serta merta berhasil, tentunya membutuhkan waktu dan bantuan jasa orang lain yang mampu mengerti keadaan diri mereka. Adapun alasan ketiga korban menentukan perilaku *coping* yang dilakukannya secara keseluruhan sebagai berikut:

- a. Untuk menghindari masalah yang sudah terjadi dan kemungkinan-kemungkinan yang akan terjadi berikutnya, sehingga ketiga korban melakukan strategi tersebut;
- b. Untuk memutuskan hubungan dengan pelaku kekerasan yaitu dengan pacar sebagai pelaku kekerasan, walaupun pada dasarnya membutuhkan waktu yang cukup lama dan proses yang panjang;
- c. Setelah terhindarnya dari kekerasan dalam pacaran yang dilakukan ketiga korban yaitu untuk memfokuskan ke masa depan tanpa menghiraukan pelaku kekerasan;
- d. Merutinkan *terapi* relaksasi yang didapatkan dari Rifka Annisa WCC Yogyakarta dalam upaya menghindari kekerasan agar tidak teringat kembali kejadian-kejadian yang sudah dilalui agar kejadian tersebut tidak terulang lagi di masa mendatang serta memiliki harapan untuk menjadi lebih baik lagi dari sebelumnya; dan
- e. Untuk lebih mendekatkan diri kepada sang pencipta Allah SWT.

Perilaku *coping* yang dilakukan ketiga korban di atas merupakan upaya mereka dalam menghindari tekanan-tekanan atau problem yang sedang terjadi, hal ini sebagaimana dalam teori Lazarus dan Folkman dalam Aldwin dan Revenson bahwa ada dua perilaku *coping* yaitu perilaku *coping* yang berorientasi pada masalah yang sedang dihadapi *problem focused coping (PFC)* dan perilaku *coping* yang berorientasi pada emosi *emotion focused coping (EFC)*.

Dengan demikian, hasil analisis penelitian yang dilakukan melalui wawancara, bahwa dari ketiga korban di atas secara keseluruhan memiliki komunikasi searah antara orangtua dengan anak, orangtua kurang mengontrol perkembangan anak, pola pendidikan terhadap anak yang rendah karena *background* pendidikan orangtua, dan ada juga disebabkan oleh kesibukan pekerjaan orangtua yang menyebabkan minimnya komunikasi antara orangtua dengan anak, dan yang terakhir pergaulan anak yang tidak terkontrol bebas.

Strategi *coping* ketiga korban di atas menunjukkan bahwa dua korban mempunyai perubahan ke arah yang lebih positif dan yang satu ke arah negatif. Sehingga *coping* yang dilakukan dua korban di atas mampu menjadi solusi permasalahannya dan yang satunya lagi masih memiliki tekanan psikologis, yang artinya masih memerlukan pendampingan khusus dari pihak keluarga, teman sebaya dan pihak yang berwenang seperti lembaga

Rifka Annisa WCC Yogyakarta yang menjadi rujukan rehabilitasi dan lembaga hukum seperti kepolisian.

Untuk mempermudah jalannya komunikasi, Rifka Annisa WCC Yogyakarta membuka pelayanan bagi seluruh para korban kekerasan dalam 3 bentuk pelayanan konsultasi, di antaranya pelayanan melalui media sosial, tatap muka (*face to face*), dan yang terakhir pendampingan khusus sebagai lanjutan dari tahapan-tahapan sebelumnya.

“...Kita selaku lembaga membuka 3 pelayanan konsultasi, di antaranya melalui media *telephone*, sms, email, *website*, dan media lainnya. Kemudian yang kedua melalui tatap muka (*face to face*) meliputi pertemuan khusus tahap demi tahap, dan yang terakhir pelayanan pendampingan, meliputi pendampingan psikologis maupun pendampingan hukum...” (Niko, 2015)⁹

Terapi Relaksasi dan Beberapa Kesulitan di Lapangan

Terapi realaksasi dapat dilakukan dimana saja tidak bertolak ukur pada waktu dan tempat. Hal itu tergantung pada objek atau yang diterapi sejauh mana kemampuan yang dimiliki dalam berkonsentrasi. Idealnya terapi dilakukan dengan berbagai persiapan yang cukup matang, tujuannya untuk mendapatkan hasil lebih maksimal. Mulai dari *setting*-an tempat yang nyaman, tidak banyak suara yang dapat mengganggu konsentrasi proses jalannya terapi, terapi dilakukan pada jam-jam tertentu untuk menambah konsentrasi terapi, dan dipandu oleh ahlinya seperti psikolog, prikotrapi, konselor. Adapun terapi sendiri dapat dilakukan oleh setiap individu yang sudah menguasai tahapan-tahapat relaksasi.

Selain itu terapi bukan saja dilakukan oleh orang yang sedang mengalami masalah berat misalnya. Akan tetapi pada dasarnya terapi dapat dilakukan oleh semua kalangan. Dengan bertujuan untuk mendapatkan ketenangan diri yang secara emosional sering bergejolak atau tidak stabil karena terdapat berbagai hambatan yang sering bermunculan.

“...terapi relaksasi sendiri dapat dilakukan oleh diri sendiri, namun alangkah lebih tepatnya didampingi oleh orang yang ahli dalam bidangnya, seperti psikolog, psikiater, dan konselor. Dengan demikian, terapi relaksasi yang dilakukan dapat tercapai pada tujuan penenangan emosional yang bergejolak atau tidak stabil karena

⁹ Niko, Staf Divisii Rifka Annisa Women's Crisis Center Yogyakarta, 3 Juni 2015.

banyaknya hambatan yang selalu bermunculan...” (Dewi.2015).¹⁰

Selain terapi, ada pembahasan lain yang tidak kalah penting bagi seorang konselor psikolog. Di antaranya tugas seorang konselor psikolog bukan sekadar melakukan pelayanan semata, tentu harus mencapai pada tujuan pelayanan konseling. Terlebih terdapat berbagai hambatan yang bervariasi. Hal tersebut disebabkan oleh berbagai faktor yang dimiliki oleh setiap individu konseli (korban) yang diberikan pelayanan.

“...Seringkali kami mengalami berbagai hambatan, di antaranya ada beberapa korban yang merasa pulih atau aman dari masalah yang sedang dihadapinya, sehingga tidak membutuhkan pelayanan lanjutan. Padahal secara pengalaman kami bisa jadi masalah yang belum tuntas dapat terulang kembali. *Kedua*, korban introvert (tertutup), sehingga harus membangun *raport* dan *chemistry* yang membutuhkan waktu cukup lama. Tentunya harus ada kerjasama dari pihak keluarga korban. *Ketiga*, korban dan orangtua terdapat komunikasi searah, dan yang terakhir *Kempat*, kasus kekerasan dalam pacaran khususnya sulit dibawa ke ranah hukum karena ada unsur suka sama suka, sehingga kekuatan hukumnya lemah...” (Novi.15)¹¹

Kekerasan dalam pacaran khususnya merupakan kejahatan yang tidak henti-hentinya dari waktu ke waktu. Untuk itu, sebagaiantisipasi meminimalisir terjadinya kekerasan, perlu kerjasama antara berbagai pihak, seperti pemerintah melalui lembaga terkait, lingkungan sosial yang kondusif, lembaga pendidikan, dan yang terakhir orang tua sebagai peran utama dalam memberikan pendidikan terhadap anak. Orang tua di sini bukan sekadar memberikan materi dan memberikan pelayanan pendidikan, melainkan diperlunya kehangatan atau *chemistry* yang baik. Karena pada dasarnya orang tua sebagai model utama bagi seorang anak.

Kesimpulan dan Saran

Bentuk strategi *coping* yang dilakukan ketiga korban secara keseluruhan ketiga-tiganya dalam upaya melakukan strategi *coping* yaitu meminta bantuan sosial terhadap teman sebaya, saudara, keluarga, lembaga (Rifka Annisa WCC Yogyakarta), dan lembaga hukum (kepolisian).

¹⁰ Dewi Putri Arini, Konselor Psikolog.

¹¹ Novia Dewei, Konselor Psikolog.

Alasan ketiga korban menggunakan strategi *coping* tersebut untuk menghindari masalahnya yang sedang dihadapi, untuk memutuskan hubungan dengan pelaku kekerasan dalam pacaran, untuk memfokuskan masa depan mereka tanpa menghiraukan pelaku kekerasan, dan yang terakhir merutinitaskan terapi relaksasi yang didapat dari Rifka Annisa WCC Yogyakarta agar tidak teringat dan tidak terulang kembali kejadian yang sama di masa mendatang dan memiliki harapan untuk menjadi lebih baik lagi dari sebelumnya.

Perilaku *coping* yang digunakannya yaitu *problem focused coping* (PFC) dan *emotion focused coping* (EFC) yang melibatkan bantuan dari orang lain dalam upaya mengatasi masalah atau tekanan-tekanan yang sedang dihadapinya, sehingga dapat membantu jalan keluar klien dari masalahnya, selain itu korban memiliki perencanaan yang matang, serta diiringinya dengan keyakinan kuat untuk lebih mendekatkan diri kepada Allah SWT.

Setelah mengkaji, meneliti, menelaah kembali hasil dari *coping* yang dilakukan ketiga korban Rifka Annisa WCC Yogyakarta yang menjadi korban kekerasan dalam pacaran peneliti dapat memberikan gambaran untuk klien atau individu yang mengalami hal yang sama bisa melakukan sebagai berikut: (a) Jika sedang menghadapi masalah yang berat hendaknya untuk terbuka atau berkonsultasi kepada teman terdekat, keluarga, lembaga yang bisa menaungi keluhan yang sedang dihadapi, jika masalah yang dihadapinya bersentuhan dengan hukum hendaknya melapor ke pihak yang berwajib yaitu kepolisian; (b) Menjalani *therapy* yang diberikan lembaga atau instansi yang bersangkutan (jika mendapatkan *therapy*); (c) Usahakan tidak menghubungi, bahkan tidak melayani pelaku kekerasan, baik berupa sms, telpon maupun media lainnya; (d) Hindari waktu kosong agar tidak melamun, dan usahakan mengisi waktu luang dengan kegiatan yang positif agar jasmani kita selalu semangat dan mudah untuk melupakan kejadian buruk yang sudah dilalui; (e) Hindari pergaulan yang sekiranya menjerumuskan ke arah yang negatif dan mulai membuka diri untuk bergaul dengan orang-orang yang mampu menginspirasi kita menjadi lebih baik; (f) Tanamkan dalam hati untuk menjadi lebih baik dari sebelumnya; (g) Memohon restu kepada kedua orangtua ketika akan menjalani aktivitas; dan (h) Kembali kepada jalan Allah SWT untuk bertaubat memohon ampun agar selalu diberi jalan di kala mendapat kesulitan.

Dari hasil kajian di atas, maka peneliti berharap adanya intensitas *intens* dalam mengambil data yang ada—khusus bagi peneliti selanjutnya dengan objek yang sama. Jika bisa, diharapkan lebih dari tiga informan yang dijadikan subjek dalam penelitian ini. Karena keterbatasan subjek ini menjadi sebuah kelemahan tersendiri, akibatnya menjadi kurangnya data yang didapat oleh peneliti. Kemudian, alangkah lebih baik jika penelitiannya tidak di lembaga yang memiliki data privasi kliennya, hal ini untuk mempermudah peneliti dalam menggali data-data penelitian kualitatif yang secara komprehensif, karena jika di lembaga memiliki keterbatasan waktu, privasi data klien, dan peneliti tidak bisa langsung terjun mewawancarai kepada klien, melainkan melalui lembaga dan konselor yang bersangkutan.

Berhubung pada penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, maka dari itu peneliti berharap untuk penelitian selanjutnya dalam kasus yang sama diharapkan selain meneliti korban kekerasan dalam pacaran alangkah lebih baiknya pelaku kekerasan juga diteliti supaya hasil data penelitiannya lebih valid dan mampu menghasilkan teori baru baik untuk korban kekerasan, maupun pelaku kekerasan dalam pacaran.

Daftar Pustaka

- A. Ubadillah. (2000). *Demokrasi, Hak Asasi Manusia, dan Masyarakat Madani*. Jakarta: ICCE UIN Syarif Hidayatullah.
- Administrator. (2015). Kekerasan dalam Pacaran Apaan Tuh? Retrieved from www.lbh-apik.or.id
- Aldwin, C., & Revenson, T. (1987). Does Coping Help? A Reexamination of the Relation Between Coping and Mental Healty. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53(2), 337–348.
- Asti, & BM. (2005). *Jangan Pacarin Gue!* Surakarta: Smart Media.
- Basrowi, & Suwandi. (2008). *Memahami Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Pt. Rhineka Cipta.
- Chaplin, J.. (2004). *Kamus Lengkap Psikologi, (Terjemahan Kartini dan Kartono)*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Desmita. (2010). *Psikologi Perkembangan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Erikson, H. E. (1989). *Identitas dan Siklus Hidup Manusia, terj. Agus Cremers*. Jakarta: Gramedia.

- Folkman, S. (1984). Personal control and stress and coping processes: a theoretical analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46(4), 839–852. Retrieved from <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/6737195>
- Hall, C., & Lindzey, G. (1993). *Theories of Personality terj. A. Supratiknya*. Yogyakarta: Kanisius.
- Huberman, & Miles. (1992). *Analisis Data Kualitatif*. Jakarta: UI Press.
- Hurlock, E. B. (1999). *Psikologi Perkembangan (Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan)*. Jakarta: PT. Erlangga.
- Kartono. (2003). *Patologi Sosial 2: Kenakalan Remaja*. Jakarta: Rajawali Press.
- Lambie, I. (2012). *Remaja dengan Masalah Perilaku Seksual: Menuju Hubungan yang Positif dan Sehat, dalam Kathryn Geldard, Konseling Remaja Intervensi Praktis Bagi Remaja Beresiko*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Luhulima. (2000). *Pemahaman Bentuk-Bentuk Tindak Kekerasan Terhadap Perempuan dan Alternatif Pemecahan*. Jakarta: Alumnus.
- Monk, F.. (2006). *Psikologi Perkembangan Pengantar dalam Berbagai Bagiannya*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Mu'tadin, Z. (2015). Strategi Coping. Retrieved from www.epsikologi.com
- Novi, D. R. Konselor Psikologi, Rifka Annisa Women's Crisis Center Yogyakarta (2015).
- Nugraheni, R. (2015). Fenomena Pacar Keren. Retrieved from www.rifka-annisa.org
- Perlita, G. (2008). Sikap Terhadap Kekerasan dalam Pacaran (Penelitian Pada Mahasiswi Reguler Universitas Esa Unggul yang Memiliki Pacar. *Jurnal Psikologi*, 6(1). Retrieved from http://digilib.esaunggul.ac.id/UEU-Journal-JP060108_FER/4985
- Pramadi, & Lasmono. (2003). Coping Stress Pada Etnis Bali, Jawa, dan Sunda. *Anima, Indonesian Psychological Journal*, 18(4), 326–340. Retrieved from <https://lib.atmajaya.ac.id/default.aspx?tabID=61&src=a&id=5657>
- Purwoko, H., & Hendarti. (2009). *Aneka Sifat Kekerasan: Fisik, Simbolik, Birokratik & Struktural*. Jakarta: Indeks.
- Raco. (2010). *Metode Penelitian Kualitatif Jenis, Karakteristik dan Keunggulannya*. Jakarta: PT. Grasindo.

- Ramli, B. (1990). Laporan Hasil Penelitian Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Pemuda Mengenai Masalah Kesehatan di DKI Jakarta dan D.I. Yogyakarta. Jakarta: Puslit Ekonogi Kesehatan Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Departemen Kesehatan.
- Santrock, J. W. (2003a). *Adolescence Edisi Kenam*. Jakarta: Erlangga.
- Santrock, J. W. (2003b). *Adolescence Perkembangan Remaja*, Editor: Wisnu C. Kristiaji dan Yati Sumiharti. Jakarta: Erlangga.
- Subagyo, P. J. (1991). *Metodologi Penelitian Teori dan Praktek*. Jakarta: Pt. Rhineka Cipta.
- Soekidjo Notoatmodjo, (2003). *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*, Jakarta: Rineka Cipta.
- Sugiyono. (2009). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2013). *Memahami Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Wijayanto, I. (2003). *Campus Fres Chicken*. Yogyakarta: CV. Qalam.
- WS, & Yulia, M. (1999). *Dukungan Orang Tua Terhadap Keputusan Karir Remaja dan Status Keputusan Karir Remaja*, Makalah, tidak diterbitkan. Solo: Fakultas Psikologi UMS.