



Dinamika Psikologis pada Perempuan Korban Kekerasan dalam Berpacaran

Ayu Lestari¹, Adinda Shofia^{2✉}, Syafira Putri Ekayani³

¹⁻³Fakultas Ekonomi Bisnis dan Humaniora, Universitas Pendidikan Muhammadiyah Sorong, Indonesia

✉Corresponding email: adindashofia@unimudasorong.ac.id

Histori Artikel:

Submit: 28 Maret 2026; Revisi: 18 April 2026; Diterima: 20 April 2026
Publikasi: 22 April 2026; Periode Terbit: Juni 2026

Doi: 10.23917/jkk.v5i2.1004

Abstrak

Kekerasan dalam hubungan pacaran merupakan fenomena yang semakin mengkhawatirkan, khususnya pada perempuan dewasa awal. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi dinamika psikologis perempuan korban kekerasan dalam hubungan pacaran di Kota Sorong. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus. Partisipan dipilih melalui purposive sampling dengan kriteria perempuan berusia 18–40 tahun, berstatus mahasiswi, dan pernah atau sedang mengalami kekerasan dalam pacaran. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi, keterangan *significant other*, serta tes psikologi Minnesota Multiphasic Personality Inventory (MMPI). Analisis data menggunakan model interaktif Miles dan Huberman, dengan triangulasi untuk menjaga keabsahan data. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dinamika psikologis korban terbentuk melalui tiga pola utama. Pertama, keterikatan emosional dalam siklus kekerasan (*cycle of violence*) yang memunculkan *trauma bonding*. Kedua, distorsi kognitif berupa *self-blame*, normalisasi kekerasan, dan keyakinan terhadap perubahan pasangan yang berkontribusi pada *learned helplessness*. Ketiga, respons perilaku sebagai strategi bertahan yang berkembang menjadi maladaptif dan menyebabkan hilangnya *agency*. Selain itu, pengalaman kekerasan masa lalu dan rendahnya dukungan sosial memperkuat keterjebakan korban, sementara dukungan sosial menjadi faktor penting dalam proses pemulihan. Penelitian ini menyimpulkan bahwa dinamika psikologis korban bersifat kompleks dan melibatkan interaksi aspek afektif, kognitif, dan konatif. Oleh karena itu, intervensi perlu dilakukan secara komprehensif dengan menekankan pemulihan emosional, restrukturisasi kognitif, penguatan *agency*, serta dukungan sosial.

Kata Kunci: kekerasan dalam pacaran, dinamika psikologis, trauma bonding, learned helplessness, loss of agency.

Pendahuluan

Masa transisi dari remaja menuju dewasa, yang dikenal sebagai masa dewasa awal, merupakan periode krusial dalam perkembangan individu karena pada fase ini terjadi proses pembentukan identitas, kemandirian,

serta kematangan emosional yang akan memengaruhi arah kehidupan seseorang di masa mendatang (Ady et al., 2022). Dalam kerangka teori perkembangan psikososial, Erikson (Adilla & Syafira, 2019) menyatakan bahwa individu pada tahap dewasa



awal, yang berada pada rentang usia 18 hingga 40 tahun, dihadapkan pada tugas perkembangan intimacy versus isolation. Pada tahap ini, individu dituntut untuk mampu membangun hubungan interpersonal yang intim, stabil, dan bermakna, terutama dalam konteks relasi romantis. Keberhasilan dalam membangun keintiman akan menghasilkan hubungan yang sehat dan suportif, sedangkan kegagalan dapat menimbulkan isolasi sosial yang ditandai dengan perasaan kesepian, keterasingan, serta kecenderungan menyalahkan diri sendiri (Sabrina et al., 2022). Dengan demikian, fase dewasa awal tidak hanya menjadi periode eksplorasi hubungan, tetapi juga merupakan fondasi penting dalam pembentukan kualitas relasi interpersonal jangka panjang.

Namun demikian, realitas menunjukkan bahwa tidak semua hubungan romantis pada masa dewasa awal berjalan secara sehat. Salah satu persoalan serius yang kerap muncul adalah kekerasan dalam hubungan pacaran (*dating violence*), yang mencakup berbagai bentuk tindakan agresif baik secara fisik, emosional, maupun psikologis (Ramadhani & Herdiana, 2022). World Health Organization (WHO, 2012) menegaskan bahwa usia muda merupakan salah satu faktor risiko signifikan terhadap terjadinya kekerasan dalam hubungan intim. Kekerasan tersebut sering kali terjadi dalam bentuk yang tidak selalu tampak secara fisik, seperti manipulasi emosional, kontrol berlebihan, dan intimidasi psikologis, yang dalam jangka

panjang dapat berdampak serius terhadap kesejahteraan mental korban (Kurniawati & Munir, 2022). Ironisnya, dalam banyak kasus, perilaku kekerasan tersebut kerap dinormalisasi sebagai bagian dari dinamika hubungan yang dianggap wajar, sehingga menghambat proses identifikasi dan penanganan yang tepat (Hapsari et al., 2022). Kondisi ini menunjukkan bahwa kekerasan dalam pacaran bukan sekadar konflik interpersonal biasa, melainkan fenomena kompleks yang berkaitan erat dengan kesehatan mental, keamanan individu, dan kualitas kehidupan secara keseluruhan.

Dalam konteks Indonesia, fenomena kekerasan dalam pacaran menunjukkan tren yang mengkhawatirkan. Data Catatan Tahunan (CATAHU) Komnas Perempuan (2023) mencatat bahwa dari 9.806 kasus kekerasan terhadap perempuan yang dilaporkan, sebanyak 3.528 kasus merupakan kekerasan dalam pacaran, menjadikannya sebagai kategori tertinggi dibandingkan bentuk kekerasan lainnya. Angka ini bahkan melampaui kasus kekerasan dalam rumah tangga terhadap istri (3.205 kasus), kekerasan terhadap anak perempuan (725 kasus), dan kekerasan oleh mantan pacar (163 kasus). Selain itu, Komnas Perempuan (2023) juga mengungkapkan bahwa kelompok usia 18 hingga 25 tahun mendominasi sebagai korban kekerasan, yang sebagian besar berada pada fase transisi pendidikan dari sekolah menengah menuju perguruan tinggi (Hulukati & Djibran, 2018). Pada fase ini, individu

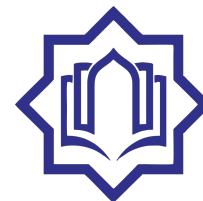


tidak hanya menghadapi tuntutan akademik, tetapi juga dinamika sosial dan emosional yang kompleks, sehingga pengalaman kekerasan dalam hubungan romantis berpotensi menghambat perkembangan psikologis, sosial, dan akademik secara simultan.

Fenomena tersebut juga terlihat secara spesifik di Kota Sorong, Provinsi Papua Barat Daya, yang memiliki karakteristik sosial, ekonomi, dan budaya yang unik. Berbagai faktor struktural, seperti ketimpangan gender, kemiskinan, ketidakstabilan sosial, serta keterbatasan akses terhadap layanan pendidikan dan kesehatan, berkontribusi terhadap tingginya kerentanan terhadap kekerasan (Abd Kadir et al., 2023). Data dari Polresta Sorong menunjukkan adanya 88 kasus kekerasan fisik terhadap perempuan, dengan 84 kasus di antaranya terjadi dalam konteks hubungan pacaran (TribunSorong.com, 2024). Namun, angka tersebut diperkirakan belum mencerminkan kondisi sebenarnya karena banyak kasus yang tidak dilaporkan, sehingga fenomena ini sering dianalogikan sebagai fenomena gunung es (Sulastri & Nurhayaty, 2021). Salah satu kasus ekstrem yang terjadi pada 8 November 2024, di mana seorang pelaku membakar pasangannya akibat konflik personal (detik.com, 2024), memperlihatkan bahwa kekerasan dalam pacaran dapat berkembang menjadi tindakan fatal yang mengancam keselamatan jiwa. Hal ini menegaskan urgensi penelitian yang lebih mendalam terkait dinamika kekerasan dalam konteks lokal.

Untuk memperkuat pemahaman empiris, studi pendahuluan yang dilakukan pada Januari hingga Februari 2025 melalui kuesioner daring mengungkapkan pola kekerasan yang relatif konsisten pada korban perempuan dewasa awal. Bentuk kekerasan yang dialami mencakup kekerasan fisik (memukul, mencekik, menarik secara paksa), kekerasan verbal (penghinaan, kata-kata kasar), serta kekerasan psikologis berupa kontrol berlebihan dan isolasi sosial. Temuan ini menunjukkan bahwa kekerasan dalam pacaran sering kali bersifat multidimensional dan berlangsung secara berulang dalam pola tertentu. Walker (Sangeetha et al., 2022) menjelaskan bahwa kekerasan dalam hubungan berlangsung dalam siklus yang terdiri atas fase ketegangan, fase kekerasan akut, dan fase rekonsiliasi (bulan madu). Siklus ini menciptakan dinamika psikologis yang kompleks, di mana korban mengalami ambivalensi emosional antara rasa takut, harapan, dan ketergantungan terhadap pelaku (Mayasari, 2016; Sari, 2019; Sari & Fridari, 2021).

Lebih lanjut, berbagai faktor risiko turut memperkuat keberlangsungan kekerasan dalam hubungan pacaran. Pengalaman masa lalu, seperti paparan kekerasan dalam keluarga, dapat membentuk pola perilaku yang direplikasi dalam hubungan romantis (Wolfe & Temple, 2019). Budaya patriarki juga memainkan peran penting dalam menciptakan relasi yang tidak setara, di mana perempuan cenderung berada dalam posisi subordinat



(Komnas Perempuan, 2022). Selain itu, faktor psikologis seperti rendahnya rasa percaya diri, ketergantungan emosional, serta penerimaan terhadap kekerasan sebagai hal yang normal turut memperburuk situasi (Mandagie & Rositawati, 2020; Astutik & Syafiq, 2019). Faktor eksternal seperti penggunaan alkohol dan narkoba serta paparan media kekerasan juga meningkatkan risiko terjadinya perilaku agresif dalam hubungan (Wolfe & Temple, 2019; Nwufu et al., 2021).

Dampak yang ditimbulkan oleh kekerasan dalam pacaran tidak hanya bersifat jangka pendek, tetapi juga memiliki konsekuensi jangka panjang yang signifikan. Secara psikologis, korban berisiko mengalami depresi, kecemasan, dan gangguan stres pascatrauma (Lin et al., 2020; Anindya et al., 2020). Secara fisik dan kesehatan reproduksi, korban dapat mengalami cedera, kehamilan yang tidak direncanakan, serta infeksi menular seksual (Widyasari & Aryastami, 2018). Selain itu, kekerasan juga berdampak pada relasi sosial dan kualitas hidup korban secara keseluruhan (Heise & Moreno, 2002; Prameswari & Nurchayati, 2021). Kompleksitas dampak ini menunjukkan bahwa kekerasan dalam pacaran merupakan isu multidimensional yang memerlukan pendekatan interdisipliner dalam penanganannya.

Meskipun berbagai penelitian telah dilakukan, masih terdapat kesenjangan dalam kajian yang secara spesifik mengangkat dinamika psikologis korban dalam konteks lokal tertentu.

Penelitian sebelumnya cenderung berfokus pada wilayah perkotaan besar seperti Surabaya, Kupang, Bandar Lampung, dan Makassar (Prameswari & Nurchayati, 2021; Khotimah et al., 2023; Hermawan, 2023; Zalabila et al., 2024; Yunanto & Kenward, 2024), sehingga belum sepenuhnya merepresentasikan kondisi di wilayah timur Indonesia, khususnya Kota Sorong. Oleh karena itu, penelitian ini menawarkan kebaruan (novelty) dalam tiga aspek utama, yaitu fokus pada dinamika psikologis perempuan dewasa awal, karakteristik subjek yang spesifik, serta konteks geografis yang masih minim kajian empiris.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi secara mendalam dinamika psikologis perempuan dewasa awal yang menjadi korban kekerasan dalam hubungan pacaran di Kota Sorong. Secara teoretis, penelitian ini diharapkan dapat memperkaya khazanah ilmu psikologi, khususnya dalam memahami pengalaman subjektif korban kekerasan dalam relasi romantis. Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar dalam pengembangan intervensi psikologis, program pendampingan, serta kebijakan yang lebih responsif terhadap kebutuhan korban, sekaligus meningkatkan kesadaran masyarakat terhadap urgensi penanganan kekerasan dalam pacaran secara komprehensif.

Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain



studi kasus (case study). Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan peneliti untuk mengeksplorasi secara mendalam pengalaman subjektif individu dalam konteks kehidupan nyata, khususnya dalam menjawab pertanyaan penelitian yang bersifat eksploratif seperti *how* dan *why* terkait dinamika psikologis perempuan korban kekerasan dalam hubungan pacaran. Pendekatan kualitatif dinilai relevan untuk mengungkap fenomena psikologis yang kompleks, yang tidak dapat direduksi menjadi data kuantitatif semata, melainkan memerlukan pemahaman yang komprehensif terhadap pengalaman, persepsi, serta makna yang dibangun oleh partisipan. Fokus utama penelitian ini adalah dinamika psikologis perempuan dewasa awal yang menjadi korban kekerasan dalam hubungan pacaran di Kota Sorong.

Partisipan penelitian dipilih menggunakan teknik purposive sampling, yaitu teknik penentuan sampel berdasarkan pertimbangan tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian. Kriteria inklusi partisipan meliputi: (1) perempuan berusia antara 18 hingga 40 tahun, (2) pernah atau sedang mengalami kekerasan dalam hubungan pacaran, baik dalam bentuk fisik, verbal, maupun psikologis, dan (3) berstatus sebagai mahasiswi di salah satu perguruan tinggi di Kota Sorong. Berdasarkan kriteria tersebut, penelitian ini melibatkan tiga partisipan utama. Proses rekrutmen partisipan dilakukan melalui media sosial, jaringan pertemanan, serta penyaringan awal

menggunakan Google Form untuk memastikan kesesuaian dengan kriteria penelitian. Selain data utama yang diperoleh dari partisipan, penelitian ini juga memanfaatkan data pendukung berupa observasi, dokumentasi, serta keterangan dari significant other guna memperkuat kedalaman dan kredibilitas temuan.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini meliputi tes psikologi, wawancara mendalam, dan observasi. Tes psikologi yang digunakan adalah Minnesota Multiphasic Personality Inventory (MMPI), yang bertujuan untuk memperoleh gambaran objektif mengenai karakteristik kepribadian serta kondisi psikologis partisipan, termasuk indikasi adanya gangguan psikologis tertentu (Butcher & Williams, 1992; Greene, 2011). Wawancara dilakukan secara semi-terstruktur, sehingga peneliti memiliki fleksibilitas untuk mengeksplorasi pengalaman partisipan secara mendalam, sekaligus menjaga fokus pada tujuan penelitian. Pedoman wawancara disusun berdasarkan kerangka konseptual dinamika psikologis korban kekerasan dalam hubungan interpersonal. Observasi dilakukan secara non-partisipatif dan tidak terstruktur selama proses wawancara berlangsung, dengan tujuan untuk menangkap ekspresi nonverbal, intonasi, serta respons emosional partisipan yang tidak selalu terungkap secara verbal.

Seluruh proses pengumpulan data diawali dengan tahap *building rapport* untuk menciptakan hubungan yang



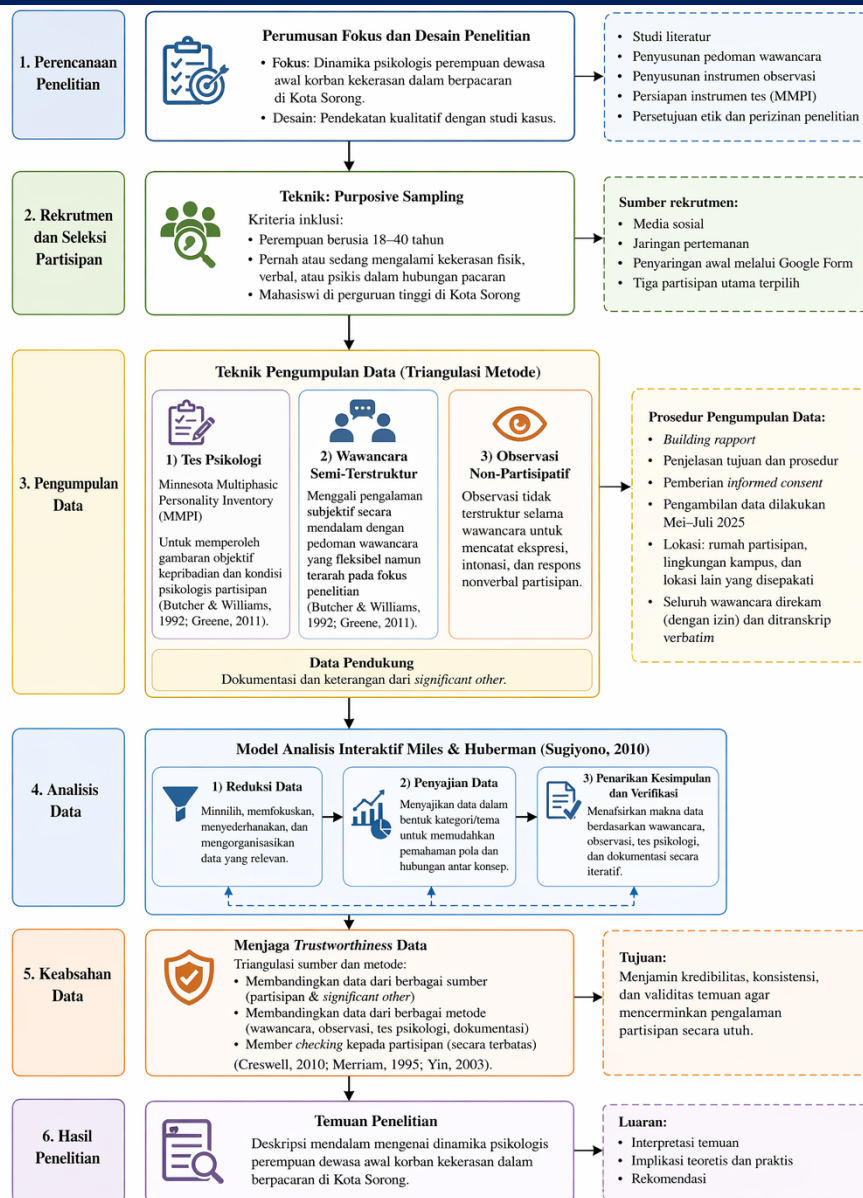
aman dan nyaman antara peneliti dan partisipan. Peneliti juga memberikan penjelasan terkait tujuan penelitian, prosedur yang akan dilakukan, serta menjamin kerahasiaan data partisipan. Setiap partisipan diminta untuk menandatangani informed consent sebagai bentuk persetujuan partisipasi secara sukarela. Pengumpulan data dilaksanakan pada periode Mei hingga Juli 2025 di berbagai lokasi yang disepakati bersama, seperti rumah partisipan, lingkungan kampus, serta tempat lain yang dianggap aman dan kondusif. Seluruh wawancara direkam dengan izin partisipan dan kemudian ditranskrip secara verbatim untuk menjaga keutuhan data.

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan model analisis interaktif yang dikemukakan oleh Miles dan Huberman, yang meliputi tiga tahapan utama, yaitu reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan dan verifikasi (Sugiyono, 2010). Pada tahap reduksi data, peneliti melakukan seleksi, penyederhanaan, dan pengorganisasian data yang relevan dengan fokus penelitian. Selanjutnya, data disajikan dalam bentuk kategori dan tema untuk memudahkan identifikasi pola serta

hubungan antar konsep. Tahap akhir adalah penarikan kesimpulan yang dilakukan secara iteratif melalui proses interpretasi terhadap data yang telah dianalisis, dengan mempertimbangkan hasil wawancara, observasi, tes psikologi, serta dokumentasi.

Untuk menjamin keabsahan data (*trustworthiness*), penelitian ini menerapkan teknik triangulasi sumber dan metode, yaitu dengan membandingkan data yang diperoleh dari berbagai sumber (partisipan dan significant other) serta berbagai teknik pengumpulan data (wawancara, observasi, dan tes psikologi). Pendekatan ini bertujuan untuk meningkatkan kredibilitas, konsistensi, serta validitas temuan penelitian sehingga mampu merepresentasikan pengalaman partisipan secara lebih komprehensif (Creswell, 2010; Merriam, 1995; Yin, 2003). Selain itu, peneliti juga melakukan pengecekan ulang (member checking) secara terbatas kepada partisipan untuk memastikan kesesuaian interpretasi dengan pengalaman yang mereka alami.

Berdasarkan dari metode yang sudah dibahas, dapat digambarkan melalui Gambar 1.



Gambar 1. Diagram Alir Penelitian

Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data yang diperoleh melalui wawancara mendalam, observasi, keterangan *significant other*, serta hasil probing tes psikologi MMPI, penelitian ini mengidentifikasi adanya pola dinamika psikologis yang kompleks pada perempuan dewasa awal korban kekerasan dalam hubungan pacaran. Meskipun setiap informan memiliki latar belakang pengalaman yang berbeda,

temuan penelitian menunjukkan adanya kesamaan pola yang konsisten dalam aspek afektif, kognitif, dan konatif. Dinamika tersebut tidak hanya dipengaruhi oleh pengalaman kekerasan yang sedang berlangsung, tetapi juga oleh faktor pengalaman masa lalu, cara individu memaknai relasi, serta interaksi antara emosi, pikiran, dan perilaku dalam menghadapi situasi kekerasan.

Lebih lanjut, hasil penelitian ini mengarah pada terbentuknya beberapa



tema utama yang merepresentasikan inti dinamika psikologis korban. Tema-tema ini tidak berdiri secara terpisah, melainkan saling berkaitan dan membentuk suatu konstruksi psikologis yang utuh dalam menjelaskan bagaimana korban bertahan, memaknai, dan merespons kekerasan dalam hubungan pacaran. Oleh karena itu, pembahasan berikut difokuskan pada tiga poin utama yang menjadi sintesis dari temuan penelitian, yaitu keterikatan emosional dalam siklus kekerasan, distorsi kognitif dalam memaknai kekerasan, serta respons perilaku korban sebagai bentuk strategi bertahan dalam situasi relasi yang tidak sehat.

a. Keterikatan Emosional dalam Siklus Kekerasan (Trauma Bonding dan Cycle of Violence)

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketiga informan mengalami keterikatan emosional yang kuat terhadap pasangan, meskipun hubungan yang dijalani diwarnai oleh kekerasan fisik, verbal, dan psikologis. Keterikatan ini tidak terbentuk secara instan, melainkan berkembang melalui dinamika relasi yang mengikuti pola siklus kekerasan (*cycle of violence*) sebagaimana dikemukakan oleh Walker (1979). Siklus tersebut meliputi fase bulan madu (*honeymoon phase*), fase

peningkatan ketegangan (*tension building*), fase kekerasan (*acute battering*), dan kembali ke fase rekonsiliasi. Pola ini terlihat secara konsisten pada ketiga informan, di mana hubungan awal dipersepsikan sebagai relasi yang penuh perhatian, kemudian berubah menjadi hubungan yang penuh kontrol dan kekerasan, namun tetap diikuti oleh fase permintaan maaf dan perilaku manis dari pasangan.

Dalam konteks ini, keterikatan emosional yang muncul tidak dapat dilepaskan dari fenomena *trauma bonding*, yaitu ikatan emosional yang terbentuk antara korban dan pelaku dalam hubungan yang ditandai oleh pola intermiten antara kekerasan dan kasih sayang (Dutton & Painter, 1993). Ketiga informan menunjukkan bahwa mereka tetap mempertahankan hubungan karena masih mengingat sisi positif pasangan, berharap adanya perubahan, serta merasa memiliki kedekatan emosional yang sulit dilepaskan. Kondisi ini menunjukkan bahwa kekerasan tidak serta merta menghilangkan keterikatan, tetapi justru dapat memperkuatnya melalui mekanisme psikologis tertentu.

Untuk memperjelas pola siklus kekerasan yang dialami oleh informan, berikut disajikan tabel komparatif:



Tabel 1. Pola Siklus Kekerasan pada Ketiga Informan

Informan	Fase Awal (Honeymoon)	Fase Ketegangan	Fase Kekerasan	Fase Rekonsiliasi
Heni	Perhatian, hangat, suportif	Mulai posesif, mudah marah	Memukul, mendorong, menghina	Meminta maaf, bersikap lembut
Sisilia	Romantis, penuh perhatian	Cemburu berlebihan, kontrol sosial	Menampar, menyundut, menghina	Memohon maaf, menunjukkan kasih sayang
Herlin	Peduli, memberi rasa aman	Curiga, kontrol ekstrem	Kekerasan berat, ancaman, hampir fatal	Janji berubah, sikap lembut sementara

Tabel 1 menunjukkan bahwa ketiga informan mengalami pola siklus kekerasan yang relatif serupa, meskipun dengan intensitas yang berbeda. Pada fase awal, hubungan selalu dimulai dengan pengalaman positif yang membangun kelekatan emosional. Fase ini menjadi fondasi penting karena menciptakan memori emosional yang kuat terhadap pasangan. Ketika memasuki fase ketegangan, perubahan perilaku mulai muncul secara bertahap, seperti meningkatnya kecemburuan dan kontrol. Namun, perubahan ini sering kali tidak langsung disadari sebagai tanda kekerasan. Pada fase kekerasan, tindakan agresif muncul dalam berbagai bentuk, mulai dari verbal hingga fisik yang berat. Menariknya, fase rekonsiliasi justru menjadi faktor kunci yang mempertahankan hubungan, karena

pelaku menunjukkan penyesalan dan kasih sayang yang kembali membangun harapan korban. Pola ini memperkuat teori Walker (1979) bahwa siklus kekerasan bersifat repetitif dan menciptakan kondisi psikologis yang membuat korban sulit keluar dari hubungan.

Selain siklus kekerasan, keterikatan emosional juga dipengaruhi oleh dinamika afektif yang kompleks. Ketiga informan menunjukkan ambivalensi emosional, yaitu adanya perasaan cinta yang berdampingan dengan rasa takut, marah, dan kecewa. Kondisi ini merupakan karakteristik utama *trauma bonding*, di mana korban mengalami ketergantungan emosional yang diperkuat oleh ketidakpastian dalam hubungan (Dutton & Painter, 1993).

Tabel 2. Dinamika Afektif dalam Trauma Bonding

Informan	Emosi Positif	Emosi Negatif	Respons Emosional Dominan	Dampak Afektif
Heni	Cinta, harapan	Takut, sedih	Pasrah, diam	Kelelahan emosional
Sisilia	Kasih, sayang	Takut, jengkel	Ambivalen	Insecurity
Herlin	Cinta mendalam	Takut, trauma	Ambivalen ekstrem	Trauma berat



Tabel 2 memperlihatkan bahwa keterikatan emosional korban tidak bersifat sederhana, melainkan terdiri atas kombinasi emosi yang saling bertentangan. Emosi positif seperti cinta dan harapan tidak hilang meskipun korban mengalami kekerasan, sehingga menciptakan konflik internal yang kuat. Pada Heni, dominasi emosi pasrah menunjukkan adanya kelelahan emosional akibat kekerasan berulang. Sisilia memperlihatkan ambivalensi yang dipengaruhi oleh pengalaman masa kecil, sehingga kekerasan tidak langsung ditolak secara emosional. Sementara itu, Herlin menunjukkan ambivalensi yang paling ekstrem, di mana cinta dan trauma hadir secara

bersamaan dalam intensitas tinggi. Kondisi ini memperkuat pandangan Herman (1997) bahwa dalam relasi traumatis, pelaku dapat menjadi sumber ancaman sekaligus sumber kenyamanan, sehingga memperkuat keterikatan korban. Dengan demikian, aspek afektif memainkan peran sentral dalam mempertahankan hubungan yang tidak sehat.

Lebih lanjut, keterikatan emosional juga dipengaruhi oleh faktor psikologis yang memperkuat ketergantungan korban terhadap pelaku. Faktor-faktor ini meliputi harapan perubahan, ketakutan kehilangan, serta kebutuhan akan validasi emosional.

Tabel 3. Faktor Penguat Trauma Bonding pada Informan

Informan	Harapan Perubahan	Ketakutan Kehilangan	Ketergantungan Emosional	Faktor Pendukung
Heni	Tinggi	Sedang	Tinggi	Hubungan lama
Sisilia	Tinggi	Tinggi	Tinggi	Pengalaman masa kecil
Herlin	Sangat tinggi	Sangat tinggi	Sangat tinggi	Trauma keluarga

Tabel 3 menunjukkan bahwa trauma bonding diperkuat oleh kombinasi faktor internal dan eksternal. Harapan bahwa pasangan akan berubah menjadi faktor dominan pada semua informan, yang membuat mereka tetap bertahan meskipun mengalami kekerasan. Ketakutan kehilangan juga berperan signifikan, terutama pada Sisilia dan Herlin, yang menunjukkan tingkat ketergantungan emosional yang tinggi. Faktor pengalaman masa lalu, seperti kekerasan dalam keluarga, turut memperkuat pola keterikatan ini. Hal ini sejalan dengan Wolfe dan Temple (2019)

yang menyatakan bahwa pengalaman relasi awal dapat membentuk pola keterikatan yang tidak aman. Dengan demikian, trauma bonding bukan hanya hasil dari relasi saat ini, tetapi juga dipengaruhi oleh pengalaman psikologis sebelumnya.

Secara keseluruhan, temuan ini menunjukkan bahwa keterikatan emosional dalam hubungan kekerasan merupakan fenomena yang kompleks dan multidimensional. Siklus kekerasan yang berulang, dinamika emosi yang ambivalen, serta faktor psikologis yang memperkuat ketergantungan



membentuk kondisi di mana korban tetap bertahan dalam hubungan yang merugikan. Oleh karena itu, pemahaman terhadap trauma bonding menjadi penting dalam merancang intervensi yang tidak hanya berfokus pada penghentian kekerasan, tetapi juga pada pemulihan keterikatan emosional korban.

b. Distorsi Kognitif dan Learned Helplessness dalam Memaknai Kekerasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketiga informan tidak hanya mengalami kekerasan secara fisik dan emosional, tetapi juga mengalami perubahan mendasar dalam cara berpikir dan memaknai hubungan yang dijalani. Perubahan ini tercermin dalam munculnya distorsi kognitif yang sistematis, seperti kecenderungan menyalahkan diri sendiri (*self-blame*), mewajarkan kekerasan, serta mempertahankan harapan bahwa pasangan akan berubah. Distorsi kognitif ini tidak muncul secara tiba-tiba,

melainkan berkembang melalui pengalaman kekerasan yang berulang dan interaksi psikologis yang kompleks antara korban dan pelaku.

Dalam perspektif psikologi, kondisi ini berkaitan erat dengan konsep *learned helplessness* yang dikemukakan oleh Seligman (1975), yaitu keadaan di mana individu merasa tidak memiliki kontrol terhadap situasi yang dihadapi setelah mengalami peristiwa negatif secara berulang. Dalam konteks hubungan kekerasan, korban yang terus-menerus mengalami perlakuan agresif cenderung menginternalisasi pengalaman tersebut sebagai sesuatu yang tidak dapat diubah, sehingga menjadi pasif dan menerima kondisi yang merugikan (Tolin & Foa, 2006). Ketiga informan dalam penelitian ini menunjukkan karakteristik tersebut dalam bentuk yang berbeda-beda, namun memiliki pola yang serupa.

Untuk memperjelas bentuk distorsi kognitif yang dialami oleh masing-masing informan, berikut disajikan tabel komparatif:

Tabel 4. Bentuk Distorsi Kognitif pada Informan

Informan	Self-Blame	Normalisasi Kekerasan	Harapan Perubahan	Persepsi terhadap Diri
Heni	Sedang	Rendah	Tinggi	Bingung, tidak yakin
Sisilia	Tinggi	Tinggi	Tinggi	Tidak berharga
Herlin	Tinggi	Sangat tinggi	Sangat tinggi	Tidak cukup baik

Tabel 4 menunjukkan bahwa distorsi kognitif pada ketiga informan memiliki tingkat intensitas yang berbeda, tetapi secara umum mengarah pada pola yang sama. Heni masih menunjukkan konflik kognitif antara

kesadaran bahwa kekerasan tidak dapat dibenarkan dan keyakinan bahwa pasangan dapat berubah. Hal ini menunjukkan adanya disonansi kognitif yang belum sepenuhnya terintegrasi. Sisilia, di sisi lain, memperlihatkan



tingkat normalisasi kekerasan yang lebih tinggi, di mana kekerasan dimaknai sebagai bagian dari kasih sayang. Kondisi ini dipengaruhi oleh pengalaman masa kecil yang telah membentuk skema kognitif tertentu terhadap kekerasan. Herlin menunjukkan distorsi kognitif yang paling dalam, dengan mengasosiasikan kekerasan sebagai bukti cinta dan menginternalisasi perasaan tidak berharga. Temuan ini sejalan dengan literatur yang menyatakan bahwa korban kekerasan cenderung mengalami perubahan skema kognitif yang berdampak pada persepsi diri dan

hubungan interpersonal (Robinson et al., 2024). Dengan demikian, distorsi kognitif tidak hanya memengaruhi cara korban memahami kekerasan, tetapi juga membentuk identitas psikologis mereka secara keseluruhan.

Selain distorsi kognitif, ketiga informan juga menunjukkan pola *learned helplessness* yang berkembang akibat pengalaman kekerasan berulang. Kondisi ini terlihat dari ketidakmampuan korban untuk mengambil keputusan keluar dari hubungan, meskipun mereka menyadari adanya kekerasan.

Tabel 5. Indikator Learned Helplessness pada Informan

Informan	Persepsi Kontrol	Respons terhadap Kekerasan	Kemampuan Mengambil Keputusan	Keyakinan terhadap Perubahan
Heni	Rendah	Diam, menghindar	Lemah	Pasangan bisa berubah
Sisilia	Sangat rendah	Menuruti, pasif	Sangat lemah	Harus bertahan
Herlin	Sangat rendah	Menangis, pasrah	Tidak mampu	Selalu berharap perubahan

Tabel 5 memperlihatkan bahwa seluruh informan memiliki persepsi kontrol yang rendah terhadap situasi yang mereka hadapi. Heni masih menunjukkan sedikit upaya kognitif untuk memahami situasi, tetapi secara perilaku tetap memilih diam dan menghindar. Sisilia menunjukkan tingkat ketidakberdayaan yang lebih tinggi dengan cara menuruti semua keinginan pasangan sebagai bentuk adaptasi terhadap tekanan. Herlin berada pada kondisi paling ekstrem, di mana ia merasa tidak memiliki kemampuan untuk keluar dari hubungan meskipun menyadari bahwa

hubungan tersebut berbahaya. Kondisi ini mencerminkan karakteristik utama *learned helplessness*, yaitu hilangnya motivasi untuk bertindak karena keyakinan bahwa usaha tidak akan mengubah keadaan (Seligman, 1975). Selain itu, temuan ini juga menunjukkan bahwa kekerasan yang berulang dapat mengikis rasa kontrol diri korban secara bertahap. Menurut Shorey (2014), dalam jangka panjang, kondisi ini berpotensi memperkuat ketergantungan emosional dan memperpanjang siklus kekerasan. Dengan demikian, *learned helplessness* menjadi salah satu mekanisme psikologis utama yang menjelaskan



mengapa korban tetap bertahan dalam hubungan yang merugikan.

Lebih lanjut, distorsi kognitif dan *learned helplessness* tidak terlepas dari

adanya manipulasi psikologis yang dilakukan oleh pelaku, seperti gaslighting, kontrol berlebihan, dan penanaman rasa bersalah.

Tabel 6. Faktor Pemicu Distorsi Kognitif dan Learned Helplessness

Informan	Gaslighting	Kontrol Psikologis	Ancaman	Internalisasi Kesalahan	Dampak Kognitif
Heni	Sedang	Tinggi	Sedang	Sedang	Kebingungan
Sisilia	Tinggi	Tinggi	Tinggi	Tinggi	Self-blame kuat
Herlin	Sangat tinggi	Sangat tinggi	Sangat tinggi	Sangat tinggi	Distorsi ekstrem

Tabel 6 menunjukkan bahwa manipulasi psikologis memainkan peran penting dalam membentuk distorsi kognitif dan *learned helplessness*. Gaslighting, yaitu upaya pelaku untuk membuat korban meragukan realitasnya sendiri, terlihat paling kuat pada Sisilia dan Herlin. Kontrol psikologis yang tinggi, seperti pembatasan sosial dan pengawasan berlebihan, juga mempersempit ruang kognitif korban dalam menilai situasi secara objektif (Widjanarko, 2016). Ancaman, baik secara langsung maupun tidak langsung, memperkuat rasa takut dan ketergantungan korban. Internalisasi kesalahan menjadi faktor kunci yang membuat korban merasa bahwa dirinya adalah penyebab kekerasan. Kondisi ini menyebabkan korban tidak hanya mengalami tekanan emosional, tetapi juga kehilangan kemampuan untuk berpikir kritis terhadap hubungan yang dijalani. Temuan ini sejalan dengan literatur yang menyatakan bahwa manipulasi psikologis dapat mengganggu fungsi kognitif dan memperkuat ketergantungan korban terhadap pelaku (Tolin & Foa, 2006).

Dengan demikian, distorsi kognitif dan *learned helplessness* bukan hanya hasil dari pengalaman kekerasan, tetapi juga akibat dari strategi kontrol yang dilakukan oleh pelaku.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dinamika kognitif korban kekerasan dalam pacaran sangat kompleks dan melibatkan interaksi antara pengalaman kekerasan, manipulasi psikologis, serta faktor internal individu. Distorsi kognitif menyebabkan korban salah dalam memaknai kekerasan, sementara *learned helplessness* membuat mereka merasa tidak mampu mengubah keadaan. Kedua mekanisme ini saling memperkuat dan membentuk kondisi psikologis yang membuat korban tetap bertahan dalam hubungan yang tidak sehat. Oleh karena itu, intervensi terhadap korban kekerasan tidak hanya perlu berfokus pada aspek emosional, tetapi juga harus menyasar restrukturisasi kognitif untuk membantu korban membangun kembali cara berpikir yang lebih adaptif dan realistis.



c. Respons Perilaku Adaptif-Maladaptif dan Hilangnya Agency (Loss of Agency)

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketiga informan memperlihatkan pola respons perilaku yang pada dasarnya merupakan bentuk adaptasi terhadap situasi kekerasan yang mereka alami. Respons tersebut muncul sebagai upaya untuk mempertahankan keselamatan diri (*survival strategy*), namun dalam jangka panjang berkembang menjadi pola perilaku maladaptif yang justru memperkuat keterjebakan dalam hubungan yang tidak sehat. Dalam perspektif psikologi, perilaku ini dapat dipahami sebagai hasil interaksi antara aspek afektif (emosi), kognitif (cara berpikir), dan konatif (tindakan), sebagaimana dijelaskan oleh Walgito (2004). Tekanan emosional yang tinggi dan distorsi kognitif yang telah terbentuk sebelumnya akhirnya memengaruhi tindakan nyata individu dalam merespons kekerasan.

Secara umum, ketiga informan menunjukkan kecenderungan perilaku yang serupa, yaitu diam, menghindari konflik, menuruti pasangan, serta membatasi aktivitas sosial. Perilaku ini bukan merupakan bentuk penerimaan terhadap kekerasan, melainkan strategi untuk meminimalkan risiko kekerasan yang lebih parah. Namun demikian, strategi ini secara tidak langsung berkontribusi pada hilangnya *agency*, yaitu kemampuan individu untuk mengambil keputusan dan mengontrol kehidupannya sendiri (Lin et al., 2020). Kondisi ini menunjukkan bahwa kekerasan dalam hubungan pacaran tidak hanya berdampak pada aspek emosional dan kognitif, tetapi juga secara signifikan memengaruhi perilaku dan kapasitas pengambilan keputusan korban.

Untuk memahami pola respons perilaku yang muncul, berikut disajikan tabel klasifikasi respons perilaku informan:

Tabel 7. Pola Respons Perilaku Korban terhadap Kekerasan

Informan	Respons Utama	Strategi Bertahan	Bentuk Penyesuaian	Dampak Perilaku
Heni	Diam, menghindar	Mengurangi konflik	Membatasi aktivitas organisasi	Menarik diri sosial
Sisilia	Menuruti pasangan	Kepatuhan total	Selalu siaga komunikasi	Ketergantungan tinggi
Herlin	Pasrah, menangis	Menghindari konfrontasi	Diam saat kekerasan	Kehilangan kontrol diri

Tabel 7 menunjukkan bahwa respons perilaku ketiga informan memiliki pola yang relatif serupa, yaitu menghindari konflik dan menyesuaikan diri dengan keinginan pasangan. Heni memilih diam dan mengurangi

keterlibatan dalam aktivitas sosial sebagai bentuk perlindungan diri. Sisilia menunjukkan tingkat kepatuhan yang lebih tinggi dengan selalu menuruti pasangan dan menjaga komunikasi secara intens untuk menghindari



konflik. Sementara itu, Herlin menunjukkan respons paling pasif dengan cara pasrah dan hanya menangis saat mengalami kekerasan. Pola ini mencerminkan bahwa korban tidak memiliki ruang aman untuk mengekspresikan diri secara bebas. Dalam konteks ini, perilaku yang tampak pasif sebenarnya merupakan bentuk adaptasi terhadap situasi yang mengancam. Namun, dalam jangka panjang, pola ini mengarah pada pembentukan perilaku maladaptif yang

memperkuat ketergantungan dan mengurangi kemampuan korban untuk bertindak secara mandiri. Hal ini sejalan dengan temuan bahwa korban kekerasan cenderung mengembangkan strategi coping yang bersifat defensif untuk mempertahankan diri (Walgito, 2004).

Lebih lanjut, hilangnya *agency* pada korban dapat dilihat dari keterbatasan mereka dalam mengambil keputusan, terutama terkait dengan upaya untuk keluar dari hubungan yang tidak sehat.

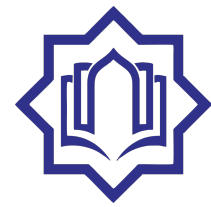
Tabel 8. Indikator Loss of Agency pada Informan

Informan	Kemampuan Mengambil Keputusan	Kontrol terhadap Kehidupan	Kemandirian Sosial	Ketergantungan pada Pasangan
Heni	Rendah	Terbatas	Menurun	Tinggi
Sisilia	Sangat rendah	Sangat terbatas	Sangat menurun	Sangat tinggi
Herlin	Hampir tidak ada	Tidak ada	Terisolasi	Sangat tinggi

Tabel 8 menunjukkan bahwa ketiga informan mengalami penurunan signifikan dalam aspek *agency*. Heni masih memiliki sedikit kemampuan untuk mempertimbangkan keputusan, tetapi tetap tidak mampu mengambil tindakan tegas untuk keluar dari hubungan. Sisilia menunjukkan kondisi yang lebih berat dengan hampir tidak memiliki kontrol terhadap kehidupannya sendiri, terutama dalam aspek sosial. Herlin berada pada kondisi paling ekstrem, di mana ia sepenuhnya kehilangan kemampuan untuk mengontrol dirinya dan sangat bergantung pada pasangan. Kondisi ini menunjukkan bahwa kekerasan dalam hubungan pacaran dapat mengikis kemampuan individu untuk bertindak secara otonom. *Loss of agency* tidak hanya

terjadi pada level perilaku, tetapi juga mencakup hilangnya rasa percaya diri dan keyakinan bahwa individu memiliki hak untuk menentukan pilihan hidupnya sendiri. Temuan ini sejalan dengan Lin et al. (2020) yang menyatakan bahwa korban kekerasan sering mengalami kehilangan kontrol diri sebagai akibat dari tekanan psikologis yang berkepanjangan. Dengan demikian, *loss of agency* menjadi indikator penting dalam memahami tingkat keparahan dampak psikologis korban.

Selain itu, respons perilaku korban juga dipengaruhi oleh berbagai faktor situasional yang memperkuat pola adaptasi tersebut, seperti ancaman, kontrol pasangan, serta ketakutan



terhadap konsekuensi yang mungkin terjadi.

Tabel 9. Faktor yang Mempengaruhi Respons Perilaku Korban

Informan	Ancaman Fisik	Kontrol Sosial	Tekanan Emosional	Dukungan Sosial	Dampak pada Perilaku
Heni	Sedang	Tinggi	Tinggi	Ada	Menghindar
Sisilia	Tinggi	Sangat tinggi	Sangat tinggi	Terbatas	Kepatuhan
Herlin	Sangat tinggi	Sangat tinggi	Sangat tinggi	Minim	Pasrah total

Tabel 9 memperlihatkan bahwa respons perilaku korban tidak hanya dipengaruhi oleh faktor internal, tetapi juga oleh tekanan eksternal yang kuat. Ancaman fisik dan kontrol sosial yang tinggi membuat korban merasa tidak memiliki pilihan selain menyesuaikan diri. Pada Heni, keberadaan dukungan sosial masih memberikan sedikit ruang untuk mempertahankan kontrol diri, meskipun tetap terbatas. Sisilia mengalami tekanan yang lebih besar dengan dukungan sosial yang terbatas, sehingga ia cenderung memilih kepatuhan sebagai strategi bertahan. Herlin berada dalam kondisi paling rentan karena menghadapi ancaman yang sangat tinggi dengan minimnya dukungan sosial, sehingga respons perilakunya cenderung pasrah total. Temuan ini menunjukkan bahwa lingkungan sosial memainkan peran penting dalam membentuk respons perilaku korban. Dukungan sosial dapat menjadi faktor protektif yang membantu korban mempertahankan *agency*, sedangkan ketiadaan dukungan justru memperkuat ketergantungan dan keterjebakan dalam hubungan. Hal ini sejalan dengan penelitian Kim et al. (2021) yang menekankan pentingnya

dukungan sosial dalam membantu korban kekerasan keluar dari situasi yang merugikan.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa respons perilaku korban kekerasan dalam pacaran merupakan hasil dari proses adaptasi yang kompleks terhadap tekanan emosional dan situasional. Meskipun pada awalnya bersifat adaptif untuk melindungi diri, respons tersebut berkembang menjadi maladaptif karena mengarah pada hilangnya *agency* dan meningkatnya ketergantungan terhadap pasangan. Dengan demikian, intervensi terhadap korban tidak hanya perlu berfokus pada aspek emosional dan kognitif, tetapi juga harus mencakup penguatan kapasitas individu dalam mengambil keputusan, membangun kembali kepercayaan diri, serta meningkatkan dukungan sosial. Pendekatan ini penting untuk membantu korban keluar dari siklus kekerasan dan memulihkan kendali atas kehidupannya secara menyeluruh.

Simpulan

Penelitian ini mengungkap bahwa dinamika psikologis perempuan dewasa awal korban kekerasan dalam hubungan



pacaran merupakan fenomena yang kompleks dan multidimensional, yang melibatkan interaksi erat antara aspek afektif, kognitif, dan konatif. Berdasarkan hasil analisis terhadap tiga informan, ditemukan bahwa korban tidak hanya mengalami kekerasan dalam bentuk fisik, verbal, dan psikologis, tetapi juga mengalami perubahan mendasar dalam cara merasakan, berpikir, dan bertindak dalam relasi interpersonal.

Temuan utama penelitian ini menunjukkan bahwa keterikatan emosional korban terhadap pasangan tetap bertahan meskipun kekerasan terjadi secara berulang. Keterikatan ini terbentuk melalui pola *cycle of violence* (Walker, 1979) yang bersifat repetitif dan diperkuat oleh fenomena *trauma bonding* (Dutton & Painter, 1993), di mana korban mengalami ambivalensi emosional antara cinta, harapan, takut, dan penderitaan. Kondisi ini menyebabkan korban sulit melepaskan diri karena masih mempertahankan harapan bahwa pasangan akan berubah serta mengingat pengalaman positif pada fase awal hubungan.

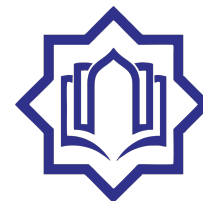
Pada aspek kognitif, korban menunjukkan adanya distorsi berpikir yang signifikan, seperti *self-blame*, normalisasi kekerasan, dan keyakinan irasional terhadap perubahan pasangan. Distorsi ini berkembang seiring dengan pengalaman kekerasan yang berulang dan diperkuat oleh manipulasi psikologis seperti *gaslighting* dan kontrol berlebihan. Kondisi tersebut berkontribusi pada munculnya *learned helplessness* (Seligman, 1975), di mana

korban merasa tidak memiliki kendali atas situasi yang dihadapi dan cenderung pasif dalam merespons kekerasan.

Pada aspek perilaku, korban memperlihatkan pola respons yang bersifat adaptif dalam jangka pendek, seperti menghindari konflik, menuruti pasangan, dan membatasi interaksi sosial sebagai bentuk strategi bertahan. Namun, dalam jangka panjang, pola ini berkembang menjadi maladaptif karena menyebabkan hilangnya *agency* (Lin et al., 2020), yaitu kemampuan individu untuk mengambil keputusan secara mandiri dan mengontrol kehidupannya sendiri. Hilangnya *agency* ini ditandai dengan meningkatnya ketergantungan emosional, penurunan kepercayaan diri, serta keterbatasan dalam mengambil keputusan untuk keluar dari hubungan yang tidak sehat.

Selain itu, penelitian ini juga menunjukkan bahwa pengalaman kekerasan pada masa lalu, khususnya dalam lingkungan keluarga, serta rendahnya dukungan sosial turut memperkuat keterjebakan korban dalam siklus kekerasan. Sebaliknya, keberadaan dukungan sosial dari teman dan keluarga dapat menjadi faktor protektif yang membantu korban membangun kesadaran kritis dan memulai proses pemulihan, meskipun tidak secara instan menghentikan keterikatan emosional terhadap pelaku.

Dengan demikian, dinamika psikologis perempuan korban kekerasan dalam pacaran tidak dapat dipahami secara parsial, melainkan harus dilihat sebagai suatu proses yang terintegrasi



antara keterikatan emosional, distorsi kognitif, dan respons perilaku yang saling memengaruhi. Secara teoretis, penelitian ini memberikan kontribusi dalam memperkaya kajian psikologi mengenai dinamika korban kekerasan dalam relasi romantis, khususnya dalam konteks dewasa awal dan wilayah yang masih minim kajian seperti Kota Sorong. Secara praktis, temuan ini menegaskan pentingnya intervensi yang komprehensif, yang tidak hanya berfokus pada penghentian kekerasan, tetapi juga pada pemulihan aspek kognitif, emosional, dan penguatan *agency* korban, serta peningkatan dukungan sosial sebagai bagian dari upaya penanganan yang berkelanjutan.

Daftar pustaka

- Abd Kadir, M. A., Salmawati, Fajeriana, N., Ali, M., & Amri, I. (2023). Peran lembaga pemerintah terhadap perlindungan korban kekerasan terhadap perempuan dan anak: Studi kasus di Kota Sorong Papua Barat Daya. *Jurnal Noken: Ilmu-Ilmu Sosial*, 9(1), 106-116. <https://ejournal.um-sorong.ac.id/index.php/jn/article/view/3207>
- Adilla, S., & Syafira, R. (2019). Tugas perkembangan dewasa awal menurut Erikson. *Jurnal Psikologi Indonesia*, 12(3), 45-59.
- Ady, R., Sari, M., & Nabila, D. (2022). Perkembangan identitas dalam masa dewasa awal. *Jurnal Psikologi Perkembangan*, 15(1), 123-137.
- Anindya, A., Dewi, Y. I. S., & Oentari, Z. D. (2020). Dampak psikologis dan upaya penanggulangan kekerasan seksual terhadap perempuan. *TIN: Terapan Informatika*.
- Astutik, D., & Syafiq, M. (2019). Sikap menerima kekerasan dalam pacaran dan pengaruhnya terhadap dinamika hubungan. *Jurnal Psikologi Sosial*, 13(1), 85-98.
- Butcher, J. N., & Williams, C. L. (1992). *Essentials of MMPI Assessment*. Allyn & Bacon.
- Creswell, J. W. (2010). *Educational Research: Planning, Conducting, and Evaluating Quantitative and Qualitative Research* (4th ed.). Pearson.
- Detik.com. (2024). *Kekerasan dalam hubungan pacaran: Kronologi Pria di Sorong Bakar Pacar Usai Cekcok Gegara Cerita Masa Lalu*.
- Greene, R. L. (2011). *The MMPI-2: An Interpretive Manual* (3rd ed.). Allyn & Bacon.
- Hapsari, N. K. A. M. Y., Zahra, A. C. A., Anggini, C. T., & Eva, N. (2022). The Role of Forgiveness and Social Support on Psychological Well-Being among Women in Dating Violence. *Jurnal Psikologi Teori Dan Terapan*, 13(2), 130-143.
- Heise, L., & Moreno, C. (2002). Kekerasan dalam hubungan pacaran: Dampak sosial dan psikologis pada perempuan. *Gender & Development*, 10(1), 28-39.
- Herman, J. L. (1997). *Trauma and Recovery: The Aftermath of Violence from Domestic Abuse to Political Terror*. Basic Books.
- Hulukati, A., & Djibrani, M. (2018). Kekerasan dalam hubungan pacaran pada usia 18--25 tahun di Indonesia. *Jurnal Studi Sosial*, 7(2), 110-124.
- Kim, J. H. (2021). The Role of Social Support in Recovery from Trauma. *Psychiatry Research*, 295, 113597. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.113597>
- Komnas Perempuan. (2022). *Laporan*



- Tahunan 2022: Kekerasan terhadap Perempuan dalam Hubungan Pacaran. Komnas Perempuan. (2023). *Laporan Tahunan 2023: Kekerasan terhadap Perempuan di Indonesia*.
- Kurniawati, A., & Munir, M. (2022). Dampak psikologis kekerasan dalam pacaran terhadap remaja perempuan. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental*, 1(1), 30-38. <https://e-journal.unair.ac.id/BRPKM/article/view/34583>
- Lin, X., Zhang, Y., & Zhao, L. (2020). The Psychological Impact of Dating Violence: Depression, Anxiety, and PTSD in Young Victims. *Journal of Youth and Adolescence*, 49(5), 932-945.
- Mandagie, N., & Rositawati, N. (2020). Persepsi terhadap kekerasan dalam pacaran dan pengaruhnya terhadap individu yang terlibat. *Jurnal Psikologi Remaja*, 16(3), 87-101.
- Mayasari, S. (2016). Rasa bersalah dan ketergantungan emosional pada korban kekerasan dalam hubungan pacaran. *Jurnal Psikologi Klinis*, 14(4), 105-119.
- Merriam, S. B. (1995). *Qualitative Research and Case Study Applications in Education*. Jossey-Bass.
- Nwufe, I., Ogunbode, A., & Adeniran, F. (2021). Media Exposure and the Normalization of Violence in Relationships: Impact on Youth. *Journal of Media and Communication Studies*, 13(4), 212-225.
- Prameswari, R., & Nurchayati, D. (2021). Dampak kekerasan fisik dan verbal dalam pacaran terhadap kesejahteraan psikologis korban. *Jurnal Psikologi Sosial*, 19(1), 76-89.
- Ramadhani, D. P., & Herdiana, I. (2022). Hubungan kekerasan dalam pacaran dengan self-esteem pada korban wanita dewasa awal. *Buletin Riset Psikologi Dan Kesehatan Mental*, 2(1), 30-38. <https://e-journal.unair.ac.id/BRPKM/article/view/34583>
- Robinson, M. D., Hassija, C. M., & Wellman, J. D. (2024). Trauma-related shame, characterological self-blame, and psychological outcomes among sexual assault survivors. *Journal of Loss and Trauma*, 29(8), 924-943.
- Sabrina, K. N., Syakarofath, N. A., Karmiyati, D., & Widyasari, D. C. (2022). Loneliness dan Internalizing Problems Remaja. *Psychopolytan: Jurnal Psikologi*, 5(2), 142-150. https://www.researchgate.net/publication/358960294_Loneliness_dan_Internalizing_Problems_Remaja
- Sangeetha, M., Mohan, V., Harihasudan, R., & Nawaz, N. (2022). The Cycle of Violence in Dating Relationships: An Exploration of the Three-Phase Pattern. *Journal of Social Psychology*, 21(3), 140-158.
- Sari, R. (2019). Ketergantungan emosional dan perasaan cinta dalam hubungan kekerasan. *Jurnal Psikologi Klinis*, 16(3), 102-115.
- Sari, R., & Fridari, L. (2021). Harapan dan penolakan terhadap perubahan dalam hubungan kekerasan: Studi pada korban pacaran. *Jurnal Psikologi Sosial*, 20(2), 75-89.
- Shorey, R. C. (2014). The Hidden Consequences of Intimate Partner Violence: The Challenges Faced by Victims in Leaving Abusive Relationships. *Violence and Victims*, 29(6), 1023-1045.
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Sulastri, N., & Nurhayaty, D. (2021). Kekerasan dalam pacaran sebagai fenomena gunung es: Tinjauan terhadap data kekerasan



- perempuan di Kota Sorong. *Jurnal Kekerasan Dan Sosial*, 10(3), 114–130.
- Widjanarko, A. (2016). Ancaman fisik dan psikologis dalam kekerasan pacaran: Dampaknya terhadap korban. *Jurnal Psikologi Forensik*, 8(2), 60–72.
- Widyasari, Y., & Aryastami, E. (2018). Konsekuensi kesehatan dari kekerasan dalam pacaran: Gangguan kecemasan dan kehamilan tidak diinginkan. *Jurnal Kesehatan Perempuan*, 25(1), 43–55.
- Wolfe, D. A., & Temple, J. R. (2019). The Impact of Family Violence on Dating Relationships: A Developmental Perspective. *Journal of Family Psychology*, 33(4), 503–516.
- World Health Organization. (2012). *Youth and Violence: The Role of Age in the Incidence of Dating Violence*.
- Yin, R. K. (2003). *Case Study Research: Design and Methods* (3rd ed.). Sage Publications.