

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Setiap individu akan menjalani tugas perkembangannya dimulai dari fase anak-anak, remaja, dewasa sampai ke lansia, dalam perkembangan fase tentu individu harus menjalani setiap tugas perkembangannya dengan baik agar mencapai hidup yang bahagia dan tidak mengalami masalah yang terlalu berarti. khususnya pada tahap dewasa awal karena pada tahap inilah puncak dari perkembangan manusia, karena orang dewasa telah menyelesaikan perkembangannya dan dikatakan siap untuk menerima posisinya di tengah masyarakat dengan orang dewasa lainnya (Hurlock, 1996).

individu yang memasuki tahap dewasa awal dihadapkan pada tuntutan kehidupan yang lebih kompleks, seperti pencapaian kemandirian finansial, pengambilan keputusan karier, membangun relasi interpersonal yang stabil, serta persiapan membentuk keluarga (Arnett, 2000).

Menurut Santrock (2011) periode dewasa awal merupakan langkah transisi dari tahap remaja ke dewasa dengan rentang umur dari 18 sampai 25 tahun. Sedangkan menurut Hurlock (1996) masa dewasa awal dimulai saat umur 18 sampai 40 tahun, tahap ini merupakan masa dimana penyesuaian diri pada pola kehidupan yang baru dan terhadap harapan sosial yang baru. Individu pada tahap dewasa awal diharapkan untuk dapat mengambil peran yang baru seperti: suami/istri, orang tua, mencari nafkah, keinginan-

keinginan yang baru. Pada masa dewasa awal ini sangat penting untuk individu dalam mencapai tugas perkembangannya untuk dapat mengembangkan sikap yang baru, untuk dapat menghadapi tantangan-tantangan yang baru, dan dapat mengembangkan nilai-nilai yang baru (Hurlock, 1996).

Pada wanita yang sudah menginjak tahap dewasa awal, umumnya menghadapi banyak masalah dan juga tanggung jawab yang jauh lebih besar daripada sebelumnya, mengalami perubahan fisik, dan kondisi psikologis yang berubah-ubah dari waktu ke waktu. Permasalahan yang banyak dihadapi oleh wanita pada tahap perkembangan ini adalah wanita cenderung lebih gampang untuk menangis, emosional, merasa takut, sensitive, lemah. Kondisi psikologis wanita lebih mudah untuk terpengaruh dan juga berubah keyakinannya dan mereka dituntut untuk menunjukkan bahwa kondisinya telah matang dalam mengendalikan emosinya (Nurhayati, 2014).

Nolen-Hoeksema (2001) mengungkapkan bahwa wanita memiliki prevalensi depresi yang hampir dua kali lebih tinggi dibandingkan pria, dengan peningkatan risiko yang signifikan terjadi pada masa remaja akhir hingga dewasa awal. Pada fase ini, individu dihadapkan pada berbagai tantangan perkembangan, seperti tuntutan untuk membangun identitas diri, menjalin relasi interpersonal yang stabil, serta menghadapi tekanan sosial terkait peran dan ekspektasi lingkungan. Berbagai tekanan psikososial tersebut dapat menjadi faktor pemicu munculnya gangguan emosional, termasuk depresi.

Selain daripada itu menurut NIMH (*National Institute Of Mental Health*) wanita lebih rentan untuk depresi jika dibandingkan pria. faktor yang dapat menyebabkan hal tersebut adalah: faktor biologis, psikologis, reproduksi, dan hormonal yang menyebabkan wanita lebih rentan untuk terkena depresi. dapat disimpulkan bahwa wanita dewasa awal merupakan kelompok yang rentan mengalami depresi dibandingkan laki-laki, terutama akibat berbagai faktor biologis, psikologis, hormonal, serta tekanan psikososial yang dihadapi dalam fase transisi menuju kedewasaan. Masa dewasa awal ditandai dengan tuntutan untuk menyesuaikan diri terhadap perubahan-perubahan signifikan dalam kehidupan, mulai dari pendidikan, pekerjaan, hingga hubungan interpersonal, yang secara kumulatif dapat meningkatkan kerentanan emosional.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Peltzer dan Pengpid (2018), Penelitian tersebut menemukan bahwa 21,8% responden dewasa di Indonesia mengalami gejala depresi dengan tingkat keparahan sedang hingga berat. Rinciannya, 15,0% responden melaporkan gejala depresi sedang, sementara 6,9% mengalami depresi berat. Prevalensi depresi sedikit lebih tinggi pada wanita (22,3%) dibandingkan pria (21,4%), yang mengindikasikan bahwa individu dengan usia lebih muda, yang dalam hal ini termasuk dalam kategori dewasa awal, memiliki kerentanan lebih tinggi terhadap gejala depresi dibandingkan kelompok usia yang lebih tua.

Menurut data statistik angka depresi pada usia dewasa awal juga menunjukkan bahwa wanita pada fase ini lebih rentan depresi dibandingkan laki-laki. Dikutip dari *World Health Organization* (2023), diperkirakan 3,8% populasi mengalami depresi termasuk 5% orang dewasa ( 4% pada pria dan 6% pada wanita), sekitar 280 juta orang di dunia mengalami depresi. Depresi memiliki kemungkinan 50% lebih umum terjadi kepada wanita dibandingkan pria. Lebih dari 700.000 kasus orang meninggal dikarenakan bunuh diri setiap tahunnya. Bunuh diri merupakan penyebab kematian keempat pada kelompok individu dengan usia 15-29 tahun lebih dari 700.000 orang meninggal akibat depresi.

Untuk jumlah kasus depresi di Indonesia menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2018) menyatakan bahwa 6,2% penduduk berusia 15-24 tahun mengalami depresi. Secara Nasional, prevalensi depresi di Indonesia pada tahun 2023 sebesar 1,4%. Prevalensi depresi paling tinggi ada pada kelompok anak muda (15-24 tahun), yaitu sebesar 6,2% atau sekitar 2.79 juta penduduk berusia 15-24 tahun mengalami depresi.

Depresi merupakan kondisi psikologis yang ditandai dengan adanya perubahan perilaku seperti menarik diri dari lingkungannya, hilangnya minat terhadap hobi atau aktivitasnya sehari-hari, hilangnya nafsu makan dan hasrat seksual, mengalami kesulitan tidur, sering merasa sedih, merasa bahwa dirinya tidak berguna dan perasaan bersalah yang berlebihan. (Davidson *et al*, 2010). Sedangkan menurut Beck (2016), menyatakan bahwa depresi ialah “*primary mood disorder*” (gangguan suasana hati primer) dan “*affective*

*disorder*” (gangguan afektif). Sehingga bisa disimpulkan bahwasanya depresi merupakan suatu gangguan perasaan yang mengacu pada kondisi hati yang merasa sangat tertekan, hidup yang tidak ada artinya dan hilangnya harapan.

Depresi diakibatkan oleh interaksi kompleks antara faktor sosial, psikologis dan biologis, orang yang pernah mengalami suatu kejadian buruk didalam hidupnya (pengangguran, kehilangan orang yang dicintai, kejadian traumatis) lebih mungkin untuk mengalami depresi (*World Health Organization, 2023*). Menurut *Diagnostic Statistical of Mental Dissorder (2013)* menjelaskan bahwa depresi adalah suatu gangguan mental dengan ciri-ciri seperti, terdapat kesedihan, merasakan adanya kekosongan didalam dirinya, mudah tersinggung juga disertai dengan adanya perubahan somatik juga kognitif pada individu, sehingga berdampak pada kapasitas juga fungsi individu dalam menjalani kehidupannya. Individu pada masa dewasa awal yang mengalami depresi akan mengganguya dalam berbagai aspek seperti pekerjaan, akademik, hubungannya dengan sekitar, atau mengarah kepada penggunaan obat dan alcohol. Sehingga individu tidak dapat menyempurnakan tugas tugas perkembangannya pada tahap dewasa awal ini. (Eisenberg et al., 2007 dalam Hasanah ., 2020).

Definisi depresi menurut Atkinson (1991) merupakan sebuah gangguan *mood* atau perasaan dan memiliki dampak seperti hilangnya harapan dan patah hati, merasakan ketidak berdayaan yang berlebih, tidak mampu untuk mengambil Keputusan dalam memulai sesuatu, tidak mampu konsentrasi, hilangnya semangat hidup, selalu dalam keadaan tegang dan adanya

percobaan bunuh diri. Sedangkan menurut Beck (Lubis, 2009) dampak dari depresi adalah penyimpangan perasaan, kognitif dan perilaku. Individu yang mengalami depresi akan merasakan kesedihan, kesendirian turunny konsep diri, dan menarik diri dari lingkungan

Contoh dalam kasus ini adalah kasus bunuh diri Novya widyasaki rahayu (23) pada 2 Desember 2021 lalu. Korban yang bernama Novia di temukan sudah meregang nyawa di sebelah makam ayahnya pada Kamis 2 Desember 2021 korban bunuh diri dengan cara meminum racun, menurut Kabid Humas Polda Jatim Kombes Pol Gatot Repli Handoko, melalui hasil penelusurannya kepada keluarga korban di dapatkan hasil “bahwa Novya memang sedang dalam kondisi Depresi dan Novya beberapa kali pernah mencoba untuk mengakhiri hidupnya dengan meminum cairan potassium”, ujar Gatot, Sabtu 4 Desember 2021( [www.liputan6.com](http://www.liputan6.com) ),

Selain dari kasus tersebut peneliti juga telah melakukan wawancara kepada 5 subjek yang berumur 18-23 tahun. Wawancara ini dilakukan via panggilan video *Whatsapp* pada tanggal 18 maret 2024 dengan menggunakan aspek Beck (2016) sebagai pedoman depresi yang dibagi menjadi empat aspek yaitu aspek vegetative dan fisik, emosi, kognitif, dan aspek motivasi.

sebanyak tiga subjek merasakan gejala pada aspek motivasi dan kognitif seperti merasa malas untuk mengerjakan hal yang biasa mereka lakukan, menjauhi teman atau kerabatnya , selain dari itu salah satu dari tiga subjek menjelaskan bahwa ia pernah beberapa kali memiliki kecenderungan berfikir untuk bunuh diri dan melukai dirinya sendiri seperti menyayat

tanggannya, sedangkan dua subjek yang lainnya tidak merasakan pada aspek ini.

Tiga dari lima subjek merasakan pada aspek vegetative fisik. dua subjek menjelaskan bahwa mereka mengalami hilangnya selera makan, sedangkan satu subjek menjelaskan bahwa ia mengalami kebalikannya yaitu selera makan yang berlebih. Selain daripada itu 3 subjek tersebut sama sama mengalami kesulitan untuk tidur. Sedangkan untuk 2 subjek lainnya tidak mengalami apapun.

Pada aspek emosional tiga dari lima subjek mengalami gejala pada aspek tersebut, dimana seringkali subjek merasakan kecemasan, salah satu subjek dari ketiga subjek tersebut menjelaskan bahwa ia seringkali merasakan sedih, ia mengungkapkan kecemasan tersebut seringkali muncul saat akan tidur, ia seringkali merasa cemas hingga menangis dengan sendirinya tanpa sebab yang jelas.

Ada beberapa faktor yang dapat menyebabkan depresi. Menurut Strauss (2013) depresi dapat dipicu oleh enam faktor yaitu , biogenetik dan lingkungan sosial, terdapat pandangan negatif pada masa anak-anak seperti rendahnya penilaian terhadap diri sendiri, dan memiliki tidak yakin terhadap dirinya mengenai masa depan, *learned helplessness*, faktor keluarga seperti konflik didalamnya, keterbatasan dalam hubungannya terhadap teman, dan mengalami perubahan yang sulit dalam kehidupannya, sedangkan menurut Emery & oltmanns (Naylor, 2018) terdapat banyak faktor yang dapat

menimbulkan depresi misalnya menjalani kehidupan dengan banyak tekanan, selain itu terdapat faktor biologis, psikologis juga sosial.

Selain dari beberapa faktor yang dapat menyebabkan depresi yang telah disebutkan sebelumnya, menurut *World Health Organization (2024)*, salah satu faktor yang paling umum menjadi penyebab munculnya depresi adalah kekerasan dalam pacaran. Dampak psikologis dari kekerasan ini dapat memicu beragam gangguan mental, dengan depresi sebagai salah satu reaksi utama yang dialami korban. Selain depresi, kekerasan dalam pacaran juga berpotensi menimbulkan gangguan kecemasan, gangguan makan, hingga kecenderungan untuk melakukan percobaan bunuh diri. Berdasarkan survei yang dilakukan pada tahun 2020, ditemukan bahwa wanita yang menjadi korban kekerasan dalam pacaran menunjukkan prevalensi depresi yang signifikan lebih tinggi dibandingkan mereka yang tidak mengalami kekerasan tersebut. WHO (2024) menyatakan bahwa kekerasan dalam pacaran merupakan pengalaman traumatis yang dapat menyebabkan dampak psikologis jangka panjang, dimana kebanyakan individu yang mendapatkan kekerasan menjadi depresi. Hal ini sejalan dengan pandangan Beck (1985), yang menjelaskan bahwa depresi dapat muncul sebagai respons individu terhadap stresor yang bersifat spesifik, khususnya yang berkaitan dengan pengalaman traumatis, sehingga kekerasan dalam pacaran berperan sebagai salah satu pencetus terjadinya depresi pada korban.

Hubungan berpacaran merupakan suatu hubungan antar dua individu (laki-laki dan wanita) dimana keduanya saling bertemu dan beraktifitas

Bersama dalam rangka mengenal pasangannya lebih dekat (De Genova, 2005). Hubungan romantis atau pacaran dapat diartikan sebagai suatu ikatan yang didalamnya melibatkan keterlibatan antara dua belah pihak (*dyadic relationship*), yang dimana keduanya akan bertemu untuk saling berkomunikasi dan melakukan kegiatan bersama, hubungan pacaran ini dikenal sebagai suatu proses untuk belajar membangun komitmen terhadap pasangannya sebelum masuk ketahap yang lebih serius, yaitu jenjang pernikahan (Strauss, 2014), sedangkan konsep kekerasan diartikan oleh Bailey (dalam Silvia dan Iriani 2003) bahwa kekerasan merupakan perilaku yang ditujukan untuk menyakiti makhluk hidup lainnya baik secara fisik ataupun verbal dan tindakan tersebut dapat merugikan orang lain.

Dikutip dari penelitian *The university of Michigan Sexual Assault Prevention and Awareness Center* (Murray, 2013) menjelaskan bahwa kekerasan dalam pacaran adalah suatu tindakan dimana dilakukan secara sengaja atau dilakukan dengan berdasarkan niat, perilaku ini dilakukan dengan taktik untuk melukai, dan memaksa secara fisik demi mendapatkan kekuasaan dan kontrol pada pasangannya, dengan kata lain pelaku melakukan hal tersebut bukan dari pengaruh luar tetapi dilakukan dengan penuh kesadaran untuk menguasai atau mengikat pasangannya, sedangkan menurut Wolfe (2001) kekerasan dalam pacaran berupa tindakan seperti kekerasan fisik, ancaman, seksual, relasional, verbal dan emosional.

Dalam kasus kekerasan dalam hubungan personal, wanita cenderung menjadi mayoritas korban dibandingkan laki-laki. Berdasarkan data

Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KemenPPPA) pada tahun 2020, tercatat sebanyak 20.501 kasus kekerasan terjadi di ranah hubungan personal, dengan korban laki-laki sebanyak 4.397 kasus, sementara korban wanita mencapai 17.567 kasus. Dari jumlah tersebut, kekerasan dalam rumah tangga menempati posisi tertinggi dengan 4.926 kasus, diikuti oleh kekerasan dalam pacaran sebanyak 3.486 kasus pada tahun 2019. Dalam Catatan Tahunan (CATAHU) 2023, Komnas Perempuan mencatat bahwa korban kekerasan terbanyak berdasarkan pengaduan berada pada rentang usia 18–24 tahun, dengan jumlah pengaduan sebanyak 1.342 kasus. Tingginya angka kekerasan yang dialami wanita ini diduga berkaitan dengan konstruksi sosial budaya yang menempatkan laki-laki memiliki kekuatan fisik, ekonomi, dan status sosial yang lebih dominan, sehingga berpotensi lebih besar menjadi pelaku kekerasan (Nurhayati, 2012).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Luthra & Gidyez (2006), pada korban kekerasan terutama kekerasan dalam pacaran terdapat hubungan negatif. Dimana Ketika korban di perlakukan dengan kekerasan atau kasar maka akan mengganggu kesehatan mentalnya (gangguan somatik, depresi dan kecemasan) juga akan terganggu, dan juga dampak yang didapatkan oleh korban dapat dalam bentuk luka fisik, psikologis, sampai kematian, dampak psikologis yang ditimbulkan oleh korban seperti depresi, diantaranya adalah diliputi oleh rasa sedih yang berlarut-larut, menjadi rendah diri, merasakan kecemasan, bingung, malu, merasa tidak percaya diri dan kehilangan nafsu makan, hingga keinginan untuk mengakhiri hidup.

Menurut Center for Disease Control and Prevention (2020) menjelaskan bahwa kekerasan dalam pacaran memberikan dampak jangka panjang atau pendek termasuk dampak yang parah, korban kekerasan dalam pacaran mengalami hal-hal seperti 1.) depresi dan kecemasan, 2.) melakukan perilaku kehidupan yang tidak sehat seperti mengkonsumsi narkoba, tembakau dan alkohol, 3.) memiliki perilaku yang bersifat anti sosial misal mencuri, berbohong, membentak atau melakukan kegiatan yang berhubungan dengan agresi fisik seperti memukul, 4.) memiliki pemikiran bunuh diri,

Korban yang mengalami kekerasan dalam pacaran akan menjadi tidak berdaya yang disebabkan oleh kekerasan yang dialaminya secara berulang kali dan tidak bisa diprediksi, sehingga korban tidak memiliki kontrol terhadap situasi tersebut kondisi ini dapat menjadi pemicu munculnya depresi pada korban yang mengalami kekerasan dalam Pacaran (Palmer-correl & Marcus, 2004; Walker, 2017), kondisi *learned helplessness* yang dialami korban secara terus menerus akan membuat individu merasa kehilangan harapan dan kemudian dapat menjadi depresi. (Abramson et al., 1978).

Penelitian yang berjudul Hubungan Kekerasan Dalam Pacaran dengan *Self-esteem* Pada Korban Wanita Dewasa Awal oleh Devia dan Ike (2022) mendapatkan hasil adanya hubungan yang signifikan diantara kekerasan dalam pacaran dengan *self esteem* pada korban. Menurut Beck (1985) situasi yang dapat menurunkan *self esteem* pada individu adalah salah satu faktor yang dapat memicu munculnya depresi pada individu.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Nur Islami dan Rahmawati (2014) dalam penelitiannya yang berjudul *Kekerasan Dalam Pacaran Dan Depresi Pada Remaja* yang di rilis oleh Departemen Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga, perbedaannya penelitian tersebut dilakukan kepada subjek berusia remaja dimana di dapatkan hasil 60% korban kekerasan dalam pacaran adalah wanita.

Pada penelitian kualitatif dengan judul *Dampak Kekerasan Dalam Pacaran* yang dilakukan oleh Safitri (2013) dalam penelitian tersebut mendapatkan hasil bahwa kelima subjeknya mengalami dampak psikologis seperti mengalami depresi, stress, dan kecemasan memiliki kesulitan dalam berkonsentrasi, perilaku bunuh diri, dan masalah tidur hingga merasa harga diri rendah, selain dari itu dampak fisik seperti luka lebam, lecet patah tulang bahkan ada salah satu subjek yang terpaksa menggugurkan kandungannya, lalu untuk dampak seksual yang dialami oleh kelima subjek nya itu korban merasa terkejut, matirasa depresi dan trauma.

Berdasarkan hasil-hasil penelitian terdahulu tersebut, dapat disimpulkan bahwa kekerasan dalam pacaran berhubungan dengan munculnya gejala depresi pada korban. Namun, mayoritas penelitian tersebut masih berfokus pada populasi umum, remaja, atau hubungan tidak langsung dengan variabel lain seperti *self-esteem* yang dapat menimbulkan depresi. Berbeda dengan penelitian-penelitian terdahulu yang sebagian besar berfokus pada remaja atau pada variabel lain yang berhubungan dengan depresi seperti

*self-esteem*, penelitian ini secara khusus meneliti hubungan antara kekerasan dalam pacaran dengan gejala depresi pada wanita dewasa awal, didasari oleh data yang menunjukkan bahwa wanita dewasa awal memiliki prevalensi depresi lebih tinggi dibanding laki laki pada kelompok dewasa awal, selain daripada itu berdasarkan data yang diberikan oleh CATAHU yang menjelaskan bahwa wanita dewasa awal menjadi korban terbanyak dalam kasus ini. Dengan mempertimbangkan belum adanya penelitian yang secara spesifik meneliti hubungan antara kekerasan dalam pacaran dan gejala depresi pada wanita dewasa awal, maka penelitian ini difokuskan pada kelompok tersebut guna mengisi celah tersebut dalam literatur ilmiah.

Berdasarkan uraian latar belakang dan hasil penelitian terdahulu diatas peneliti tertarik untuk meneliti hubungan antara kekerasan dalam pacaran dengan gejala depresi pada wanita dewasa awal. Maka rumusan permasalahan yang diajukan dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara kekerasan dalam pacaran dengan depresi pada wanita dewasa awal?

## **B. Tujuan Dan Manfaat Penelitian**

### **1. Tujuan penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara kekerasan dalam pacaran dengan depresi pada wanita dewasa awal.

### **2. Manfaat penelitian**

#### **a. Manfaat teoritis**

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi wawasan dan tambahan bagi bidang ilmu psikologi sosial klinis terutama berkaitan dengan pengetahuan yang berhubungan dengan depresi pada wanita dewasa awal .

#### **b. Manfaat praktis**

Hasil penelitian ini, diharapkan dapat mengembangkan pengetahuan khususnya bagi wanita dewasa awal untuk dapat mengembangkan pemahaman mengenai depresi, dengan menjauhi faktor-faktor yang dapat memunculkan depresi seperti kekerasan dalam pacaran. Dan diharapkan pada wanita dewasa awal yang sedang menjalani hubungan berpacaran untuk waspada terhadap bentuk hubungan yang sedang dijalannya karena hubungan berpacaran yang didalamnya terdapat kekerasan berhubungan dapat menjadi faktor munculnya depresi.