

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Maraknya kekerasan verbal dalam pola komunikasi merupakan salah satu bentuk kekerasan yang menyebabkan terganggunya kondisi psikologis individu (Anjari, 2014). Menurut Angin (2022) kekerasan merupakan suatu tindakan atau perilaku bersifat agresif yang menyebabkan kerusakan fisik maupun psikis yang bertentangan dengan hukum seperti memukul, menusuk, menampar, menendang, meninju, mengigit, memaki, meneriaki, dan sebagainya. Lebih spesifik menurut Rasyid (2013) kekerasan verbal dimaknai salah satu bentuk kekerasan yang bersifat halus dan dilakukan dengan menggunakan kata-kata kasar, jorok, dan menghina.

Berdasarkan data Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) dengan survei secara online pada tanggal 8 sampai 14 Juni 2020 dengan melibatkan 25.146 anak yang tersebar pada 34 provinsi di Indonesia, ditemukan bahwa anak mengaku pernah mengalami kekerasan fisik dari kedua orang tuanya seperti dicubit sebanyak 39,8%, dijewer sebanyak 19,5%, dipukul sebanyak 10,6%, dan ditarik sebanyak 7,7%. Selain itu, korban kekerasan psikis berupa kekerasan verbal juga sering diterima oleh anak, seperti dimarahi sebanyak 56%, dibandingkan dengan anak yang lain sebanyak 34%, dibentak sebanyak 23% (Fadillah dkk, 2022). Kemudian kekerasan verbal pada salah satu daerah di Kota Yogyakarta tepatnya Kecamatan Gedongtengen juga terjadi dengan bentuk memarahi dengan kata-kata kasar dan kotor mendapat 30 dari 41 respon (73%), dan dalam bentuk mencibir mendapat 7

dari 10 respon (70%) (Muarifah dkk, 2020). Berdasarkan survei online data dari Sistem Informasi Gender dan Anak (SIGA) terhadap kekerasan di Yogyakarta tahun 2021 menyatakan sebanyak 245 kasus kekerasan terjadi pada laki-laki maupun perempuan dengan kurang lebih 45% kekerasan psikis meliputi melarang, mengancam, menuduh, mengejek, kritik pedas, memaksa, memfitnah yang paling banyak dialami oleh perempuan (Suarajogja, 2022).

Beberapa bentuk dari kekerasan verbal dalam berinteraksi baik sadar maupun tidak sadar diantaranya melalui kata-kata atau ucapan secara lisan maupun tulisan yang bersifat atau bermuatan intimidasi, ancaman, teror, cacian, kata-kata yang bernada marah maupun kata-kata tidak pantas untuk diucapkan sehingga korbannya akan mengalami tekanan secara psikis, gangguan secara mental sehingga yang dapat mempengaruhi aktivitas kehidupannya sehari-hari (Amin, 2021). Kekerasan verbal yang sering ditemukan berupa bahasa verbal dengan pola komunikasi berisi penghinaan maupun kata-kata yang melecehkan (Wijayanti & Djokowidodo, 2019). Menurut Putra (2015) kekerasan verbal biasanya berupa perilaku verbal dimana pelaku melakukan pola komunikasi yang berisi penghinaan, ataupun kata-kata yang melecehkan.

Kekerasan verbal dikatakan sebagai bentuk kekerasan yang dapat menyakiti individu atau korban yang secara tidak langsung dapat merusak mental. Dampak dari kekerasan verbal pada korban sangat berpengaruh dalam kondisi mental atau psikis menghadapi aktivitas sehari-harinya (Silvia, 2020). Seperti yang dikemukakan oleh Baryadi (2012) bahwa dampak kekerasan verbal tidak kalah berbahaya dengan dampak kekerasan secara fisik. Kekerasan verbal tidak

berdampak pada luka secara fisik, namun berakibat pada luka psikis bagi korbannya. Kekerasan verbal dapat juga menyebabkan ketidakstabilan suasana psikologis bagi penerimanya, seperti takut, kecewa, rendah diri, minder, patah hati, frustrasi, tertekan, sakit hati, murung, apatis, tidak peduli, bingung, malu, benci, dendam, ekstrem, radikal, agresif, marah, depresi, gila, dan sebagainya (Baryadi, 2012).

Sebagai upaya untuk bisa keluar dari kondisi emosional yang negatif, korban kekerasan verbal diharapkan melakukan salah satu cara yang dapat memulihkan kondisi psikologis adalah dengan pemaafan pada dirinya sehingga dapat keluar dan selanjutnya menghadapi kesakitan yang telah dialami selama berada dalam peristiwa kekerasan tersebut (Natasya & Susilawati, 2020). Senada dengan kesimpulan penelitian Egan dan Todorov (2009) yang menyatakan bahwa individu yang mempunyai tingkat pemaafan yang tinggi dapat mengurangi rasa sakit emosional akibat perilaku kekerasan bullying yang diterimanya. Tahapan pemaafan tidak hanya pada menghindari kemarahan, melainkan memotivasi diri untuk tidak membalas dendam dan berniat untuk menjalin hubungan yang baik dengan pelaku. Taylor (2004) juga mengungkapkan bahwa pemaafan mempunyai efek penyembuhan diri pada korban kekerasan.

Menurut Kurniawan (2019) pemaafan sangat mengoptimalkan apa yang ada dalam diri seseorang, memaafkan adalah suatu proses atau tahap untuk mengubah perasaan negatif yang didapat menjadi kearah yang lebih positif. Dengan pemaafan menjadikan sebagian individu atau korban dapat dengan mudah memaafkan orang yang telah melakukan kekerasan verbal karena dengan memaafkan memungkinkan

korban lebih berpikir positif dan mengurangi rasa dendam, namun sebagian individu pula sulit menerima akan kekerasan verbal sehingga sulit untuk memaafkan karena suatu hal tertentu. Individu yang dapat memaafkan pelaku karena sadar bahwa memaafkan akan membuat diri subjek tenang. Senada dengan Enright (dalam Abdat, 2016) menyatakan bahwa setelah memaafkan, individu menyadari dengan kemarahan dan kebencian dapat membuat keadaan menjadi lebih buruk.

Pemaafan menjadi hal yang sangat penting pada korban kekerasan verbal yang diangkat oleh peneliti karena ketika individu tidak mampu untuk memaafkan, maka akan memperoleh berbagai kerugian diantaranya yaitu hati dipenuhi emosi negatif seperti perasaan dendam, benci, dan marah terhadap orang lain maupun situasi yang telah menyakitinya. Rasa dendam, benci dan marah sangat berpengaruh terhadap psikologis individu (Lestari, 2016). Senada dengan Nashori (2008) menyatakan bahwa perilaku agresif dapat juga terjadi akibat dari perasaan benci dan rasa dendam yang ada dalam diri individu. Tidak memaafkan berkorelasi positif dengan kecemasan, depresi, neurotisme dan permusuhan (Lyubomirsky, dalam Kusprayogi dan Nashori 2016). Sedangkan menurut Gani (2011), tidak memaafkan berdampak memiliki gejala tekanan darah tinggi, merasa nyeri akut pada tubuh, stres, bahkan sampai menunjukkan gejala depresi, kemarahan mudah terpicu, tekanan jantung yang meninggi, menunjukkan gejala kecemasan, hubungan dengan orang lain kurang akrab, sukar menjalin persahabatan, merasa diri hampa, dan menimbulkan kecenderungan melakukan pelarian pada minuman beralkohol dan obat-obatan adiktif. Menurut penelitian dari Worthington dan Scherer (2004)

menjelaskan hasil bahwa sikap seseorang yang tidak mau memaafkan dikonseptualisasikan sebagai reaksi stres, dan memaafkan merupakan salah satu cara orang mengurangi sikap tidak mau memaafkan. Begitu banyak dampak buruk jika pemaafan tidak dilakukan oleh individu.

Namun setelah semua kesakitan dan penderitaan yang korban alami, pemaafan tidak akan menjadi suatu hal yang mudah untuk dilakukan (Natasya & Susilawati, 2020). Pemaafan pada korban akan menjadi suatu proses yang sangat sulit dan memakan banyak waktu dan tenaga, individu harus berjuang untuk mengembalikan keadaannya terutama psikologisnya yang akan menjadi paling berdampak dari perpisahan dan juga kekerasan yang telah dialami (Natasya & Susilawati, 2020).

Thompson (2005) menyatakan bahwa pemaafan merupakan upaya menempatkan suatu peristiwa pelanggaran yang menyakitkan sedemikian rupa hingga respon individu terhadap pelaku, kejadian, maupun akibat dari adanya pelanggaran yang diubah dari negatif menjadi netral ataupun positif. Menurut Thompson (dalam Lopez & Snyder, 2003) menjelaskan bahwa pemaafan mengandung tiga aspek didalamnya. Pertama, pemaafan pada diri sendiri merupakan sikap mengkondisikan perasaan dalam dirinya untuk menerima suatu kesalahan.. Kedua, pemaafan pada orang lain merupakan sikap individu untuk memberi maaf pada orang lain yang sudah melakukan kesalahan kepada dirinya. Ketiga, pemaafan pada situasi merupakan pemaafan situasi maupun kejadian yang menyebabkan munculnya perasaan negatif dalam diri individu.

Data dari hasil penelitian Pariartha dkk (2022) bahwa 143 perempuan korban kekerasan dalam hubungan pacaran salah satu diantaranya kekerasan psikis berbentuk kekerasan verbal yang sebagian besar memiliki pemaafan berada pada kategori rendah sebesar 52.45%. Hal tersebut menunjukkan pemaafan yang tergolong dalam kategori rendah pada korban kekerasan. Kemudian berdasarkan survei yang dilakukan secara *online* oleh peneliti pada hari senin, 18 oktober 2021 sampai dengan selasa, 19 oktober 2021 untuk melihat masalah yang terjadi pada korban kekerasan verbal dalam hal penerimaan berupa pemaafan dengan kriteria subjek mahasiswa universitas di Yogyakarta berusia 18-29 tahun dan diperoleh data sebanyak 20 responden. Berdasarkan hasil survei *online* bahwa sebanyak 13 responden mahasiswa di Yogyakarta memiliki masalah dalam memaafkan saat menjadi korban kekerasan verbal, alasannya antara lain ingin membalas dendam, masih menyimpan luka dari perkataan, apabila sudah memaafkan, akan ada kesempatan atau dorongan seseorang dapat melakukan kesalahan yang sama pula, maka lebih memilih tidak memaafkan. Pendapat lain yang merupakan korban kekerasan verbal mengatakan bahwa apabila sudah memaafkan, akan ada kesempatan atau dorongan seseorang dapat melakukan kesalahan yang sama pula, maka lebih memilih tidak memaafkan. Hal tersebut mengindikasikan pada aspek pemaafan pada orang lain yang kurang pada korban kekerasan verbal.

Kemudian 6 responden memilih memaafkan dengan alasan seperti menghindari dan tidak ingin memperpanjang masalah, ingin segera melupakan yang membuatnya sakit hati, dan ingin berdamai demi kelanjutan suatu hubungan tetap berjalan baik. Pernyataan tersebut mengindikasikan aspek pemaafan pada diri

sendiri yang kurang pada korban kekerasan verbal. Sedangkan 1 responden menyatakan sulit menerima kejadian. Hal tersebut mengindikasikan pemaafan pada situasi yang kurang pada salah satu korban kekerasan verbal. Munculnya masalah tersebut mengindikasikan pemaafan yang cenderung rendah pada korban kekerasan verbal mahasiswa universitas di Yogyakarta.

Menurut Worthington (2005) menyebutkan ada empat faktor pemaafan, yakni : 1) empati, 2) strategi koping, 3) spiritualitas dan religiusitas, dan 4) kepribadian.

Berdasarkan faktor diatas, peneliti fokus pada strategi koping sebagai faktor prediktor yang mempengaruhi pemaafan. Menurut Sarafino (2008) strategi koping merupakan sebuah proses dimana individu berusaha mengatur pertentangan antara tuntutan dan sumber daya yang ada dalam situasi yang dapat menimbulkan stres. Strategi koping menurut Folkman dan Lazarus (dalam Sarafino, 2006) secara umum strategi koping dibedakan dalam dua aspek yang dilakukan individu yaitu strategi koping yang berfokus pada masalah (*problem focused form of coping mechanism*) dan strategi koping yang berfokus pada emosi (*emotion focused of coping*). Lebih lanjut berkaitan dengan hal tersebut, menurut Worthington & Scherer (2004) menyatakan bahwa kemampuan strategi koping yang lebih spesifik yaitu strategi koping berfokus pada emosi (*emotion focused coping*) untuk mengurangi dan mengelola respon emosional terhadap reaksi stres berupa bentuk pelanggaran. Bentuk dari pelanggaran yang terjadi salah satunya ada pada korban kekerasan verbal (Worthington & Scherer, 2004).

Menurut Lazarus dan Folkman (dalam Sarafino, 2006) strategi koping merupakan suatu proses dimana individu mencoba untuk mengontrol kesenjangan persepsi antara tuntutan kondisi yang menekan dengan kemampuan mereka dalam memenuhi tuntutan tersebut. Individu cenderung untuk menggunakan strategi koping yang berfokus pada emosi ketika percaya dapat melakukan sedikit perubahan untuk mengubah kondisi yang menekan. Penjelasan lebih lanjut menurut Lazarus dan Folkman (dalam Wanti, dkk 2016) mengungkapkan bahwa strategi koping berfokus pada emosi (*emotion focused coping*) adalah suatu usaha atau langkah yang dilakukan individu guna mengurangi maupun menghilangkan stres berupa proses kognitif yang diarahkan sebagai upaya mengurangi tekanan emosional. Kemudian Sarafino (2006) menambahkan penjelasan bahwa strategi koping berfokus pada emosi (*emotion focused coping*) merupakan suatu bentuk koping yang diarahkan untuk mengatur bentuk respon emosional terhadap tekanan dari situasi di lingkungan.

Berdasarkan bentuk strategi koping berfokus pada emosi menurut Folkman dan Lazarus (1986) mengidentifikasi aspek-aspek strategi koping yang berfokus pada emosi (*emotion focused coping*) yaitu, a) Mengabaikan (*distancing*), b) Penghindaran (*escape avoidance*), c) pengendalian diri (*self-control*), d) Menerima keadaan (*accepting responsibility*), e) Penilaian secara positif (*positive reappraisal*).

Dalam Worthington & Scherer (2004) menyatakan bahwa dengan kemampuan atau strategi koping yang berfokus pada emosi (*emotion focused coping*) yang lebih besar tatkala menghadapi stress yang disertai emosi-emosi

negatif, strategi koping melalui regulasi emosi yang lebih kokoh, kemungkinan lebih kecil untuk menyerang balik lawan, dan dengan begitu memperkecil rasa bersalah dan malu, kapasitas yang lebih rendah untuk mempunyai komitmen dalam suatu relasi di mana telah terjadi pengkhianatan, dan lebih kecil kesediaan untuk berkorban untuk suatu relasi, maka individu lebih mudah memaafkan. Terjadinya sikap pemaafan dan pengampunan secara emosional dapat memungkinkan menggunakan kerangka strategi koping berfokus pada emosi (Worthington dkk, 2007). Hal ini didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh Jeter dan Brannon (2016) menunjukkan bahwa beberapa konselor lebih menyarankan agar dapat lebih mudah memaafkan atau terjadinya pemaafan pada individu menggunakan strategi koping berfokus pada emosi dapat dilakukan sebagai kontrol emosi individu. Oleh karena itu, pemaafan individu akan dapat mengatur bagaimana melewati keadaan yang menekan dengan strategi koping yang dimiliki individu.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti mengajukan rumusan permasalahan: apakah ada hubungan antara strategi koping berfokus pada emosi (*emotion focused coping*) dengan pemaafan (*forgiveness*) pada korban kekerasan verbal mahasiswa universitas di Yogyakarta?

B. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara strategi koping berfokus pada emosi (*emotion focused coping*) dengan pemaafan pada korban kekerasan verbal mahasiswa Universitas di Yogyakarta.

C. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoretis

Hasil dari penelitian ini digunakan untuk menambah kajian teoretis psikologi dan memberikan pengetahuan serta pengembangan pada psikologi klinis khususnya yang berkaitan tentang hubungan antara strategi koping berfokus pada emosi (*emotion focused coping*) dengan pemaafan pada korban kekerasan verbal dikalangan mahasiswa universitas di Yogyakarta.

b. Manfaat Praktis

Memberikan informasi dan memberikan masukan berdasarkan teori-teori untuk meningkatkan strategi koping berfokus pada emosi (*emotion focused coping*) yang tepat agar dapat menumbuhkan kemampuan pemaafan bagi korban kekerasan verbal. Memberikan edukasi pada korban kekerasan verbal tentang pentingnya strategi koping berfokus pada emosi (*emotion focused coping*) yang baik, sehingga dapat menciptakan pemaafan yang tinggi dalam suatu masalah khususnya pada masalah kekerasan verbal.