

Gambaran Ketergantungan Emosional dan Harga Diri Pada Korban Kekerasan Dalam Pacaran: Sistematis Review

Nur Irmayanti^{1*}, Aironi Zuroidah²

^{1,2}Fakultas Psikologi Universitas Wijaya Putra Surabaya
E-mail korespondensi: ^{1*}nurirmayanti@uwp.ac.id

Keywords: *dating violence, emotional dependency, self-esteem*

Abstract

This study aims to analyze the relationship between emotional dependency, self-esteem, and experiences of dating violence. The method used is a systematic review to collect, analyze, and interpret data from various relevant sources. Data were collected through literature searches in electronic databases such as PubMed, PsycINFO, Google Scholar, and Science Direct using keywords such as "dating violence," "emotional dependency," "self-esteem," "intimate partner violence," "psychological impact," and "adolescents." Articles that met the inclusion criteria were qualitatively analyzed through theme identification, information synthesis, and critical evaluation. The review findings indicate that victims of dating violence often experience a strong emotional dependency on the perpetrator, reinforced by love, emotional dependency, and hope for the perpetrator's change. This emotional dependency strengthens the cycle of violence and makes it difficult for victims to end dangerous relationships. Dating violence also significantly impacts victims' self-esteem, causing them to feel worthless, powerless, and experience a decline in self-confidence. Low self-esteem hinders victims from leaving abusive relationships. This study highlights the importance of interventions that include emotional support, self-esteem enhancement, and education about healthy relationships.

Kata kunci: *harga diri, kekerasan dalam pacaran, ketergantungan emosional*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara keterkaitan emosional, harga diri, dan pengalaman kekerasan dalam pacaran. Metode yang digunakan adalah tinjauan sistematis untuk mengumpulkan, menganalisis, dan menginterpretasikan data dari berbagai sumber relevan. Data dikumpulkan melalui pencarian literatur di database elektronik seperti PubMed, PsycINFO, Google Scholar, dan ScienceDirect dengan kata kunci seperti "dating violence", "emotional dependency", "self-esteem",

"*intimate partner violence*", "*psychological impact*", dan "*adolescents*". Artikel yang memenuhi kriteria inklusi dianalisis secara kualitatif melalui identifikasi tema, sintesis informasi, dan evaluasi kritis. Hasil tinjauan menunjukkan bahwa korban kekerasan dalam pacaran sering mengalami keterkaitan emosional yang kuat dengan pelaku, yang diperkuat oleh rasa cinta, ketergantungan emosional, dan harapan akan perubahan pelaku. Ketergantungan emosional ini memperkuat siklus kekerasan dan menyulitkan korban untuk mengakhiri hubungan berbahaya. Kekerasan dalam pacaran juga berdampak signifikan pada harga diri korban, yang sering merasa tidak berharga, tidak berdaya, dan mengalami penurunan rasa percaya diri. Harga diri yang rendah menghambat korban untuk keluar dari hubungan yang penuh kekerasan. Penelitian ini menyoroti pentingnya intervensi yang mencakup dukungan emosional, penguatan harga diri, dan edukasi tentang hubungan sehat.

Sitasi: Irmayanti, N., & Zuriudah, A. (2024). Gambaran Ketergantungan Emosional dan Harga Diri Pada Korban Kekerasan Dalam Pacaran: Sistematis Review. *Jurnal Psikologi : Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, 11(2), 314-332. <https://doi.org/10.35891/jip.v11i2.5456>

Pendahuluan

Kekerasan dalam pacaran atau *dating violence* adalah masalah serius yang berdampak pada berbagai aspek kehidupan individu yang terlibat. Kekerasan ini mencakup berbagai bentuk tindakan agresif, termasuk kekerasan fisik, emosional, seksual, dan psikologis yang terjadi antara pasangan yang sedang menjalin hubungan romantis. Fenomena ini tidak hanya membahayakan kesehatan fisik korban tetapi juga merusak kesejahteraan psikologis mereka (Amin-Smith dkk., 2018).

Salah satu dampak signifikan dari kekerasan dalam pacaran adalah ketergantungan emosional yang berkembang pada korban. Ketergantungan emosional merujuk pada kondisi di mana individu merasa sangat bergantung pada pasangan mereka secara emosional, sering kali merasa tidak mampu berfungsi tanpa dukungan emosional dari pasangan tersebut. Dalam konteks kekerasan dalam pacaran, pelaku sering menggunakan taktik manipulatif dan kontrol emosional untuk mempertahankan dominasi dan kekuasaan atas korban, yang memperkuat

ketergantungan emosional ini (Leone & Conroy, 2019). Ketergantungan emosional ini dapat membuat korban merasa terjebak dalam hubungan yang tidak sehat, sulit untuk meninggalkan pelaku meskipun mereka menyadari dampak negatifnya (Williams dkk., 2014).

Selain ketergantungan emosional, kekerasan dalam pacaran juga berdampak signifikan pada harga diri korban. Harga diri, yang merupakan penilaian subjektif individu terhadap nilai diri mereka sendiri, sering kali terpengaruh secara negatif oleh pengalaman kekerasan yang berulang. Pelaku kekerasan sering kali menggunakan kata-kata kasar, penghinaan, dan kritik yang merendahkan korban, yang dapat mengikis rasa percaya diri dan harga diri korban (Babcock & DePrince, 2012). Penurunan harga diri ini tidak hanya mempengaruhi kesejahteraan psikologis korban, tetapi juga dapat menurunkan kemampuan mereka untuk mengatasi masalah dan membuat keputusan yang sehat dalam kehidupan mereka (Irmayanti, 2020; Pietrzak dkk, 2015).

Penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa korban kekerasan dalam pacaran sering mengalami berbagai masalah kesehatan mental seperti depresi, kecemasan, dan trauma (Coker dkk., 2002). Namun, masih kurang pemahaman yang mendalam mengenai bagaimana ketergantungan emosional dan harga diri saling berinteraksi dan mempengaruhi kondisi mental korban. Memahami dinamika ini sangat penting untuk mengembangkan strategi intervensi yang efektif dan memberikan dukungan yang tepat bagi korban (Eckhardt dkk., 2013).

Dengan latar belakang ini, penelitian ini bertujuan untuk meninjau literatur yang ada terkait ketergantungan emosional dan harga diri pada korban kekerasan dalam pacaran. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan lebih lanjut mengenai dampak psikologis kekerasan dalam pacaran dan membantu dalam pengembangan program intervensi yang lebih baik untuk mendukung pemulihan korban.

Metode

Penelitian ini menggunakan metode sistematis literatur. Studi literatur bertujuan untuk mengumpulkan, menganalisis, dan menginterpretasikan data yang sudah ada dari berbagai sumber yang relevan. Prosedur pengumpulan data dalam sistematis literatur ini melibatkan beberapa langkah. Pertama, pencarian literatur dilakukan menggunakan database elektronik seperti PubMed, PsycINFO, Google Scholar, dan ScienceDirect. Kata kunci yang digunakan meliputi "*dating violence*", "*emotional dependency*", "*self-esteem*", "*intimate partner violence*", "*psychological impact*", dan "*adolescents*". Selanjutnya, artikel dipilih berdasarkan relevansi dengan topik penelitian, yaitu ketergantungan emosional dan harga diri pada korban kekerasan dalam pacaran. Kriteria inklusi mencakup artikel yang diterbitkan dalam 10 tahun terakhir (2013-2023), berbahasa Inggris, dan tersedia dalam teks penuh. Sementara itu, kriteria eksklusi mencakup artikel yang tidak relevan dengan topik, berbahasa selain Inggris, dan hanya tersedia dalam abstrak.

Contoh studi yang diulas dalam penelitian ini mencakup beberapa jurnal utama. Misalnya, jurnal "*Self-Esteem, Social Problem Solving and Intimate Partner Violence Victimization in Emerging Adulthood*" menggunakan survei *online* untuk mengumpulkan data dari 929 peserta mengenai keterampilan pemecahan masalah sosial dan harga diri terkait dengan kekerasan dalam pacaran (Cherrier dkk., 2023). Jurnal "*Mediating Role of Intimate Partner Violence Between Emotional Dependence and Addictive Behaviours in Adolescents*" menggunakan analisis mediasi untuk memahami hubungan antara kekerasan dalam pasangan intim, ketergantungan emosional, dan perilaku adiktif pada remaja (Irmayanti, 2020; Macía dkk., 2022). Metode sistematis review ini memberikan pemahaman yang mendalam tentang ketergantungan emosional dan harga diri pada korban kekerasan dalam pacaran melalui analisis kritis terhadap penelitian-penelitian yang sudah ada. Dengan pendekatan ini, peneliti dapat mengidentifikasi tren umum, kesenjangan penelitian, dan memberikan rekomendasi untuk intervensi yang lebih efektif.

Hasil

Berdasarkan hasil dari tabel 1. menunjukkan bahwa berbagai faktor seperti keterampilan pemecahan masalah sosial, harga diri, ketergantungan emosional, dan jenis serta tingkat keparahan kekerasan dalam pacaran (*dating violence*) memiliki dampak signifikan terhadap kesehatan mental dan kesejahteraan psikologis korban. Misalnya, keterampilan pemecahan masalah sosial yang positif dan harga diri yang tinggi terkait dengan tingkat keparahan kekerasan dalam pacaran yang lebih rendah, sementara ketergantungan emosional memediasi hubungan antara *dating violence* dan perilaku adiktif. Selain itu, kekerasan dalam pacaran, termasuk kekerasan *cyber*, berdampak negatif pada harga diri melalui stres emosional dan dapat menyebabkan tantangan kesehatan mental seperti depresi dan kecemasan. Paparan kekerasan dalam keluarga juga ditemukan meningkatkan risiko menjadi pelaku kekerasan dalam pacaran. Temuan ini menyoroti pentingnya faktor-faktor individual dan kontekstual dalam memahami dan menangani dampak psikologis dari kekerasan dalam pacaran, serta perlunya intervensi yang komprehensif untuk mengatasi isu-isu ini secara efektif.

Tabel 1
 Data/artikel tentang kekerasan dalam pacaran

Nama Peneliti	Variabel	Hasil	Sampel	Evaluasi
Cherrier dkk., (2023)	<i>Self-Esteem, Social Problem Solving, Intimate Partner Violence</i>	Keterampilan pemecahan masalah sosial yang positif dan harga diri yang lebih tinggi terkait dengan tingkat keparahan kekerasan dalam pacaran yang lebih rendah.	929 dewasa muda (84,6% perempuan, rata-rata usia 23,6 tahun)	Studi ini memberikan wawasan penting tentang hubungan antara harga diri, keterampilan pemecahan masalah sosial, dan kekerasan dalam pacaran pada dewasa muda. Namun, survei daring dapat memiliki bias partisipan.
Macía et al., (2022)	<i>Emotional Dependence, Addictive Behaviours, Intimate Partner Violence</i>	Ketergantungan emosional berkorelasi signifikan dengan kekerasan yang diterima dan perilaku adiktif. Ketergantungan emosional memediasi hubungan antara	1.533 remaja (53,9% laki-laki, 46,1% perempuan, usia 14-18 tahun)	Penelitian ini menunjukkan peran mediasi ketergantungan emosional dalam kekerasan pacaran dan perilaku adiktif pada remaja, tetapi masih perlu penelitian lebih lanjut tentang faktor-faktor lain

Nama Peneliti	Variabel	Hasil	Sampel	Evaluasi
		kekerasan dalam pacaran dan perilaku adiktif.		yang mempengaruhi hubungan ini.
Olave dkk., (2024)	<i>Exercise Addiction, Impulsivity, Self-Esteem, Emotional Dependence</i>	Tingkat adiksi olahraga yang lebih tinggi terkait dengan peningkatan kekerasan dalam pacaran dan penurunan harga diri.	887 mahasiswa (86% perempuan, rata-rata usia 20,82 tahun, SD = 3,63)	Studi ini menyoroti hubungan kompleks antara adiksi olahraga dan kekerasan dalam pacaran, serta peran mediasi harga diri dan ketergantungan emosional. Sampel mahasiswa mungkin tidak mewakili populasi umum.
Puente-Martínez, dkk., (2023)	<i>Social Support Seeking, Intimate Partner Violence</i>	Dukungan sosial dipengaruhi oleh proses kognitif internal dan konteks sosial.	131 wanita korban kekerasan dalam pacaran	Penelitian kualitatif ini memberikan wawasan mendalam tentang faktor-faktor yang mempengaruhi pencarian dukungan sosial oleh korban kekerasan pacaran. Namun, ukuran sampel yang lebih besar dapat memberikan hasil yang lebih general.
Hancock dkk., (2017).	<i>Cyber Dating Abuse, Self-Esteem, Emotional Distress</i>	Pelecehan dalam pacaran melalui media digital secara signifikan menurunkan harga diri para korban, dimediasi oleh distres emosional.	155 mahasiswa	Studi ini menggarisbawahi dampak negatif pelecehan digital pada harga diri dan kesejahteraan emosional. Metodologi longitudinal dapat memperkuat temuan.
Piolanti dkk., (2023)	<i>Teen Dating Violence, Long-Term Adverse Outcomes</i>	TDV berhubungan dengan kekerasan pasangan intim pada masa dewasa, perilaku berisiko tinggi, dan hasil kesehatan mental yang buruk.	38 studi dengan 23 sampel unik	Tinjauan sistematis ini menyoroti dampak jangka panjang TDV pada kesehatan mental dan perilaku berisiko. Namun, variasi dalam definisi dan metodologi antar studi dapat mempengaruhi hasil.

Nama Peneliti	Variabel	Hasil	Sampel	Evaluasi
Yanez-Peñuñuri dkk., (2023)	<i>Dating Violence, Mental Health</i>	Kekerasan dalam pacaran berdampak signifikan pada kesehatan mental korban remaja, dengan depresi sebagai efek utama, diikuti kecemasan dan ide bunuh diri.	Artikel yang diterbitkan antara tahun 1981-2021, populasi usia 12-29 tahun	Tinjauan ini memberikan bukti kuat tentang dampak negatif kekerasan pacaran pada kesehatan mental. Penelitian tambahan diperlukan untuk memahami faktor-faktor penentu spesifik.
Sabila dkk., (2022)	<i>Self-Esteem, Stockholm Syndrome, Dating Violence Victims</i>	Ada hubungan pola penurunan antara harga diri dan sindrom Stockholm, di mana harga diri yang rendah berperan dalam peningkatan perilaku sindrom Stockholm.	109 mahasiswa korban kekerasan dalam pacaran	Penelitian ini memberikan wawasan baru tentang hubungan antara harga diri dan sindrom Stockholm pada korban kekerasan pacaran. Perlu penelitian tambahan untuk memperkuat temuan.
Dosil dkk., (2019)	<i>Victimization, Perpetration of Dating Violence, Attitudes, Clinical</i>	Prevalensi tinggi kekerasan dalam pacaran di antara remaja di lingkungan perawatan residensial, dengan hubungan signifikan antara viktimisasi, pelaku kekerasan, sikap seksis, dan variabel klinis.	283 remaja (usia 12-17 tahun) di fasilitas perawatan residensial di Spanyol	Penelitian ini menunjukkan prevalensi dan faktor terkait kekerasan pacaran di lingkungan perawatan residensial. Namun, variasi geografis dan budaya dapat mempengaruhi generalisasi hasil.
Pereira dkk., (2020)	<i>Personality Characteristics, Intimate Partner Violence</i>	Karakteristik kepribadian seperti rendahnya harga diri, ketergantungan emosional, dan kecenderungan untuk merasa tidak berdaya sering ditemui pada korban kekerasan pacaran.	Artikel review	Tinjauan ini mengidentifikasi karakteristik kepribadian yang meningkatkan risiko viktimisasi. Perlu penelitian lebih lanjut untuk mengembangkan intervensi yang efektif.
Calvete dkk., (2018)	<i>Family Violence, Dating Violence Perpetration, Cognitive</i>	Paparan kekerasan keluarga berhubungan dengan peningkatan perilaku kekerasan dalam pacaran melalui	867 remaja (usia 12-18 tahun)	Studi longitudinal ini menunjukkan hubungan jangka panjang antara kekerasan keluarga dan kekerasan pacaran melalui skema kognitif.

Nama Peneliti	Variabel	Hasil	Sampel	Evaluasi
	<i>Schemas</i>	skema disfungsi awal seperti penolakan dan ketidakpercayaan.		Pendekatan kualitatif dapat memperkaya pemahaman lebih lanjut.
Sánchez-Zafra dkk., (2024)	<i>Dating Violence, Victimization, Well-being</i>	Viktimisasi kekerasan dalam pacaran berhubungan negatif dengan kesejahteraan, termasuk peningkatan risiko depresi, kecemasan, dan ide bunuh diri.	Beragam studi	Penelitian ini menekankan pentingnya intervensi yang ditargetkan untuk mendukung kesejahteraan korban kekerasan pacaran. Penelitian lebih lanjut diperlukan untuk mengeksplorasi faktor moderasi lainnya.
Estévez dkk., (2017)	<i>Emotional Dependency, Self-Esteem, Adolescent Dating Relationships</i>	Ketergantungan emosional berkorelasi dengan penyalahgunaan internet dan ponsel, serta dengan kecemasan, depresi, dan harga diri yang rendah. Ketergantungan emosional memprediksi penyalahgunaan internet dan ponsel serta gejala kecemasan dan depresi.	535 mahasiswa	Penelitian ini menunjukkan dampak ketergantungan emosional pada perilaku dan kesehatan mental remaja. Penelitian longitudinal diperlukan untuk memahami hubungan sebab-akibat secara mendalam.

Diskusi

Penelitian ini mengidentifikasi beberapa temuan penting terkait ketergantungan emosional dan harga diri pada korban kekerasan dalam pacaran. Temuan-temuan ini memberikan wawasan mendalam tentang dampak psikologis yang dialami oleh korban dan faktor-faktor yang mempengaruhi dinamika kekerasan dalam pacaran.

Harga Diri dan *Dating Violence*

Harga diri adalah persepsi seseorang terhadap nilai dirinya sendiri dan memiliki peran penting dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk hubungan romantis.

Penelitian menunjukkan bahwa harga diri yang rendah sering dikaitkan dengan risiko yang lebih tinggi untuk menjadi korban kekerasan dalam kencan atau *dating violence*. Misalnya, penelitian oleh Cherrier dkk., (2023) dan Hancock dkk., (2017) mengungkapkan bahwa individu dengan harga diri rendah lebih rentan terhadap viktimisasi dalam hubungan intim. Harga diri yang rendah dapat mengurangi kemampuan seseorang untuk menetapkan batas-batas yang sehat dan mempertahankan diri dari perilaku *abusive* dari pasangan mereka. Harga diri yang rendah juga dapat membuat individu merasa tidak layak untuk mendapatkan hubungan yang sehat dan penuh kasih, sehingga mereka mungkin menerima perlakuan buruk sebagai sesuatu yang "layak" mereka terima. Hal ini sering kali menyebabkan mereka tetap berada dalam hubungan yang *abusive* karena takut tidak dapat menemukan pasangan yang lebih baik atau karena merasa bahwa mereka tidak pantas mendapatkan yang lebih baik.

Selanjutnya hubungan antara kekerasan dalam kencan dan harga diri juga dikaji dalam konteks peran *gender* dan kesehatan mental. Matud dkk., (2023) menemukan bahwa viktimisasi kekerasan dalam kencan terkait dengan lebih banyak gejala mental, kepuasan hidup yang lebih rendah, dan harga diri yang lebih rendah. Studi ini juga menunjukkan bahwa norma peran gender tradisional dapat mempengaruhi tingkat viktimisasi dan perpetrasi kekerasan dalam kencan. Selain itu, penelitian oleh (Harper & Welsh, 2007) menunjukkan bahwa tindakan kekerasan dalam kencan dapat menyebabkan korban merasa lebih tidak aman dan tidak berharga, yang pada gilirannya dapat menurunkan harga diri mereka lebih jauh. Mereka menemukan bahwa penekanan diri dalam hubungan romantis, di mana individu menahan diri dari mengekspresikan perasaan dan kebutuhan mereka, berhubungan dengan fungsi relasional dan individual yang buruk, termasuk harga diri rendah.

Lebih jauh, harga diri yang rendah dapat mempengaruhi bagaimana seseorang merespons dan memproses pengalaman kekerasan. Seseorang dengan harga diri rendah mungkin lebih cenderung menyalahkan diri sendiri atas tindakan *abusive* yang mereka alami, berpikir bahwa mereka telah melakukan sesuatu yang memicu

kekerasan tersebut (Irmayanti, 2016). Mereka mungkin juga mengalami kesulitan dalam mencari bantuan atau meninggalkan hubungan tersebut, karena kurangnya keyakinan pada kemampuan mereka untuk hidup mandiri atau meragukan apakah orang lain akan mempercayai pengalaman mereka. Sebaliknya, harga diri yang sehat berfungsi sebagai pelindung terhadap kekerasan dalam kencan. Individu dengan harga diri yang tinggi cenderung memiliki batasan yang jelas dalam hubungan mereka dan lebih berani untuk menolak atau meninggalkan situasi yang tidak sehat. Mereka memiliki kepercayaan diri untuk mencari dan menjalin hubungan yang didasarkan pada rasa hormat dan saling menghargai (Irmayanti, 2022).

Penting untuk dipahami bahwa harga diri rendah tidak hanya meningkatkan risiko menjadi korban kekerasan dalam kencan, tetapi juga mempengaruhi bagaimana korban merespons kekerasan tersebut dan peluang mereka untuk memutus siklus kekerasan. Estévez dkk., (2017) mengungkapkan bahwa ketergantungan emosional yang tinggi pada hubungan kencan juga sering terjadi bersamaan dengan harga diri yang rendah, memperburuk situasi kekerasan.

Secara keseluruhan, meningkatkan harga diri individu dapat menjadi langkah penting dalam upaya pencegahan dan intervensi kekerasan dalam kencan, dengan mempromosikan dan membangun harga diri yang kuat sejak dini melalui pendidikan, dukungan sosial, dan intervensi psikologis. Program-program yang fokus pada peningkatan harga diri dapat membantu individu mengenali nilai diri mereka dan mengembangkan keterampilan untuk menetapkan batasan yang sehat dalam hubungan mereka. Dengan demikian, mereka dapat mengurangi risiko menjadi korban kekerasan dalam kencan dan meningkatkan kesejahteraan emosional serta mental mereka secara keseluruhan.

Peran Ketergantungan Emosional

Ketergantungan emosional adalah kondisi di mana seseorang merasa sangat membutuhkan dukungan emosional, validasi, dan penerimaan dari pasangannya untuk merasa aman dan berharga. Dalam konteks hubungan pacaran, ketergantungan emosional dapat memainkan peran signifikan dalam terjadinya kekerasan dalam

kencan (*dating violence*) (Arbinaga dkk., 2021; Castillo-González dkk., 2024; Del Castillo Arreola dkk., 2021; Macía dkk., 2022).

Ketergantungan emosional dapat membuat seseorang rentan terhadap kekerasan dalam hubungan pacaran dengan beberapa cara berikut:

Penerimaan Perilaku *abusive*: Individu yang sangat tergantung secara emosional pada pasangannya mungkin lebih cenderung menerima perlakuan buruk karena mereka takut kehilangan dukungan emosional yang mereka butuhkan. Mereka mungkin melihat perilaku *abusive* sebagai sesuatu yang harus ditoleransi untuk menjaga hubungan tetap utuh.

Ketakutan akan Kesepian: Ketergantungan emosional seringkali disertai dengan ketakutan akan kesepian atau penolakan. Individu dengan ketergantungan ini mungkin merasa bahwa mereka tidak dapat menemukan pasangan lain yang akan mencintai atau menerima mereka, sehingga mereka tetap berada dalam hubungan yang *abusive* meskipun hal itu merugikan kesejahteraan mereka.

Kesulitan Menetapkan Batasan: Orang yang tergantung secara emosional mungkin mengalami kesulitan menetapkan batasan yang sehat dalam hubungan mereka. Mereka mungkin mengabaikan tanda-tanda peringatan atau perilaku *abusive* karena merasa tidak mampu mempertahankan diri atau takut bahwa menetapkan batasan akan menyebabkan mereka ditinggalkan.

Internalisasi Blame: Ketergantungan emosional dapat menyebabkan individu menyalahkan diri sendiri atas kekerasan yang mereka alami. Mereka mungkin percaya bahwa mereka pantas menerima perlakuan tersebut atau bahwa perilaku pasangan mereka adalah akibat dari kesalahan mereka sendiri.

Ketergantungan emosional tidak hanya meningkatkan risiko menjadi korban kekerasan, tetapi juga mempengaruhi bagaimana korban merespons kekerasan tersebut. Sabila dkk., (2022) mengungkapkan bahwa korban kekerasan dalam kencan yang memiliki ketergantungan emosional tinggi cenderung lebih sulit untuk memutus siklus kekerasan karena mereka merasa terikat secara emosional kepada pelaku. Korban dengan ketergantungan emosional yang tinggi sering kali mengalami perasaan

campur aduk antara cinta dan rasa takut, membuat mereka sulit untuk mengambil langkah tegas dalam meninggalkan hubungan yang merugikan mereka.

Penelitian telah menunjukkan bahwa ketergantungan emosional berkontribusi pada dinamika kekerasan dalam hubungan. Misalnya, studi oleh Ng dkk., (2014) menemukan bahwa individu dengan tingkat ketergantungan emosional yang tinggi lebih mungkin mengalami dan tetap berada dalam hubungan yang *abusive*. Mereka sering merasa tidak mampu keluar dari hubungan tersebut karena kebutuhan mendalam akan validasi emosional dari pasangan mereka.

Dampak Psikologis dan Kesehatan Mental *Dating Violence*

Dating violence atau kekerasan dalam hubungan pacaran, memiliki dampak yang sangat merugikan terhadap kesehatan mental dan psikologis korban. Kekerasan ini dapat berupa kekerasan fisik, emosional, atau seksual, dan setiap bentuk kekerasan tersebut dapat menyebabkan trauma yang mendalam. Korban sering mengalami gangguan kecemasan dan depresi yang parah akibat kekerasan yang mereka alami. Trauma ini dapat berkembang menjadi *post-traumatic stress disorder* (PTSD), di mana korban terus-menerus mengalami kilas balik, mimpi buruk, dan ketakutan yang intens terkait dengan pengalaman kekerasan mereka.

Pengalaman kekerasan dalam hubungan pacaran juga dapat mengikis harga diri dan kepercayaan diri korban. Mereka mungkin merasa tidak berharga, malu, dan terisolasi dari teman dan keluarga. Perasaan ini sering kali diperparah oleh stigma sosial yang melekat pada korban kekerasan, yang dapat membuat mereka merasa enggan atau takut untuk mencari bantuan. Rasa takut akan pembalasan dari pelaku juga bisa menjadi penghalang bagi korban untuk melaporkan kekerasan yang mereka alami atau mencari dukungan yang mereka butuhkan.

1. Gangguan Kesehatan Mental: Korban kekerasan dalam pacaran sering mengalami depresi, kecemasan, dan gangguan stres pasca-trauma (PTSD) akibat kekerasan yang mereka alami (Campbell & Manganello, 2006).
2. Dampak Jangka Panjang: Kekerasan dalam pacaran pada masa remaja dan dewasa muda memiliki dampak jangka panjang yang serius terhadap kesehatan mental

korban, termasuk penurunan kesejahteraan psikologis dan peningkatan risiko gangguan mental (Piolanti dkk., 2023).

3. Sánchez-Zafra dkk., (2024) melakukan tinjauan sistematis tentang hasil jangka panjang dari kekerasan dalam kencan remaja. Mereka menemukan bahwa korban *dating violence* sering mengalami masalah kesehatan mental yang berkepanjangan, termasuk depresi, kecemasan, dan gangguan stres pasca-trauma (PTSD).
4. Calvete dkk., (2018) menemukan bahwa paparan kekerasan keluarga berhubungan dengan peningkatan risiko melakukan kekerasan dalam hubungan kencan di kalangan remaja.

Selain dampak psikologis, *dating violence* juga memiliki konsekuensi serius terhadap kesehatan fisik korban. Stres dan ketakutan yang terus-menerus dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan fisik, seperti gangguan tidur, gangguan makan, dan penyakit kronis lainnya. Korban mungkin mengalami masalah tidur karena kecemasan atau mimpi buruk yang berhubungan dengan kekerasan, dan gangguan makan bisa timbul sebagai bentuk kontrol terhadap situasi yang dirasa tidak terkendali. Penyakit kronis seperti sakit kepala, masalah pencernaan, dan kondisi medis lainnya juga bisa diperburuk oleh stres yang berkelanjutan.

Dampak-dampak ini menunjukkan pentingnya intervensi dini dan dukungan yang memadai bagi korban *dating violence*. Penyedia layanan kesehatan, konselor, dan organisasi masyarakat harus bekerja sama untuk menyediakan sumber daya dan layanan yang diperlukan bagi korban untuk pulih dari trauma mereka. Edukasi masyarakat mengenai tanda-tanda kekerasan dalam hubungan pacaran dan pentingnya dukungan bagi korban juga sangat penting untuk mengurangi stigma dan mendorong korban untuk mencari bantuan.

Karakteristik Kepribadian Korban Kekerasan dalam Hubungan Pacaran

Karakteristik kepribadian korban kekerasan dalam hubungan intim dapat bervariasi, namun beberapa ciri umum sering ditemukan pada mereka yang mengalami kekerasan dalam hubungan. Salah satu karakteristik yang sering terlihat adalah rendahnya harga diri. Korban kekerasan sering kali merasa tidak berharga dan

memiliki pandangan negatif tentang diri mereka sendiri. Hal ini bisa diperparah oleh manipulasi emosional dan pelecehan verbal dari pelaku yang terus-menerus merendahkan dan mengkritik mereka. Akibatnya, korban merasa tidak layak untuk mendapatkan perlakuan yang lebih baik atau tidak mampu meninggalkan hubungan tersebut.

Selain itu, korban kekerasan dalam hubungan intim sering kali menunjukkan kecenderungan untuk merasa takut dan cemas (Arbinaga dkk., 2021). Mereka mungkin hidup dalam ketakutan akan kekerasan lebih lanjut atau pembalasan dari pelaku jika mereka mencoba melarikan diri atau mencari bantuan. Ketakutan ini bisa membuat mereka tetap berada dalam hubungan yang berbahaya meskipun mereka menyadari dampak negatifnya terhadap kesejahteraan mereka. Ketidakmampuan untuk mengambil tindakan tegas juga sering dikaitkan dengan perasaan ketidakberdayaan yang mendalam (Irmayanti & Grahani, 2023).

Karakteristik lain yang sering ditemukan adalah isolasi sosial. Pelaku kekerasan sering kali mencoba mengendalikan kehidupan sosial korban dengan memutuskan mereka dari teman dan keluarga. Isolasi ini membuat korban merasa sendirian dan tanpa dukungan, memperkuat ketergantungan mereka pada pelaku. Korban mungkin merasa malu atau takut untuk mengungkapkan situasi mereka kepada orang lain, yang semakin memperparah perasaan isolasi dan ketidakberdayaan (Castillo-González dkk., 2024).

Korban kekerasan dalam hubungan intim juga sering menunjukkan tanda-tanda depresi dan gangguan kecemasan. Pengalaman kekerasan yang terus-menerus dapat menyebabkan perasaan putus asa, kesedihan yang mendalam, dan hilangnya minat pada aktivitas yang sebelumnya menyenangkan. Gangguan kecemasan dapat muncul dalam bentuk serangan panik, kecemasan umum, atau PTSD (Yanez-Peñúñuri dkk., 2023). Kondisi-kondisi ini tidak hanya mempengaruhi kesehatan mental korban tetapi juga kesejahteraan fisik mereka, dengan gejala seperti gangguan tidur, perubahan nafsu makan, dan kelelahan kronis.

Untuk mengatasi dampak negatif ini, penting bagi korban untuk mendapatkan dukungan yang memadai, baik dari profesional kesehatan mental, teman, keluarga, atau kelompok dukungan. Pendekatan terapi seperti terapi kognitif-perilaku (CBT) dan terapi berbasis trauma dapat membantu korban mengatasi dampak psikologis dari kekerasan dan membangun kembali kepercayaan diri serta kemandirian mereka. Selain itu, edukasi dan pemberdayaan masyarakat tentang tanda-tanda kekerasan dalam hubungan dan pentingnya mendukung korban dapat membantu mengurangi stigma dan meningkatkan akses korban terhadap bantuan yang mereka butuhkan.

Temuan-temuan ini menunjukkan bahwa ketergantungan emosional dan harga diri memainkan peran penting dalam dinamika kekerasan dalam pacaran dan kesejahteraan psikologis korban. Dengan memahami interaksi antara faktor-faktor ini, intervensi yang lebih efektif dapat dikembangkan untuk membantu korban pulih dan mencegah kekerasan dalam pacaran di masa depan.

Kesimpulan

Keterkaitan Emosional dan Harga Diri pada Korban Kekerasan dalam Pacaran (*Dating Violence*): Tinjauan Sistematis" menyajikan analisis mendalam tentang hubungan antara keterkaitan emosional, harga diri, dan pengalaman kekerasan dalam pacaran. Berdasarkan tinjauan sistematis dari berbagai studi, penelitian ini menemukan bahwa korban kekerasan dalam pacaran cenderung mengalami keterkaitan emosional yang kuat dengan pelaku, seringkali disebabkan oleh rasa cinta, ketergantungan emosional, dan harapan bahwa pelaku akan berubah.

Ketergantungan emosional ini dapat memperkuat siklus kekerasan, membuat korban sulit untuk mengakhiri hubungan yang berbahaya. Kekerasan dalam pacaran memiliki dampak signifikan terhadap harga diri korban, yang seringkali merasa tidak berharga, tidak berdaya, dan mengalami penurunan rasa percaya diri. Harga diri yang rendah ini juga dapat menghambat korban untuk keluar dari hubungan yang penuh kekerasan, karena mereka merasa tidak pantas mendapatkan hubungan yang lebih baik. Penelitian ini menyoroti adanya siklus kekerasan dalam pacaran, di mana fase

kekerasan diikuti oleh fase rekonsiliasi dan kemudian kembali ke fase ketegangan dan kekerasan. Ketergantungan emosional dan harga diri yang rendah berkontribusi dalam mempertahankan siklus ini, karena korban sering berharap pada fase rekonsiliasi dan memaafkan pelaku. Studi-studi yang ditinjau menunjukkan bahwa intervensi yang efektif harus mencakup dukungan emosional, penguatan harga diri, dan edukasi tentang hubungan sehat. Program-program konseling dan dukungan psikososial dapat membantu korban mengembangkan rasa harga diri yang lebih sehat dan mengurangi ketergantungan emosional pada pelaku. Penelitian ini merekomendasikan perlunya studi lebih lanjut untuk memahami mekanisme yang lebih spesifik terkait keterkaitan emosional dan harga diri dalam konteks kekerasan dalam pacaran.

Penelitian longitudinal juga diperlukan untuk memahami dampak jangka panjang dari kekerasan dalam pacaran terhadap kesejahteraan emosional dan psikologis korban. Secara keseluruhan, penelitian ini menekankan pentingnya pendekatan yang holistik dalam menangani kekerasan dalam pacaran, yang tidak hanya fokus pada aspek fisik kekerasan, tetapi juga pada aspek emosional dan psikologis yang mendasari dan memperkuat siklus kekerasan tersebut.

Referensi

- Amin-Smith, N., Phillips, D., & Simpson, P. (2018). *Local government revenue decentralisation and funding divergence: An English case study*.
- Arbinaga, F., Mendoza-Sierra, M. I., Caraballo-Aguilar, B. M., Buiza-Calzadilla, I., Torres-Rosado, L., Bernal-López, M., ... Fernández-Ozcorta, E. J. (2021). Jealousy, violence, and sexual ambivalence in adolescent students according to emotional dependency in the couple relationship. *Children, 8*(11), 993.
- Babcock, R. L., & DePrince, A. P. (2012). Childhood betrayal trauma and self-blame appraisals among survivors of intimate partner abuse. *Journal of Trauma & Dissociation, 13*(5), 526–538.
- Calvete, E., Fernández-González, L., Orue, I., & Little, T. D. (2018). Exposure to family violence and dating violence perpetration in adolescents: Potential cognitive and emotional mechanisms. *Psychology of Violence, 8*(1), 67.
- Campbell, J. C., & Manganello, J. (2006). Changing public attitudes as a prevention

- strategy to reduce intimate partner violence. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma*, 13(3–4), 13–39.
- Castillo-González, M., Mendo-Lázaro, S., León-del-Barco, B., Terán-Andrade, E., & López-Ramos, V.-M. (2024). Dating violence and emotional dependence in university students. *Behavioral Sciences*, 14(3), 176.
- Cherrier, C., Courtois, R., Rusch, E., & Potard, C. (2023). Self-esteem, social problem solving and intimate partner violence victimization in emerging adulthood. *Behavioral Sciences*, 13(4), 327.
- Coker, A. L., Davis, K. E., Arias, I., Desai, S., Sanderson, M., Brandt, H. M., & Smith, P. H. (2002). Physical and mental health effects of intimate partner violence for men and women. *American Journal of Preventive Medicine*, 23(4), 260–268.
- Del Castillo Arreola, A., Hernández Díaz, M. E., Romero Palencia, A., & Iglesias Hoyos, S. (2021). *Violence in the courtship and their relationship with the passive emotional dependence in university students*.
- Dosil, M., Jaureguizar, J., & Bermaras, E. (2019). Variables related to victimization and perpetration of dating violence in adolescents in residential care settings. *The Spanish Journal of Psychology*, 22, E36.
- Eckhardt, C. I., Murphy, C. M., Whitaker, D. J., Sprunger, J., Dykstra, R., & Woodard, K. (2013). The effectiveness of intervention programs for perpetrators and victims of intimate partner violence. *Partner Abuse*, 4(2), 196–231.
- Estévez, A., Urbiola, I., Iruarrizaga, I., Onaindia, J., & Jauregui, P. (2017). Emotional dependency in dating relationships and psychological consequences of internet and mobile abuse. *Anales de Psicología*, 33(2), 260.
- Hancock, K., Keast, H., & Ellis, W. (2017). The impact of cyber dating abuse on self-esteem: The mediating role of emotional distress. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 11(2).
- Harper, M. S., & Welsh, D. P. (2007). Keeping quiet: Self-silencing and its association with relational and individual functioning among adolescent romantic couples. *Journal of Social and Personal Relationships*, 24(1), 99–116.
- Irmayanti, N. (2016). Pola asuh otoriter, self esteem dan perilaku bullying. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 7(1), 20–35.
- Irmayanti, N. (2020). Pelatihan Assertive dan Perilaku Cyberbullying Pada Siswa SMA Di Sidoarjo. *Jurnal Psikologi: Media Ilmiah Psikologi*, 18(02).
- Irmayanti, N. (2022). *Model perundungan di dunia maya pada siswa SMA ditinjau dari peer*

influence dan harga diri melalui empati. Universitas Negeri Malang.

- Irmayanti, N., & Grahani, F. O. (2023). Bersama Lawan Kekerasan Digital: Peran Orang Tua dan Teman Sebaya dalam Mengatasi Cyberviolence. *Jurnal Psikologi: Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, 10(2), 296–304.
- Leone, J., & Conroy, N. (2019). Power and interpersonal violence. *Power in Close Relationships*, 225–240.
- Macía, P., Estevez, A., Iruarrizaga, I., Olave, L., Chávez, M. D., & Momeñe, J. (2022). Mediating role of intimate partner violence between emotional dependence and addictive behaviours in adolescents. *Frontiers in Psychology*, 13, 873247.
- Matud, M. P., Hernández-Lorenzo, D. E., Fortes, D., & Ibáñez, I. (2023). Dating violence and mental health in emerging adulthood. *Healthcare*, 11(24), 3172. MDPI.
- Ng, J. Y. Y., Ntoumanis, N., & Thøgersen-Ntoumani, C. (2014). Autonomy support and control in weight management: What important others do and say matters. *British Journal of Health Psychology*, 19(3), 540–552.
- Olave, L., Iruarrizaga, I., Herrero, M., Macía, P., Momeñe, J., Macía, L., ... Estevez, A. (2024). Exercise addiction and intimate partner violence: the role of impulsivity, self-esteem, and emotional dependence. *Behavioral Sciences*, 14(5), 420.
- Pereira, M. E., Azeredo, A., Moreira, D., Brandão, I., & Almeida, F. (2020). Personality characteristics of victims of intimate partner violence: A systematic review. *Aggression and Violent Behavior*, 52, 101423.
- Pietrzak, D., Page, B., Korcuska, J. S., & Bach Gorman, A. (2015). An examination of the relationship of the 16PF fifth edition to a multidimensional model of self-esteem. *SAGE Open*, 5(4), 2158244015611453.
- Piolanti, A., Waller, F., Schmid, I. E., & Foran, H. M. (2023). Long-term adverse outcomes associated with teen dating violence: A systematic review. *Pediatrics*, 151(6), e2022059654.
- Puente-Martínez, A., Reyes-Sosa, H., Ubillos-Landa, S., & Iraurgi-Castillo, I. (2023). Social support seeking among women victims of intimate partner violence: a qualitative analysis of lived experiences. *Journal of Family Violence*, 1–14.
- Sabila, T. M., Hutahaean, E. S. H., & Fahrudin, A. (2022). Self-Esteem and Stockholm Syndrome in Dating Violence Victims. *Asian Social Work Journal*, 7(3), 12–16.
- Sánchez-Zafra, M., Gómez-López, M., Ortega-Ruiz, R., & Viejo, C. (2024). The association between dating violence victimization and the well-being of young people: A systematic review and meta-analysis. *Psychology of Violence*.

Williams, S. L., McKelvey, D. K., & FRIEzE, Ire. Ha. (2014). Intimate-partner violence. *The Oxford Handbook of Gender, Sex, and Crime*, 362–378.

Yanez-Peñúñuri, L. Y., Rey-Anaconda, C. A., & Garcia-Estrada, L. I. (2023). Relationship between dating violence and mental health of young victims and perpetrators: A systematic review. *International Journal of Psychological Research*, 16(1), 126–139.