

**HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI, HARGA DIRI DAN
PERILAKU KEKERASAN DALAM BERPACARAN PADA
MAHASISWA**



**Disusun sebagai salah satu syarat menyelesaikan Program Studi Strata I pada
Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi**

Oleh:

Ramadhani Rakhshanda Putri

F 100 170 106

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2022

HALAMAN PERSETUJUAN
HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI, HARGA DIRI DAN PERILAKU
KEKERASAN DALAM BERPACARAN PADA MAHASISWA

PUBLIKASI ILMIAH

Oleh :

RAMADHANI RAKHSHANDA PUTRI
F 1001 170 106

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji oleh:

Dosen

Pembimbing



Dr. Sri Lestari, M.Si
NIK.NIDN: 677/0621057101

HALAMAN PENGESAHAN
HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI, HARGA DIRI DAN PERILAKU
KEKERASAN DALAM BERPACARAN PADA MAHASISWA

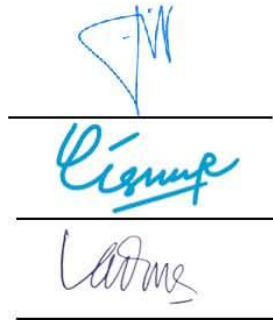
OLEH

RAMADHANI RAKHSHANDA PUTRI
F 100 170 106

Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Pada hari Kamis, 11 Agustus 2022
dan dinyatakan telah memenuhi syarat

Dewan Penguji

1. **Dr. Sri Lestari, S.Psi., M.Si**
(Ketua Dewan Penguji)
2. **Dr. Lisnawati Ruhaena P., M.Si**
(Anggota 1 Dewan Penguji)
3. **Siti Nurina Hakim, S.Psi., M.Psi**
(Anggota II Dewan Penguji)



Dekan,

Prof. Taufik, S.Psi., M.Si., Ph.D
NIK.NIDN: 799/0629037401

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam publikasi ilmiah ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila kelak terbukti ada ketidakbenaran dalam pernyataan saya di atas, maka akan saya pertanggungjawabkan sepenuhnya.

Surakarta, 11 Agustus 2022



Penulis

RAMADHANI RAKHSHANDA PUTRI
F 100 170 106

HUBUNGAN ANTARA REGULASI EMOSI, HARGA DIRI DAN PERILAKU KEKERASAN DALAM BERPACARAN PADA MAHASISWA

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menguji secara empiris hubungan antara regulasi emosi dan harga diri dengan perilaku kekerasan dalam berpacaran pada mahasiswa. Sebanyak 110 mahasiswa yang berasal dari 10 perguruan tinggi di Solo menjadi responden dalam penelitian ini. Penelitian ini menggunakan teknik incidental sampling. Pengumpulan data dilakukan dengan instrumen penelitian yaitu skala regulasi emosi, skala harga diri dan skala perilaku kekerasan dalam berpacaran. Selanjutnya data dianalisis menggunakan teknik regresi linier berganda dengan program SPSS 16.0. Hasil analisis menunjukkan nilai $F_{\text{regresi}} = 24,614$ dengan nilai sig, $p = 0,000$ ($p < 0,05$), maka regulasi emosi dan harga diri secara bersama mampu secara signifikan mempengaruhi perilaku kekerasan dalam berpacaran pada mahasiswa. Sumbangan efektif variabel regulasi emosi dan harga diri sebesar 20,5% terhadap perilaku kekerasan dalam berpacaran. Dengan demikian regulasi emosi dan harga diri berperan penting dalam mencegah perilaku kekerasan dalam berpacaran pada mahasiswa.

Kata kunci : regulasi emosi, harga diri, dan perilaku kekerasan dalam berpacaran pada mahasiswa

Abstract

This study aims to empirically examine the relationship between emotion regulation and self-esteem with violent behavior in dating students. A total of 110 students from 10 universities in Solo became respondents in this study. This research uses incidental sampling technique. Data were collected using research instruments, namely the emotional regulation scale, self-esteem scale and the scale of violent behavior in dating. Furthermore, the data were analyzed using multiple linear regression technique with SPSS 16.0 program. The results of the analysis show the value of $F_{\text{regression}} = 24,614$ with a value of sig, $p = 0.000$ ($p < 0.05$), so that emotional regulation and self-esteem together can significantly influence the behavior of violent dating in college students. The effective contribution of emotional regulation and self-esteem variables is 20.5% to violent behavior in dating. Thus the regulation of emotions and self-esteem plays an important role in preventing violent behavior in dating in college students.

Keywords: regulation of emotions, self-esteem, and violent behavior in dating students

1. PENDAHULUAN

Kekerasan dalam pacaran merupakan suatu fenomena yang belakangan ini berkembang di kalangan remaja hingga mahasiswa. Kekerasan dalam berpacaran verbal maupun nonverbal yang dilakukan oleh perempuan atau laki-laki. Di Indonesia terdapat perbandingan satu banding sepuluh remaja yang berani melaporkan jika mereka mendapatkan kekerasan fisik yang seperti mendapat cubitan, pukulan sampai dilempar dan kekerasan dalam seksual (Maknun, 2017). Kekerasan fisik itu sendiri merupakan suatu kejadian yang mengakibatkan seseorang mengalami luka serius maupun tidak yang disebabkan oleh kekerasan fisik maupun luka mental yang didapatkan dari ancaman pasangannya. Kekerasan dalam hubungan yang sesungguhnya yaitu disebabkan oleh adanya ketakutan pada korban kekerasan yang dipicu adanya ancaman yang kurang baik dari pasangan. Hal ini berakibat pada perilaku hubungan yang akan dijalani oleh individu, seperti halnya jika seseorang mengungkapkan bentuk kekerasan yang terjadi dilingkungan keluarga dapat memicu anak untuk meniru serta mendapatkan luka batin maupun mental yang sehingga dapat membuat anak memiliki resiko mengalami dan bertindak melakukan kekerasan pada pasangannya (Wilson & Maloney, 2019).

Remaja merupakan salah satu tahapan perkembangan manusia dengan ciri manusia tersebut sering mengalami masa krisis identitas dan ambigu. Dengan rentang usia remaja akhir yaitu 17-22 tahun. Hal yang demikian menyebabkan remaja menjadi tidak stabil, agresif, konflik antara sikap dan perilaku, kegoyahan emosional dan sensitif, terlalu cepat dan gegabah untuk mengambil tindakan yang ekstrim. Dari sifat tersebut menyebabkan remaja tidak mudah untuk mempertahankan emosinya dengan positif kepada lingkungannya. Sifat yang diperlihatkan oleh remaja sering kali berupa perilaku yang agresif kepada kerabat dekat maupun kepada orang lain disekitar (Santrock, 2011). Menurut Hurlock (1999) remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa yang meliputi kematangan mental, emosional, serta sosial dan fisik.

Kekerasan yang menyangkut tentang Hak Asasi Manusia (HAM) telah diatur dalam Undang-Undang Dasar Negara RI Tahun 1945 pada pasal 28G ayat (1) yang berbunyi “Setiap orang berhak atas perlindungan diri pribadi, keluarga, kehormatan, martabat, dan harta benda yang di bawah kekuasaannya, serta berhak atas rasa aman dan perlindungan dari ancaman ketakutan untuk berbuat atau tidak berbuat sesuatu yang merupakan hak asasi.”. Pasal diatas memiliki arti bahwa setiap warganya berhak mendapatkan perlindungan diri dari hukum termasuk kekerasan yang dialami oleh pasangan yang berpacaran.

Berdasarkan data dari CATAHU pada tahun 2020 terdapat 406.178 kasus kekerasan terhadap perempuan yang dilaporkan dan ditangani pada tahun 2018 (naik sekitar kurang lebih 6% menjadi 348.466 kasus pada tahun sebelumnya) (Mustafainah et al., 2020). Kekerasan pada mahasiswa ini berakibat pada kondisi mental dan emosinya. Dalam penelitian yang telah dilakukan oleh (Megawati et al., 2019) menunjukkan bahwa regulasi emosi dan perilaku kekerasan dalam berpacaran memiliki hubungan yang signifikan. Dari hasil penelitian tersebut terdapat 25% wanita dan 10% pria melaporkan kejadian kekerasan yang mereka alami. Data ini mengalami penurunan dari penelitian yang selanjutnya bahwa 83% kekerasan dilakukan oleh wanita dan 30% dilakukan oleh pria.

Lalu dari segi hasil uji beda dari mean variabel regulasi emosi pada jenis kelamin laki-laki sebesar 83,19 dan perempuan sebesar 87,35. Dapat disimpulkan bahwa hasil dari uji regulasi emosi pada laki-laki dan perempuan terdapat perbedaan. Sedangkan pada kekerasan dalam berpacaran antara jenis kelamin laki-laki sebesar 93,59 dan perempuan sebesar 93,50, dapat diketahui bahwa pada variabel kekerasan dalam berpacaran secara deskriptif statistik terdapat persamaan pada nilai rata-rata kekerasan dalam berpacaran. Pada penelitian (Arcani et al., 2020) seorang korban mengalami kekerasan berupa fisik, verbal, psikologis, seksual dan kekerasan secara elektronik seperti pemaksaan untuk mengirimkan foto hal berbentuk privasi dan pengancaman melalui pesan. Hal yang sering terjadi seperti ditampar, dipukul, dilempar kursi, ditarik, didorong hingga keluarnya kata-kata kotor. Hal tersebut bisa

dipicu dari timbulnya emosi yang berasal dari eksternal individu. Hal ini bisa berupa dari sikap posesif pasangan, persepsi orang sekitar, saat bertemu dengan pasangan, salah pemahaman dan kesibukan dari masing-masing pasangan (Aryaningih & Susilawati, 2020). Saat awal berpacaran korban memiliki persepsi bahwa pasangan dapat memenuhi kebutuhannya, bisa mengerti dan mencintainya secara tulus.

Tingkat kekerasan terhadap wanita di Jawa Tengah berada pada kota Semarang dengan jumlah 125 kasus pada tahun 2017. Lalu disusul dengan Kabupaten Wonosobo sebanyak 62 kasus, Kota Surakarta 33 kasus, Kabupaten Kendal 20 kasus, Kabupaten Semarang 11 kasus, Kota Pekalongan, Kabupaten Pekalongan, Kabupaten Batang, Kabupaten Brebes sebanyak 10 kasus dan Kabupaten Demak sebanyak 9 kasus (Lrc-kjham, 2015).

Seorang korban mengalami kekerasan berupa fisik, verbal, psikologis, seksual dan kekerasan secara elektronik seperti pemaksaan untuk mengirimkan foto hal berbentuk privasi dan pengancaman melalui pesan. Hal yang sering terjadi seperti ditampar, dipukul, dilempar kursi, ditarik, didorong hingga keluarnya kata-kata kotor. Hal tersebut bisa dipicu dari timbulnya emosi yang berasal dari eksternal individu (Arcani et al. 2020). Hal ini bisa berupa dari sikap posesif pasangan, persepsi orang sekitar, saat bertemu dengan pasangan, salah pemahaman dan kesibukan dari masing-masing pasangan (Aryaningih & Susilawati, 2020).

Pada (Megawati et al., 2019) juga mendapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh besar regulasi emosi dalam perilaku kekerasan dalam berpacaran. Regulasi emosi berkorelasi positif dengan perilaku kekerasan dalam berpacaran. Yang mana semakin tinggi regulasi emosi maka semakin tinggi perilaku kekerasan dalam berpacaran.

Namun seiring berjalannya waktu persepsi yang ada membuat perasaan korban menjadi tidak menentu yang mengakibatkan korban menjadi tundo dan menganggap hal diatas menjadi sebuah hal yang wajar. Korban selalu memaafkan pasangannya kembali karena mengingat hubungan terjalin cukup lama yang berakibat korban akan tetap menerima kekerasan dari pasangannya. Berdasarkan hasil dari deskripsi statistik pada penelitian yang dilakukan Aryaningih & Susilawati (2020)

menunjukkan bahwa semakin tinggi emosi yang negatif yang dialami dan ditunjukkan maka akan ada konflik yang timbul secara berbahaya.

Pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Wardhani & Indrawati (2020) terdapat hubungan negatif yang signifikan antara harga diri dengan intensi kekerasan dalam berpacaran pada mahasiswa Program Studi Teknik Mesin Universitas Muhammadiyah Surakarta. Semakin tinggi harga diri, maka akan semakin rendah intensi untuk melakukan kekerasan dalam berpacaran. Penyebab dari tingginya angka kekerasan dalam berpacaran yaitu dipicu adanya rasa kurang paham mengenai macam-macam bentuk kekerasan. Yang mana hal ini membuat korban kurang menyadari apa yang sedang terjadi. Oleh karena itu peneliti melihat beberapa hal yang belum dikaji dalam penelitian tersebut terutama pada variabel harga diri, sehingga peneliti terdorong melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan antara regulasi emosi, harga diri dan perilaku kekerasan dalam berpacaran pada mahasiswa”. Dilansir pada CATAHU 2019 profesi tertinggi adalah ibu rumah tangga sebanyak 4.824, lalu disusul dengan pelajar sebanyak 2.890. Dalam ranah komunitas, pelajar menjadi peringkat pertama dengan korban sebanyak 1200 orang.

Tujuan dari penelitian ini bertujuan untuk mengetahui korelasi regulasi emosi dan perilaku kekerasan dalam hubungan berpacaran, untuk mengetahui korelasi harga diri dan perilaku kekerasan dalam hubungan berpacaran, untuk mengetahui korelasi regulasi emosi dengan harga diri dan untuk mengetahui korelasi regulasi emosi, harga diri dan perilaku kekerasan dalam hubungan berpacaran pada mahasiswa di Solo.

Regulasi emosi merupakan suatu pengaturan perasaan, reaksi fisiologis, kognitif dan biologis yang membuat individu mampu berkomunikasi, membaur dan berinteraksi dengan seseorang yang dapat dijadikan sebagai kontrol untuk mencapai sebuah tujuan tertentu (Josua et al., 2020). Gross (2006) mengatakan bahwa regulasi emosi merupakan suatu kemampuan untuk menilai, mengatasi, mengelola dan mengungkapkan emosi secara tepat untuk mencapai keseimbangan emosional. Respon emosional yang didapatkan secara tidak tepat akan membuat individu menjadi salah arah, begitupun sebaliknya. Untuk menghadapi hal ini individu harus

memiliki suatu strategi yang nantinya akan diterapkan pada situasi emosional berupa regulasi emosi yang dapat mengurangi hal emosi yang negatif. Tiga aspek regulasi emosi Gross (2007) yaitu, 1). Mampu mengatur kondisi emosi baik emosi positif maupun negatif dengan baik. 2) Mampu menyadari dan mengendalikan emosi secara sadar maupun reflek. 3) Mampu menguasai dari dampak masalah. Menurut Kartika & Nisfiannoor (2004) terdapat tiga faktor yang mempengaruhi regulasi emosi yaitu hubungan antara orangtua dan anak, umur dan jenis kelamin dan hubungan interpersonal. . Menurut Gross & John (2003) lingkup keluarga dan teman sebaya (hubungan interpersonal) adalah bagian penting dalam perkembangan regulasi emosi individu saat berada di luar rumah. Dalam interaksi komunikasi, emosi dalam diri manusia akan memberikan sinyal secara implisit yang melibatkan adanya proses kognitif-adaptif.

Menurut Coopersmith, harga diri merupakan bagaimana individu menilai tentang penghargaan pada dirinya untuk dapat dievaluasi. Yang mana individu memiliki perasaan inferior dan takut gagal ketika dalam memperluas hubungan sosial (Wardhani & Indrawati, 2020). Menurut Frey & Carlock (1987) harga diri merupakan sebuah persepsi yang berupa penilaian positif, negative atau netral terhadap dirinya sendiri. Harga diri adalah salah satu cara pembentukan konsep diri yang dapat berpengaruh secara luas baik pada sikap atau perilaku (Khasanah et al., 2019). Yang hal ini diperjelas oleh Maslow (1975), kebutuhan harga diri adalah hal yang sangat penting. Harga diri individu melingkupi penilaian dan persepsi dari orang terdekat ataupun sekitarnya. Lalu menurut Rosenberg (1965) harga diri adalah suatu proses evaluasi yang bisa bermakna positif maupun negative terhadap dirinya sendiri. Yang berarti bahwa cara memandang seseorang akan selalu berbeda baik dari fisik maupun keseluruhan yang dapat dikaitkan dengan suatu aspek tertentu, semisal seperti kemampuan akademik, keterampilan dan penampilan. Terdapat tiga aspek harga diri menurut Rosenberg (1965) yaitu, *Physical self esteem* adalah aspek yang menjelaskan tentang fisik individu yang mengarah pada penerimaan atas fisiknya, *Social self esteems* merupakan suatu aspek yang menjelaskan kemampuan individu dalam

bersosialisasi dengan lingkungan, serta mengukur kemampuan individu dalam berkomunikasi dengan lingkungan. Lalu *Performance self esteem* merupakan aspek yang menjelaskan mengenai prestasi dan kemampuan individu. Harga diri juga memiliki aspek dalam kemampuan akademik, keterampilan bersosialisasi dan penampilan (Julianto et al., 2020). Menurut Mruk (2013) terdapat dua aspek yang saling terkait yaitu *personal efficacy* dan *sense of personal*. Hal ini terintegrasi dengan jumlah kepercayaan diri dan harga diri yang akan membentuk individu menjadi seseorang yang kompeten untuk hidup dan layak hidup. Menurut Coopersmith (1967) ada empat aspek harga diri yaitu kekuatan, signifikan, kebajikan dan kompetensi. Kekuatan (*power*) pada aspek ini merupakan suatu kemampuan individu untuk mempengaruhi orang lain, mengontrol sembari mengendalikan dirinya sendiri. Keberartian (*significance*) adalah aspek yang membuat individu untuk cenderung mengembangkan harga diri yang rendah. Dapat dikatakan berhasil atau tidaknya ketika individu ini mampu menunjukkan perhatian dan kasih sayang pada lingkungannya. Lalu ada kompetensi (*competence*) merupakan suatu usaha yang tinggi guna untuk mendapatkan sebuah prestasi yang bagus yang sesuai dengan usianya dan yang terakhir yaitu kemampuan (*virtue*) merupakan suatu kemampuan dari individu dalam bersosialisasi dengan lingkungan dengan tidak melakukan tindakan yang menyimpang dari aturan atau norma yang ada dan berlaku di masyarakat. Serta faktor sosial ekonomi merupakan hal yang mendorong individu untuk memenuhi kebutuhan hidup dengan dukungan finansial yang cukup (Budiman et al., 2011). Purnasari & Abdullah (2018) menyebutkan bahwa terdapat dua faktor harga diri yaitu, faktor eksternal ini meliputi lingkungan dimana individu tersebut berinteraksi dan tinggal. Seperti budaya, lingkup sosial, lingkungan terdekat dan keluarga. Lalu terdapat faktor internal merupakan bagaimana penilaian dari seseorang mengenai dirinya berdasarkan penerimaan dan penghargaan yang diberikan orang lain berupa motivasi, pengamatan, pola asuh, sikap dan proses belajar. Terdapat empat faktor harga diri yaitu, faktor pengalaman, faktor pola asuh, faktor lingkungan serta faktor sosial ekonomi.

Kekerasan (*violence*) menurut Mansour (1996) adalah sebagai perilaku yang menyerang fisik dan integritas mental psikologis. Kekerasan dalam pacaran (KDP) merupakan suatu perilaku kekerasan yang mengarah pada melakukan kekerasan seperti, adanya pengancaman, pembatasan relasi pertemanan, kekerasan dalam bentuk fisik maupun seksual serta verbal yang bersumber dari kurang terkontrolnya emosi dari pasangan (Dubu et al., 2020). Kekerasan dalam berpacaran lebih sering dikonseptualkan sebagai suatu perilaku yang mengarah pada kekerasan fisik lalu pada verbal sampai pada perilaku kekerasan seksual. Namun dalam penelitian pengukuran kekerasan tidak semua hal tersebut mencakup semua dimensi tersebut (Offenhauer & Buchalter, 2011). Menurut Safitri & Sama'I (2013) kekerasan dalam berpacaran merupakan salah satu perilaku yang bersifat merugikan pada suatu hubungan berpacaran. Bentuk kekerasan dalam berpacaran merupakan kontrol secara sadar dari pelaku guna membuat pasangan menjadi merasa tersiksa dan kesakitan. Para ahli sepakat definisi kekerasan dalam berpacaran memiliki kandungan dimensi berupa tekanan dan pemaksaan kekuasaan yang memiliki tujuan mewujudkan perilaku seperti mengekang, mendominasi dan saling menyakiti atau kekerasan fisik. Kekerasan fisik ini berupa mencakar, menggigit, menyubit, mencekik, memukul baik dengan alat maupun tidak (Rusyidi & Hidayat, 2020). Aspek fisik tersebut yang meliputi mental, emosi, verbal dan seksual. Kekerasan tersebut bersifat multi-dimensi (Rusyidi & Hidayat, 2020). Hal diperkuat dalam hasil jurnal Haes (2017) yang menyatakan bahwa terdapat empat kekerasan yaitu kekerasan fisik, kekerasan seksual, kekerasan ekonomi dan kekerasan emosional. Harmadi & Diana (2020) menyebutkan bahwa aspek psikologi sosial tentang kekerasan dalam berpacaran yaitu pengaruh dari budaya, lingkungan dan masyarakat sebagai penunjang bagi pertumbuhan serta penghambat pertumbuhan anak. Budiatuti (2019) menyatakan ada lima faktor yang mempengaruhi perilaku kekerasan dalam berpacaran, yaitu pola asuh dan lingkungan yang kurang mendukung. Hal ini juga diperkuat oleh hasil penelitian Haes (2017) yang dilakukan di tiga negara yaitu Brazil, Afrika dan Indonesia bahwa kekerasan dalam berpacaran sering dilakukan oleh pihak laki-laki

yang berdasarkan pengalaman masa kecil yang mendapatkan perilaku kekerasan dalam lingkup keluarga.

Keterkaitan variabel harga diri dengan regulasi emosi berkorekasi. Yang mana regulasi emosi merupakan suatu dimensi yang sangat berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan atau penurunan harga diri seseorang (Muarifah et al., 2019). Seperti dalam salah satu aspek regulasi emosi menurut Gross (2007) yaitu seseorang mampu mengatur kondisi emosi baik dalam bentuk positif maupun negative. Hal ini dibenarkan Silaen & Dewi (2015) bahwa regulasi emosi dapat membantu seseorang untuk mengendalikan emosi negatifnya. Menurut Douglas dan Frances (2002) kekerasan dalam berpacaran digunakan seseorang untuk menunjukkan perilaku secara terbuka (*overt*) atau tertutup (*covert*), menyerang (*offensive*) atau bertahan (*deffensife*) dengan disertai kekuatan dari orang lain. Bentuk kekerasan ini memicu pada pola harga diri secara otentik yang akan berpengaruh pada perkembangan konstruktif. Hal ini akan mengarahkan seseorang dalam proses regulasi emosi dalam dirinya dengan cara mengendalikan emosinya sesuai strategi secara sadar (Safitri & Sama'i, 2013). Hal ini merupakan suatu dimensi yang negative berupa dampak psikologis, dampak seksual, dampak fisik dan dampak sosial. Penyebab dari kekerasan dalam berpacaran adalah adanya agresi dalam pasangan (Luthra & Gidycz, 2006). Kematangan emosi merupakan suatu bagian dalam konsep diri untuk meningkatkan pengelelolaan regulasi emosi yang dimiliki yang akan berpengaruh pada perilaku.

Hipotesis mayor dalam penelitian ini yaitu terdapat korelasi antara regulasi emosi, harga diri dan perilaku kekerasan pada mahasiswa. lalu hipotesis minor dalam penelitian ini yaitu, 1) Terdapat hubungan negatif antara regulasi emosi dengan perilaku kekerasan pada mahasiswa, 2) Terdapat hubungan negatif antara harga diri dengan perilaku kekerasan pada mahasiswa.

2. METODE

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif, khususnya penelitian korelasi untuk menguji hubungan antara 2 variabel atau lebih. Sugiyono (2015) jenis penelitian yang

digunakan adalah keterkaitan atau hubungan. Yang memiliki tujuan menggambarkan fakta secara sistematis terhadap populasi tertentu berdasarkan fakta serta menentukan terdapat hubungan dan tingkat hubungan antara variabel (Prasetya & Rahman, 2020). Pada penelitian ini tersapat 3 variabel yaitu variabel regulasi emosi (X1) variabel harga diri (X2) sebagai variabel bebas atau independent dan perilaku kekerasan dalam berpacaran (Y) sebagai variabel tergantung atau dependen.

Subjek penelitian ini adalah 110 orang, 71 perempuan dan 39 laki-laki dengan kisaran usia antara 19-25 tahun. Pengambilan sampel menggunakan teknik *incidental sampling*. *Incidental sampling* merupakan suatu teknik pengambilan sampel secara aksidental dengan mengambil responden yang kebetulan ada atau tersedia di suatu tempat yang sesuai dengan konteks penelitian (Sugiyono, 2012) dengan kriteria berupa mahasiswa aktif di Solo, pernah mengalami kekerasan dan berpacaran lebih dari satu tahun yang bersedia untuk mengisi pernyataan melalui link *google form* yang dibagikan oleh peneliti. Angket ini bersifat tertutup dan responden memberikan respon dengan instruksi yang ada. Yang selanjutnya dapat diolah pada teknik analisis data Analisis data yang digunakan adalah regresi linier ganda. Teknik ini merupakan teknik statistik parametric dengan syarat yaitu adanya korelasi yang sama antara kedua variabel independen dan dependen yang berhubungan linier. Pemilihan analisis ini dikarenakan terdapat dua variabel bebas antara lain regulasi emosi dan harga diri serta variabel terikat perilaku kekerasan dalam berpacaran (Harlan, 2018). Uji normalitas menggunakan *Test of Normality Kolmogrov-Smirnov* dengan program SPSS 16.0 *for windows*.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Data yang terkumpul dalam penelitian ini berupa hasil dari kuesioner sebanyak 110 responden atau 39 laki-laki dan 71 perempuan dari beberapa Universitas di Solo raya. Berikut persentase subjek:

Data yang sudah terkumpul diubah menjadi tabel numerik untuk memudahkan interpretasi. Berikut gambaran umum responden dalam data demografis.

Tabel 1. Data Demografi berdasarkan Umur

Usia	Frekuensi	Persentase
19	6	5,5%
20	12	10,9%
21	20	18,2%
22	45	40,9%
23	24	21,8%
24	2	1,8%
25	1	0,9%
TOTAL	110	100%

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui dari total 110 responden mayoritas berusia 22 tahun yaitu 45 orang (40,9%).

Data Demografi Berdasarkan Jenis Kelamin

Berdasarkan pengambilan data diketahui terdapat 110 responden yang mayoritas berjenis kelamin perempuan yaitu 71 (64,5%) sedangkan laki-laki 39 (35,5%)

Tabel 2. Data Demografi Berdasarkan Perguruan Tinggi

Perguruan Tinggi	Frekuensi	Persentase
Perguruan Tinggi Negeri	44	40%
Perguruan Tinggi Swasta	66	60%
TOTAL	110	100%

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui dari total 110 responden mayoritas berasal dari Perguruan Tinggi Swasta yaitu 66 responden (60%).

Tabel 3. Data Demografi Berdasarkan Lama Berpacaran

Lama berpacaran	Frekuensi	Persentase
1 tahun – 2 tahun	60	54,5%
2 tahun 1 bulan – 3 tahun	19	17,3%
3 tahun 1 bulan – 4 tahun	12	10,9%
4 tahun 1 bulan – 5 tahun	7	6,4%
5 tahun 1 bulan – 6 tahun	4	3,7%
6 tahun 1 bulan – 7 tahun	8	7,2%
TOTAL	110	100%

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui dari total 110 responden mayoritas sudah berpacaran lebih dari 1 tahun – 2 tahun sebanyak 60 responden (54,5%).

Dari data hasil penelitian perlu untuk dideskripsikan untuk memberikan gambaran secara umum mengenai kondisi subjek penelitian pada setiap variabel yang diteliti, berikut hasil penelitian pada Tabel 5.

Tabel 4. Deskripsi data penelitian analisis regresi linier berganda

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig
	B	Stand. Error	Beta		
1 (Constant)	37,097	5,820		6,374	000
X1	440	078	508	5,665	000
X2	175	154	108	1,134	259

Dari hasil diatas bahwa nilai *constant* $\alpha = 37.097$, jika regulasi emosi (X1) dan harga diri (X2) tidak ada maka perilaku kekerasan dalam berpacaran memiliki nilai sebesar 37.097. Koefisien regresi regulasi emosi (X1) sebesar $b = 0,440$ dan nilai koefisien harga diri sebesar $b = 0,175$.

Tabel 5. Deskripsi data penelitian hasil uji F(simultan)

Model	df	Mean Square	F	Sig.
Regression	2	1102,618	24,614	000
Residual	107	44,796		
Total	109			

Berdasarkan tabel 5 dapat disimpulkan bahwa Dari hasil yang didapatkan nilai sig $p = 0,000 < 0,05$, serta $F_{hitung} 24.614 > F_{tabel} 3,09$. Secara simultan variabel regulasi emosi (X1) dan harga diri (X2) memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perilaku kekerasan dalam berpacaran.

Tabel 6. Deskripsi data penelitian hasil uji t (Parsial)

Model	Standardized Coefficients	t	Sig.
	Beta		
Constant		6,374	000
X1	508	5,665	000
X2	102	1,134	259

Dari tabel 6 dapat disimpulkan bahwa uji t akan signifikan nilai sig $< 0,05$ dan apabila $t_{hitung} > t_{tabel}$. Maka regulasi emosi memiliki hubungan positif dengan perilaku kekerasann dalam berpacaran. Dilihat dari tabel X1 sig $p = 0,000 < 0,05$, serta uji $t_{hitung} 5.665 > t_{tabel} 1,982$. Regulasi emosi memiliki pengaruh yang signifikan terhadap

perilaku kekerasan dalam berpacaran. Maka hipotesisi minor yang pertama ditolak. Lalu terdapat hubungan negative antara harga diri dengan perilaku kekerasan dalam berpacaran. Dapat dilihat pada variabel harga diri (X_2) sig $p= 0,259 > 0,05$. serta uji $t_{hitung} 1,134 < t_{tabel} 1,982$. Regulasi emosi tidak berpengaruh signifikan terhadap perilaku kekerasan dalam berpacaran, maka hipotesisi minor kedua ditolak.

4. PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dianalisis dengan analisis regresi linier berganda menunjukkan hasil uji f dengan syarat apabila $F_{hitung} > F_{tabel}$ serta $Sig < 0,05$ maka penelitian dapat digunakan. Dari hasil yang didapatkan nilai sig $p= 0,000$ ($p < 0,05$), serta $F_{hitung} 24,614 > F_{tabel} 3,09$. Dengan demikian terdapat hubungan yang signifikan antara regulasi emosi dan harga diri dengan perilaku kekerasan dalam berpacaran. Dengan demikian hipotesis mayor yang diajukan dapat diterima yaitu dalam perilaku kekerasan dalam berpacaran terdapat korelasi antara regulasi emosi dan harga diri, akibatnya semakin tinggi regulasi emosi dan harga diri maka perilaku kekerasan dalam berpacaran akan semakin rendah.

Tingkat harga diri yang tinggi dapat mempengaruhi kesejahteraan seseorang dalam meminimalisir terjadinya kekerasan didalam hubungan yang menunjukkan bahwa harga diri dengan perilaku kekerasan dalam berpacaran berkorelasi signifikan (Devy & Sugiasih, 2017). Hal ini diungkapkan oleh Coopersmith (1967) harga diri merupakan hasil dari evaluasi dirinya sendiri yang tergambar dari sikap. Dapat dilihat dari faktor harga diri menyebutkan bahwa terdapat dua faktor harga diri yaitu, faktor eksternal ini meliputi lingkungan dimana individu tersebut berinteraksi dan tinggal yang akan membentuk kepribadian seseorang (Purnasari & Abdullah, 2018). Maslow (1975) menjelaskan bahwa kebutuhan harga diri merupakan hal yang penting membentuk individu yang melingkupi penilaian dan persepsi dari orang terdekat ataupun sekitarnya. Yang berarti bahwa cara memandang seseorang akan selalu berbeda baik dari fisik maupun keseluruhan yang dapat dikaitkan dengan suatu aspek

tertentu, semisal seperti kemampuan akademik, keterampilan dan penampilan Rosenberg (1965).

Perilaku kekerasan dalam berpacaran merupakan salah satu resiko dari kurangnya kesadaran diri terhadap kesehatan hubungan berpacaran. Harga diri mampu mengurangi hal-hal yang mampu memicu terjadinya perilaku kekerasan, maka adanya regulasi emosi mampu lebih menyeimbangkan pasangan dengan menyikapi suatu perilaku emosional dengan pemikiran yang tenang, strategi untuk menyelesaikan masalah dengan tepat dan adanya intropeksi dalam hubungannya. Hasil yang didapatkan $Y = 37.097 + 0,440(X1) + 0,175(X2)$. Secara simultan variabel regulasi emosi (X1) dan harga diri (X2) memiliki pengaruh yang signifikan terhadap perilaku kekerasan dalam berpacaran.

Dari analisis didapatkan koefisien regresi regulasi emosi (X1) sebesar $b = 0,440$ yang artinya apabila variabel regulasi emosi (X1) naik sebesar 1% maka kekerasan dalam berpacaran akan mengalami kenaikan sebesar 0,44%. Hubungan variabel harga diri dengan perilaku kekerasan dalam berpacaran tidak berpengaruh secara signifikan. Maka hipotesis minor yang kedua ditolak. Hal ini dapat dilihat pada variabel harga diri (X2) $\text{sig } p = 0,259 > 0,05$. serta uji $t_{\text{hitung}} 1,134 < t_{\text{tabel}} 1,982$. Hal ini selaras dengan hasil penelitian (Wardhani & Indrawati, 2020) terdapat hubungan yang negatif antara harga diri dengan perilaku kekerasan dalam berpacaran pada mahasiswa. hal ini kurang selaras dengan aspek harga diri menurut (Mruk, 2013) yaitu *personal efficacy* dan *sense of personal*. Yang dimana kemandirian pribadi dan kekhasan pribadi menjadi hal utama dalam membangun benteng harga diri seseorang. Harga diri merupakan suatu hal yang mencirikan bahwa seseorang mampu mengendalikan dan mengatur dirinya terhadap pengaruh dari lingkungan luar.

Sumbangan efektif hubungan regulasi emosi dan harga diri dengan perilaku kekerasan dalam berpacaran mendapatkan nilai R^2 sebesar 2,5% dan sisanya sebesar 97,5% dari faktor-faktor yang lain. Hal ini menunjukkan bahwa regulasi dan harga diri kurang dapat menyeimbangkan diri seseorang untuk meminimalisir bentuk kekerasan dalam berpacaran dan mampu mengontrol dari akibat perilaku kekerasan

dalam berpacaran. Respon yang diberikan kurang untuk menyeimbangkan kontrol akan dirinya dengan situasi yang ada dengan melibatkan emosinya.

Kesimpulan dari hasil pembahasan diatas menunjukkan bahwa sesuai dengan hipotesis yang diajukan oleh peneliti yaitu hubungan antara regulasi emosi perilaku kekerasan dalam berpacaran, yang mana semakin tinggi regulasi emosi maka semakin rendah perilaku kekerasan dalam berpacaran. Terdapat hubungan yang positif signifikan antara regulasi emosi dengan perilaku kekerasan dalam berpacaran. Lalu erdapat hubungan negatif antara harga diri dengan perilaku kekerasan dalam berpacaran. Regulasi emosi tidak berpengaruh signifikan terhadap perilaku kekerasan dalam berpacaran, maka hipotesisi minor kedua ditolak. Sumbangan efektif hubungan regulasi emosi dan harga diri dengan perilaku kekerasan dalam berpacaran mendapatkan nilai R^2 sebesar 2,5% dan sisanya sebesar 97,5% didapatkan dari faktor lain dari perilaku kekerasan dalam berpacaran yang belum diteliti oleh peneliti.

Dari penelitian yang telah dilakukan, peneliti mengajukan beberapa saran antara lain, pasangan disarankan untuk meningkatkan regulasi emosi dan harga diri karena hal ini memeberikan pengaruh yang cukup besar terhadap berkurangnya perilaku kekerasan dalam berpacaran. Hubungan akan menjadi positif dan meminimalisir perilaku negatif, contohnya seperti melakukan kekerasan fisik, emosi dan seksual, salin memberikan rasa percaya terhadap pasangan, menghindari timbulnya konflik, sehingga hubungan akan menjadi lebih sehat dan menambah kepercayaan terhadap pasangan.

Peneliti selanjutnya juga diharapkan untuk lebih fokus meneliti antara hubungan regulasi emosi dengan harga diri dengan menggunakan faktor lain seperti, latar belakang pendidikan, faktor ekonomi, pola asuh keluarga, faktor lingkungan agar penelitian tentang perilaku kekerasan dalam berpacaran dapat semakin variatif.

DAFTAR PUSTAKA

Arcani, I. A. K. J., Imanina, R., Saraswati, N. M. D., & Andini, S. F. (2020). Dinamika Psikologis pada Perempuan Korban Kekerasan dalam Pacaran. *Jurnal*

Harkat, 2(16), 89–101.

- Aryaningih, P. I. A., & Susilawati, L. K. P. A. (2020). Peran Intensitas Komunikasi dan Regulasi Emosi terhadap konflik Interpersonal pada dewasa awal yang menjalani hubungan berpacaran jarak jauh. *Jurnal Psikologi Udayana*, 7(1), 20–30.
- Budiatuti, S. R. (2019). *Peran serta masyarakat dalam penanggulangan kekerasan dalam berpacaran*. <http://ejurnal.unisri.ac.id/index.php/sndms/article/view/3303>
- Budiman, Juhaeriah, J., & Rahmawati, F. (2011). Faktor-faktor yang mempengaruhi harga diri remaja akhir (16-18 tahun) akibat perceraian orang tua di SMA Negeri 3 Subang. *Industrial Research Workshop and National Seminar*.
- Devy, O. C., & Sugiasih, I. (2017). Kesejahteraan Psikologis pada Remaja Perempuan Korban Kekerasan dalam Pacaran Ditinjau dari Rasa Syukur dan Harga Diri. *Proyeksi*, 12(2), 43–52.
- Dubu, R. V. I., Lerik, M. D. C., Wijaya, R. P. C., & Ruliati, L. P. (2020). Orientasi Dominasi Sosial dengan Kekerasan dalam Pacaran pada Remaja. *Journal of Health and Behavioral Science*, 2, 121–129.
- Fakih, M. (1996). *Analisis gender dan transformasi sosial*. Pustaka Pelajar.
- Gross, J. J. (2007). Handbook of emotion regulation. In *Advances in Eating Disorders*. The Guildford Press.
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationship, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348–362.
- Haes, P. E. (2017). Kekerasan pada Remaja Perempuan dalam Masa Pacaran (Dating Violence) di Kota Denpasar dalam Perspektif Interaksi Simbolik. *Jurnal Ilmiah Dinamika Sosial*, 1(2), 166–175.
- Harlan, J. (2018). Analisis Regresi Linear. In *Penerbit Gunadarma*.
- Harmadi, M., & Diana, R. (2020). Tinjauan Psi-Teologi terhadap fenomena kekerasan dalam berpacaran pada remaja. *Evangelikal: Jurnal Teologi Injili Dan Pembinaan Warga Jemaat*, 4(1), 92. <https://doi.org/10.46445/ejti.v4i1.225>
- Josua, D. P., Sunarti, E., & Krisnatuti, D. (2020). Internalisasi nilai keluarga dan regulasi emosi: Dapatkah membentuk perilaku sosial remaja? *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 9(1), 17–34. <https://doi.org/10.30996/persona.v9i1.2801>

- Julianto, V., Cahayani, R. A., Sukmawati, S., & Aji, E. S. R. (2020). Hubungan antara harapan dan harga diri terhadap kebahagiaan pada orang yang mengalami toxic relationship dengan kesehatan psikologis. *Jurnal Psikologi Integratif*, 8(1), 103. <https://doi.org/10.14421/jpsi.v8i1.2016>
- Kartika, Y., & Nisfiannoor, M. (2004). Hubungan antara regulasi emosi dan penerimaan kelompok teman sebaya pada remaja. *Jurnal Psikologi*, 2(2), 160–178.
- Khasanah, N. I. N., Hadiyah, & Dewi, N. K. (2019). Hubungan Tingkat Harga Diri terhadap Kecenderungan perilaku Agresif Anak Usia 5-6 Tahun. *Jurnal Kumara Cendekia*, 7(2), 227–241.
- Lrc-kjham. (2015). *Data kasus kekerasan terhadap perempuan di Jawa Tengah semester 1. 61*, 1–12. lrc_kjham2004@yahoo.com
- Luthra, R., & Gidycz, C. A. (2006). Dating Violence Among College Men and Women : Evaluation of a Theoretical Model. *Journal of Interpersonal Violence*, 21(6), 717–731.
- Maknun, L. (2017). Kekerasan terhadap Anak yang dilakukan oleh Orang Tua (Child Abuse). *Jurnal Madrasah Ibtidaiyah*, 3(1), 68.
- Maroqi, N. (2018). Uji Validitas Konstruk pada Instrumen Rosenberg Self Esteem Scale dengan Metode Confirmatory Factor Analysis (CFA). *Jurnal Pengukuran Psikologi Dan Pendidikan Indonesia*, 7(2), 92–96. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.15408/jp3i.v7i2.12101>
- Megawati, P., Anwar, Z., & Masturah, A. N. (2019). Hubungan Regulasi Emosi dengan Perilaku Kekerasan dalam Berpacaran pada Mahasiswa. *Cognicia*, 7, 214–227. <http://ejournal.umm.ac.id/index.php/cognicia>
- Mruk, C. J. (2013). *Self-esteem and positive pshychology: Research, theory, and practice*. Springer Publishing Company, LLC.
- Muarifah, A., Fauziah, M., Saputra, W. N. E., & Da Costa, A. (2019). Pengaruh Regulasi Emosi terhadap Harga Diri Siswa Sekolah Menengah Atas di Yogyakarta. *Jurnal Kajian Bimbingan Dan Konseling*, 4(3), 94. <https://doi.org/10.17977/um001v4i32019p094>
- Mustafainah, A., Qibtiyah, A., Ridwan, A. I., Sandiata, B., Purbawati, C. Y., Madanih, D., Situmorang, D. F., Gito, E., Intan, H. S., Sulastry, I., Amiruddin, M., Anshor, M. U., Nahe'i, I., Ngatini, Oli, & Asriyant, Y. (2020). *Catatan tahunan tentang kekerasan terhadap perempuan*. 1–104.

- Noor, A. I. (2018). Hubungan antara Perilaku Asertif dengan Kekerasan dalam Berpacaran pada Mahasiswi. In *Unika Soegijapranata* (Vol. 1, Issue 69). Unika Soegijapranata.
- Offenhauer, P., & Buchalter, A. (2011). *Teen Dating Violence: A Literature Review and Annotated Bibliography*.
- Prasetya, H., & Rahman, D. A. (2020). Bentuk kekerasan pada perempuan dalam berpacaran di film *Posesif*. *Jurnal Pustaka Komunikasi*, 3(2), 251–262. hendry.prasetya@gmail.com
- Purnasari, K. D., & Abdullah, S. M. (2018). Harga diri dan kematangan karier pada mahasiswa tingkat akhir. *InSight*, 20(1), 51–68.
- Rusyidi, B., & Hidayat, E. N. (2020). Kekerasan dalam Pacaran: Faktor resiko dan perlindungan serta implikasinya terhadap upaya pencegahan. *Sosio Informa*, 6(2), 152–169. <https://doi.org/10.33007/inf.v6i2.2208>
- Safitri, W. A., & Sama'i. (2013). Dampak kekerasan dalam berpacaran. *Artikel Ilmiah Hasil Penelitian Mahasiswa UNEJ*, 1(1), 1–6.
- Santrock, J. W. (2011). Perkembangan Anak Edisi 7 Jilid 2. In *Erlangga*.
- Silaen, A. C., & Dewi, K. S. (2015). Hubungan Antara Regulasi Emosi Dengan Asertivitas (Studi Korelasi Pada Siswa Di Sma Negeri 9 Semarang). *Empati*, 4(2), 175–181.
- Sugiyono. (2012). *Metode penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabeta.
- Wardhani, F., & Indrawati, E. S. (2020). Hubungan Antara Harga Diri dengan Intensi Kekerasan dalam Pacaran pada Mahasiswa Program Studi Teknik Mesin Universitas Muhammadiyah Surakarta. *Jurnal Empati*.
- Wilson, T., & Maloney, M. (2019). Dating Violence in Adolescent Relationship. *International Journal of the Whole Child*, 4(2), 82–87.
- Yani, A. D. (2020). *Pengaruh Peer Attachment Terhadap Regulasi Emosi pada Mahasiswa yang Mengikuti Organisasi Daerah* (Issue 201610230311022). Universitas Muhammadiyah Malang.