

PENDAHULUAN

Kekerasan dalam pacaran merupakan suatu fenomena yang belakangan ini berkembang di kalangan remaja hingga mahasiswa. Kekerasan dalam berpacaran verbal maupun non verbal yang dilakukan oleh perempuan atau laki-laki. Di Indonesia terdapat perbandingan satu banding sepuluh remaja yang berani melaporkan jika mereka (laki-laki maupun perempuan) 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.

Indonesia merupakan negara hukum yang setiap rakyatnya patut untuk mematuhi dan menerapkan peraturan yang ada. 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 tersebut dapat dimaknai bahwa setiap warganya berhak mendapatkan perlindungan diri dari hukum termasuk kekerasan yang dialami oleh pasangan yang berpacaran. Berdasarkan data dari catatan tahunan (CATAHU) pada tahun 2020 menggambarkan berbagai masalah kekerasan terhadap perempuan yang terjadi sepanjang tahun 2019, 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). Kasus kekerasan terhadap perempuan ini mencakup 209 lembaga mitra penyedia layanan yang berada di 34 provinsi. Dari 13.568 kasus menjadi 392.610 kasus yang bersumber dari data kasus yang ditangani oleh pengadilan agama (Mustafainah et al., 2020). Pada Legal Resource Center untuk Keadilan Gender dan Hak Asasi Manusia (LRC-KJHAM) dijelaskan bahwa kota di Jawa Tengah yang memiliki tingkat kekerasan terhadap wanita yaitu 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).

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.

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 tindak 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 catatan tahunan (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.

Berdasarkan permasalahan yang telah disebutkan diatas maka dapat diambil rumusan masalahnya sebagai berikut:

1. Apakah terdapat korelasi antara regulasi emosi dengan perilaku kekerasan dalam hubungan berpacaran?
2. Apakah terdapat korelasi antara harga diri dengan perilaku kekerasan dalam hubungan berpacaran?
3. Apakah terdapat korelasi antara regulasi emosi, harga diri dan perilaku kekerasan dalam hubungan berpacaran?

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.

Manfaat Penelitian ini secara teoritis adalah penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan kepada pembaca tentang pentingnya rasa regulasi emosi mengenai cara berpacaran yang baik tanpa adanya Harga diri maupun perilaku kekerasan. Selain itu, juga diharapkan mampu menambah ranah keilmuan dan menjadi sumber untuk penelitian selanjutnya. Lalu manfaat penelitian secara paraktis ialah bagi individu yang sedang menjalin hubungan berpacaran. hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman mengenai pentingnya menjaga hubungan berpacaran yang baik dengan memperhatikan hal yang berkaitan dengan regulasi emosi, harga diri dan perilaku kekerasan dalam hubungan berpacaran. Serta bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini diharapkan menjadi sebuah referensi dan dijadikan dasar untuk melakukan penelitian selanjutnya.

Menurut pengertian, Regulasi emosi merupakan suatu kemampuan yang dimiliki oleh individu untuk menilai, mengatasi, mengelola dan mengungkapkan perasaan emosinya secara tepat untuk pencapaian keseimbangan emosional. Regulasi emosi dapat mempengaruhi perilaku dan pengalaman serta berpengaruh terhadap pembentukan kepribadian seseorang (Megawati et al., 2019). Regulasi emosi adalah suatu keterampilan yang dimiliki oleh individu yang mampu mengontrol, mengatur dan mengelola berbagai macam reaksi emosional yang dirasakan untuk suatu tujuan (Aryaningih & Susilawati, 2020). Sama halnya menurut Gottman dan Katz, bahwa individu mampu merasakan emosi yang mengatur dirinya seperti apa yang diinginkan yang disebut dengan regulasi emosi dari dalam diri. Hal ini mampu membuat individu mengontrol dan membuat strategi secara sadar mampu mengurangi emosi yang berlebih dari dirinya (Kusuma & Sukmawati, 2018).

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 mengungkapkann 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. Hal ini diperkuat dari pernyataan (Cole et al., 2004) bahwa regulasi emosi lebih menekankan pada bagaimana dan mengapa emosi itu mampu untuk mengatur serta memfasilitasi dari proses-proses psikologis. Proses psikologis yang dimaksud seperti pada pemusatan perhatian, cara pemecahan masalah, dukungan sosial dan apa yang membuat regulasi emosi dapat memiliki pengaruh yang merugikan, seperti terganggunya proses pemecahan masalah, kurang terpusatnya perhatian dan mengganggu hubungan antar sosial. Widuri (2012) juga menjelaskan bahwa individu yang memiliki daya kontrol impuls yang tinggi maka akan memiliki regulasi emosi yang tinggi pula.

Regulasi emosi merupakan suatu strategi sadar maupun tidak sadar guna membuat individu bisa menurunkan dan menaikkan perasaan, emosi dan perilakunya (Gross & Thompson, 2014). Regulasi emosi bukan mengenai hal yang melibatkan suatu pengalaman afektif namun terdapat proses kognitif, perilaku dan juga fisiologis. Namun remaja cenderung melibatkan regulasi emosi sebagai memilih cara pola asuh otoriter dalam menghadapi masalah dalam kesehariannya (Kurniasih & Pratisti, 2013).

Berdasarkan uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa regulasi emosi dalam perilaku kekerasan dalam berpacaran merupakan proses pengendalian emosi yang melibatkan perasaan, emosi dan perilaku guna untuk menyeimbangkan dirinya untuk mengurangi terganggunya pemusatan perhatian. Hal ini mampu membuat individu mengontrol serta membuat strategi secara sadar mampu mengurangi emosi yang berlebih dari dirinya.

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 Prameswari & Nurchayati (2021) aspek yang mempengaruhi regulasi emosi dalam perilaku kekerasan dalam

berpacaran meliputi, aspek efek fisik berupa kekerasan yang dilakukan terhadap pasangan yang menyebabkan suatu luka dan aspek efek psikologis yang membuat individu kehilangan harga diri pada dirinya yang merupakan akibat hasil dari bentuk kekerasan dalam hubungan.

Menurut Slavin (2017) aspek regulasi emosi meliputi, aspek kognitif dalam suatu hubungan meliputi bagaimana menemukan suatu solusi untuk memecahkan masalah, persepsi terhadap sesuatu, ingatan terhadap suatu pembelajaran dan cara pemikiran, sedangkan aspek emosional yaitu bagaimana individu mampu mengatur emosi, perasaan dan motivasi. Gross & John (2003) memaparkan terdapat dua aspek dalam regulasi emosi yaitu, *cognitive reappraisal* (penilaian kembali kognitif) merupakan suatu perubahan kognitif yang melibatkan cara antisipasi pada suatu potensi emosi dengan cara mengubah dampak emosi yang ditafsirkan akan terjadi tersebut. Lalu *expressive suppression* (penekanan ekspresif) yaitu, pengarahannya bentuk respon yang cenderung menghambat pada perilaku emosi ekspresif secara berkelanjutan.

Regulasi emosi memiliki cakupan yang cukup luas dalam berbagai aspek biologis, tingkah laku secara kognitif baik yang disengaja atau tidak dan aspek sosial. Secara fisiologis aspek emosi akan diregulasikan oleh nadi-nadi dalam tubuh yang mampu membuat individu terpacu untuk memperkencang kinerja pernafasan dan mengeluarkan keringat yang berlebih dengan rangsangan emosi. Secara perilaku emosi akan diregulasikan pada lingkup terdekatnya dengan berbagai macam respon seperti, berteriak, menangis. Hal ini merupakan contoh perilaku guna memuat individu untuk mengatur emosi yang membuat bangkit sebagai suatu respon, dan aspek sosial yaitu dengan mencari akses pada hubungan interpersonal dan merupakan suatu sumber dukungan yang bersifat nyata (Kartika & Nisfiannoor, 2004).

Berdasarkan uraian diatas maka dapat disimpulkan bahwa aspek yang mempengaruhi regulasi emosi dalam perilaku kekerasan dalam berpacaran adalah suatu cakupan dalam pengkondisian emosi, sikap serta motivasi dalam suatu hubungan, cara berfikir akan suatu masalah yang sedang dihadapi, dan

menjalin relasi dalam sebuah lingkungan untuk mendapatkan suatu informasi ataupun dukungan.

Menurut Kartika & Nisfiannoor (2004) terdapat tiga faktor yang mempengaruhi regulasi emosi yaitu hubungan antara orangtua dan anak, umur dan jenis kelamin dan hubungan interpersonal. Hubungan antara orangtua dan anak merupakan suatu hal yang penting untuk menciptakan suatu perasaan yang mana seorang anak mampu merasakan kenyamanan didalam keluarga. Lingkungan ini mencakup keluarga atau sekitar tempat tinggal yang memiliki dampak negatif secara langsung pada perkembangan fisik maupun emosional. Hal ini bertujuan untuk menciptakan rasa saling menghargai dan dihargai serta melatih kontrol emosi dari anak. Lalu usia dan jenis kelamin dapat mempengaruhi bentuk regulasi emosi, karena dengan bertambahnya usia akan berpengaruh pada proses kematangan emosionalnya yang dapat mempengaruhi proses pola berfikir anak. 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.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti menarik kesimpulan bahwa faktor yang mempengaruhi regulasi emosi adalah faktor keluarga, lingkungan, teman sebaya, emosi, usia, umur dan jenis kelamin.

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). Dalam Hijrianti & Fitriani (2020) menyebutkan bahwa harga diri adalah penilaian pribadi individu terhadap dirinya sendiri berdasarkan persepsi dirinya dengan keidealannya yang akan selalu dievaluasi serta dapat dinilai dari kebiasaannya seperti cara menolak atau menerima (Mruk, 2013).

Menurut Frey & Carlock (1987) harga diri merupakan sebuah persepsi yang berupa penilaian positif, negative atau netral terhadap dirinya sendiri. Sedangkan harga diri menurut Safitri, Prianto dan Patricia (2010) harga diri adalah suatu tingkat penilaian tentang dirinya secara luas, yang mana individu bisa menilai dirinya secara positif, negatif, netral atau tingkat seseorang menilai, menerima, menyukai dan bahkan menghargai (Garvin, 2018). 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.

Dari beberapa uraian diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa harga diri adalah suatu hal penting yang melingkupi penilaian dan persepsi diri serta evaluasi diri baik dalam makna yang positif maupun negative yang akan mendapatkan hasil yang optimal dengan cara merealisasikannya dalam kegiatan bersosialisasi.

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. Kepatuhan ini akan menjadi hal penting bagi individu untuk dapat diterima baik di lingkungan masyarakat (Maya et al., 2018).

Dari pernyataan diatas bahwa aspek harga diri adalah aspek fisik, aspek sosial, aspek penampilan, aspek kemampuan akademik, aspek kekuatan, aspek keberartian, aspek kompetensi dan aspek kemampuan yang diperoleh dengan cara mempraktikannya dalam kehidupan sehari-harinya.

Terdapat empat faktor harga diri yaitu, faktor pengalaman, faktor pola asuh, faktor lingkungan serta faktor sosial ekonomi. Faktor pengalaman merupakan faktor yang mempengaruhi individu menurut pengalaman pada masa kecilnya. Anak akan merekam pengalaman saat kecil berdasarkan hubungan dan sikap dari orangtua. Faktor pola asuh adalah berupa sikap interaksi orangtua kepada anaknya yang meliputi cara orangtua mendidik anak, cara komunikasi, pemberian hukuman atau hadiah dan sikap perhatian kepada anak. Hal tersebut mampu membuat anak nyaman untuk berkomunikasi dan bercerita. Faktor lingkungan memberikan dampak yang besar terhadap anak melalui hubungannya baik terhadap keluarga, tetangga, teman sebaya dan lingkungan sosialisasinya guna penerimaan sosial. Lingkungan keluarga adalah lingkungan pertama anak untuk belajar. 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.

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa faktor harga diri meliputi faktor pengalaman, faktor pola asuh, faktor lingkungan, 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 sebaagai 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).

Dalam jurnal Rusyidi & Hidayat (2020) disampaikan pula bahwa kekerasan dalam pacaran mengandung beberapa dimensi berupa tekanan dan pemaksaan atas kekuasaan yang memiliki tujuan mendominasi dan menyakiti pasangan. Kekerasan fisik juga dapat mengakibatkan adanya kerugian dari segi aktual bagi korban. Para ahli sepakat jika kekerasan dalam pacaran terdapat dimensi tekanan dan ada unsur pemaksaan individualitas pada suatu tindakan yang bersifat mengekang, dominan dan menyakiti (Rusyidi & Hidayat, 2020).

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).

Berdasarkan uraian diatas maka definisi perilaku kekerasan dalam berpacaran adalah suatu hubungan yang memiliki unsur atau dimensi yang cenderung menyakiti pasangan baik fisik, verbal maupun mental, mengarah pada melakukan kekerasan seperti pengancaman yang berdampak merugikan bagi korban.

Dalam perilaku kekerasan dalam berpacaran sendiri memiliki beberapa aspek yang mencakup. 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. Kekerasan fisik ini meliputi perilaku seperti menjambak, memukul, menendang, menampar, mendorong dan hal lainnya yang berhubungan dengan fisik. Dari hasil penelitian ini, sebagian korban menerima akan perlakuan kasar dari pasangannya. Kejadian yang dilakukan ini terjadi berulang-ulang dan menurut korban hal ini sudah terbiasa terjadi dan korban tidak merasa ingin melaporkan hal ini pada pihak yang berwenang. Korban merasa perbuatan kasar dari pasangannya merupakan bentuk dari sebagian rasa sayangnya yang terbuai akan cinta. Kekerasan seksual yang berdasarkan hasil penelitian ini sudah terjadi lebih dari satu tahun. Korban menganggap bahwa hal ini sudah merupakan hal yang biasa dan wajar untuk dilakukan dikalangannya. Kekerasan ini mengarah pada seksualitas seseorang seperti bercumbu dan berhubungan intim. Kekerasan seksual ini bisa terjadi karena adanya intimidasi dari pihak laki-laki untuk memaksa korban untuk melakukan hubungan seksual, hal ini dilakukan agar pasangan mampu menjadi tunduk kepada pasangan.

Kekerasan ekonomi pada dasarnya bukan sebuah kekerasan tetapi banyak juga yang berspekulasi bahwa hal ini merupakan suatu bentuk pemerasan kepada pasangan secara halus. Menurut korban, perilaku ini dilakukan secara sadar dan hal ini sebagai unjuk dari kasih sayangnya terhadap pasangan. Yang terakhir ada kekerasan emosional, yang korban sendiri mengatakan bahwa sering sekali mendapatkan cacian. Hal ini juga akan berbekas seperti halnya pada kekerasan fisik, namun hal ini akan lebih lama membekas untuk korban secara mentalnya. Beberapa korban bahkan cenderung tidak menyadari jika ia sedang mengalami kekerasan berupa verbal.

Menurut Luhulima (2000) aspek perilaku kekerasan dalam berpacaran meliputi kekerasan fisik merupakan kekerasan yang dilakukan guna menyakiti pasangan seperti memukul, menendang, mendorong. Kekerasan psikologis hal ini dilakukan melalui perkataan yang bersifat menyakit hati pasangan dengan cara memanggil dengan sebutan yang buruk, mengancam dengan hal yang tidak sopan. Kekerasan seksual merupakan perilaku yang bersifat memaksa pasangan untuk melakukan perilaku yang berbau seksual. Jika hal ini tidak dilakukan maka pasangan akan terus memaksa hingga pasangan bersedia melakukannya di bawah paksaan.

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. Aspek mitos, yang mana pasangan akan melakukan apa saja untuk pasangan. Saat memiliki hubungan individu tersebut akan merasa sepenuhnya pasangan adalah milik dan bagian dari dirinya.

Dari penjelasan diatas maka aspek dari perilaku kekerasan dalam berpacaran yaitu aspek kekerasan fisik, aspek seksual, aspek psikologis, aspek psikologi sosial dan aspek mitos yang mampu diantisipasi dalam menjalani hubungan.

Terdapat beberapa faktor dalam perilaku kekerasan dalam berpacaran, dalam jurnal Pangesti & Damaiyanti (2020) yang mana terdapat salah satu faktor resiko yang signifikan yaitu adanya riwayat kekerasan dalam lingkup keluarga.

Kekerasan yang terjadi semasa kecil akan diaplikasikan dalam hubungannya dalam berbagai cara. Orangtua menjadi objek yang dicontoh dari anak, yang mana anak akan menyimpan memori semasa kecilnya yang akan menjadi penentu kehidupan dimasa depan. 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.

Budiatuti (2019) menyatakan ada lima faktor yang mempengaruhi perilaku kekerasan dalam berpacaran, yaitu pola asuh dan lingkungan yang kurang mendukung. Lingkup lingkungan yang pertama dan terdekat adalah keluarga. Keharmonisan, pola asuh dan sikap orangtua menjadi hal yang penting bagi perkembangan anak. Jika hal tersebut jarang dan kurang anak dapatkan maka hal tersebut akan membentuk pola pikir anak yang cenderung pendek, sehingga jika perilaku tersebut tidak sesuai dengan apa yang anak lihat maka perilaku kekerasan dalam berpacaran tersebut akan secara alamiah keluar. *Peer group* merupakan lingkup terdekat setelah keluarga yaitu teman sebaya. Pengaruh teman yang terlibat kekerasan dapat meningkatkan resiko terlibat kekerasan dengan pasangannya. *Sosial media* merupakan wadah dimana informasi dikemas menjadi mudah untuk diakses oleh siapa saja. Melalui tayangan kekerasan maupun yang mengandung sensual dalam film, acara TV dapat memicu tindakan kekerasan terjadi. Kepribadian merupakan hal yang tidak kalah penting sebagai kontrol diri terhadap kekerasan. Semakin tinggi harga diri yang dimiliki maka semakin rendah peluang untuk bertindak agresif. Serta faktor jenis kelamin yang mana laki-laki cenderung menjadi pelaku dari kekerasan dalam berpacaran.

Dari uraian diatas maka faktor penyebab perilaku kekerasan dalam berpacaran yaitu faktor riwayat kekerasan, pola asuh, faktor lingkungan, faktor teman sebaya, faktor media sosial, faktor kepribadian.

Keterkaitan variabel harga diri dengan perilaku kekerasan dalam berpacaran berkorelasi signifikan. Interaksi hubungan yang sudah melibatkan

kekerasan akan membuat harga diri antar pasangan menjadi rendah (Julianto et al., 2020b). Kekerasan dalam berpacaran dipengaruhi oleh beberapa karakteristik interaksi faktor-faktor individual, keluarga, pertemanan dan komunitas (Rusyidi & Hidayat, 2020). Interaksi individual merupakan faktor yang paling banyak diteliti. Perilaku beresiko yang dapat meningkatkan peluang seorang remaja untuk terlibat dalam kekerasan dalam berpacaran. Perilaku beresiko tersebut disebutkan oleh Offenhauer & Buchalter (2011) antara lain pengaruh perilaku mengkonsumsi alcohol, penggunaan obat-obatan terlarang atau perilaku seksual yang bebas mampu meningkatkan remaja menjadi pelaku atau korban dari kekerasan dalam berpacaran. Jika perilaku tersebut terjadi, hubungan akan mengarah pada sebuah hubungan yang tidak sehat (*toxic relationship*). Yang mana jika seseorang mengalami hubungan yang tidak sehat cenderung tidak memiliki tingkat harga diri yang tinggi. Seseorang dengan tingkat harga diri yang tinggi akan lebih memilih untuk menjadikan hubungan tersebut menjadi baik ataupun lebih untuk meninggalkan, karena harga diri merupakan suatu konsep diri yang berpengaruh dalam pembentukan sikap dan perilaku seseorang (Arcani et al., 2020). Hal ini berkorelasi dengan aspek harga diri menurut Coopersmith (Mruk, 2005) pada aspek kekuatan (*power*). Seseorang dengan harga diri yang tinggi akan mempunyai suatu kekuatan lebih untuk segera mengambil solusi untuk keluar dari lingkaran tersebut dan meninggalkannya.

Terdapat hubungan positif antara variabel regulasi emosi dengan perilaku kekerasan dalam berpacaran. Seseorang dengan regulasi emosi yang buruk maka tingkat resiko untuk melakukan perilaku kekerasan akan semakin tinggi (Megawati et al., 2019). Maka regulasi emosi juga dapat mempengaruhi perilaku dan pengalaman seseorang. Perilaku yang dimaksud berupa suatu perilaku yang dapat ditingkatkan, dikurangi atau dihambat dalam pengeksresiannya (Kartika & Nisfiannoor, 2004). Regulasi emosi dipengaruhi oleh usia dan jenis kelamin, hal ini dibuktikan dalam penelitian Salovey dan Sluyter (1997) memperoleh hasil bahwa remaja masih memiliki tingkat emosi yang tidak stabil. Dalam penelitian (Budiatuti, 2019) menjelaskan bahwa sebagian besar korban dari kekerasan dalam berpacaran adalah perempuan.

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). Kekerasan dalam berpacaran dipengaruhi oleh karakteristik pribadi seperti, Kekerasan remaja dalam berpacaran juga dapat dipengaruhi oleh karakteristik pribadi seperti, kecenderungan mengkonsumsi minimal beralkohol, penggunaan obat-obat terlarang, dan perokok rentan melakukan kekerasan secara fisik dan lebih menunjukkan perilaku agresif (Megawati et al., 2019). 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 pengelolaan regulasi emosi yang dimiliki yang akan berpengaruh pada perilaku.

Berdasarkan penjelasan di atas maka hipotesis mayor dalam penelitian ini yaitu terdapat korelasi antara regulasi emosi, harga diri dan perilaku kekerasan pada mahasiswa. Hipotesis minor dalam penelitian ini yaitu, 1) Terdapat hubungan negative antara regulasi emosi dengan perilaku kekerasan pada mahasiswa. Semakin tinggi regulasi emosi maka semakin rendah perilaku

kekerasan pada mahasiswa, 2) Terdapat hubungan negatif antara harga diri dengan perilaku kekerasan pada mahasiswa. Semakin tinggi harga diri maka semakin rendah perilaku kekerasan pada mahasiswa.