

## **GAMBARAN DISONANSI KOGNITIF PADA PEREMPUAN DEWASA AWAL YANG BERTAHAN DALAM HUBUNGAN *INTIMATE PARTNER VIOLENCE* (IPV)**

**Endhitya Davina Maritza, Tiara Diah Sosialita**

Universitas Airlangga

Email: [endhitya.davina.maritza-2019@psikologi.unair.ac.id](mailto:endhitya.davina.maritza-2019@psikologi.unair.ac.id),

[tiarasosialita@psikologi.unair.ac.id](mailto:tiarasosialita@psikologi.unair.ac.id)

### **Abstract**

*This research aims to describe the cognitive dissonance experienced by early adult women victims who decides to stay in Intimate Partner Violence (IPV) relationship. Researcher wants to know more of acts and impacts of violence, forms of cognitive dissonance experienced, the effect of dissonance reduction on victims' decisions to stay in IPV relationships, and coping strategies used by victims. This research uses a qualitative research method with an intrinsic case study approach involving three informants in the age range of 21-23 years. The participant search technique uses a criterionbased technique. The process of collecting research data is done through interviews with the member checking credibility technique. The data analysis technique used is theory driven thematic analysis technique. The results showed that not all victim felt cognitive dissonance. Victims are motivated to make the relationship work, tend to look for reasons, and decide to stay in the relationship, this is motivated by several factors, namely the aspect of control over the victim, deep emotions felt by the victim, as well as victim's defense mechanism. Coping strategies used by IPV victims are seeking support from friends or people around them and channeling emotions through hobbies or activities they like.*

**Keyword:** *Cognitive Dissonance, Intimate Partner Violence (IPV), Early Adulthood Women*

### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran disonansi kognitif yang dialami oleh perempuan dewasa awal korban *Intimate Partner Violence* (IPV). Peneliti ingin mengetahui lebih lanjut bentuk dan dampak dari kekerasan, bentuk disonansi kognitif yang dialami, efek reduksi disonansi yang dilakukan terhadap keputusan korban untuk bertahan di hubungan IPV, dan strategi koping yang dilakukan korban. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus intrinsik dengan melibatkan tiga orang informan pada rentang usia 21-23 tahun. Teknik pencarian partisipan menggunakan teknik *criterion based*. Proses pengambilan data penelitian dilakukan melalui wawancara dengan teknik kredibilitas *member checking*. Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis *theory driven*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak semua korban merasakan disonansi kognitif. Korban termotivasi untuk membuat hubungan

## Gambaran Disonansi Kognitif pada Perempuan Dewasa Awal yang Bertahan dalam Hubungan *Intimate Partner Violence* (IPV)

berhasil, cenderung mencari alasan, dan memutuskan untuk bertahan dalam hubungan, hal ini dilatarbelakangi oleh beberapa faktor yaitu aspek kontrol terhadap korban, emosi mendalam yang dirasakan korban, serta mekanisme pertahanan (*defense mechanism*) yang dilakukan korban. Strategi koping yang dilakukan oleh korban IPV yaitu mencari dukungan dari teman atau orang sekitar dan menyalurkan emosi melalui hobi atau aktivitas yang disukai.

**Kata Kunci:** Disonansi Kognitif, *Intimate Partner Violence* (IPV), Perempuan Dewasa Awal

Diserahkan: 20-06-2023;

Diterima: 05-07-2023;

Diterbitkan: 20-07-2023

### PENDAHULUAN

Masa dewasa awal menurut Erikson merupakan masa-masa dalam rentang usia 20an hingga 30an, yang salah satu tugas perkembangannya adalah membangun hubungan intim dengan orang lain (Santrock, 2014). Karakteristik perkembangan sosial pada fase ini adalah keterlibatan dan eksplorasi dalam konteks pendidikan, pekerjaan, serta pasangan intim. Pada masa dewasa awal, individu bergerak menuju komitmen serius dan mencari sumber daya untuk menunjang kehidupan mereka (Tanner, 2006) dalam (Papalia dkk., 2009). Pada saat yang sama, mereka juga terlibat dalam tugas penting untuk mengembangkan identitas dan membangun kemandirian mereka dari orang tua, menyeimbangkan tuntutan keintiman, identitas, dan kemandirian menjadi tugas perkembangan utama pada dewasa awal (Santrock, 2014). Saat ini, jalan menuju kedewasaan dapat ditandai dengan berbagai *milestone*, salah satunya yaitu menikah, dan memiliki anak (Schulenberg, dkk., 2005) dalam (Papalia dkk., 2009). Bagi seorang perempuan dewasa awal umumnya jalan menuju kedewasaan adalah pernikahan, yang terjadi segera setelah mereka menemukan pasangan intim yang cocok (Papalia dkk., 2009). Keintiman dalam hubungan romantis menjadi salah satu media dalam menjembatani kebutuhan dan tuntutan perkembangan individu dewasa awal. Sayangnya hubungan romantis tidak hanya memberikan pengaruh positif bagi individu dewasa awal, namun fenomena kekerasan yang dilakukan oleh pasangan dalam konteks hubungan romantis juga dilaporkan terjadi.

Kekerasan oleh pasangan romantis biasa disebut dengan istilah *Intimate Partner Violence* (IPV). Berdasarkan kajian literatur dari berbagai definisi para ahli, *intimacy* atau keintiman menurut Timmerman (2009) adalah kualitas hubungan di mana individu harus memiliki perasaan saling percaya dan kedekatan emosional satu sama lain dan mampu mengkomunikasikan pikiran dan perasaan secara terbuka satu sama lain. *Intimate partner* sendiri merupakan individu yang terlibat dalam suatu *partnership* yang erat, seperti suami/istri, pacar, atau pasangan kencan, serta pasangan hubungan seksual (Quezada dkk., 2020). IPV dapat diartikan sebagai masalah sosial dan kesehatan yang serius yang dapat mengakibatkan kerugian fisik serta psikologis jangka pendek dan jangka panjang, terutama bagi perempuan dan anak-anak mereka (Quezada dkk., 2020). IPV dapat dilakukan oleh pasangan intim saat ini atau di masa lalu (*National Coalition Against Domestic Violence*, 2015) dalam (Gilbert dkk., 2017).

IPV adalah masalah kesehatan masyarakat di seluruh dunia. Di seluruh dunia, prevalensi kekerasan pasangan intim tinggi. Berbagai sumber menyebutkan bahwa korban IPV secara mayoritas merupakan perempuan. Secara global, hampir sepertiga dari semua perempuan dalam hubungan pernah menjadi korban, dengan kisaran dari sekitar 25% hingga 37% di seluruh wilayah WHO, meskipun laporan sendiri dan resmi umumnya meremehkan IPV, dan tingkat bervariasi sesuai dengan di mana dan bagaimana wanita yang diambil datanya (WHO, 2013) dalam (Wathen et al., 2018) Menurut meta-analisis di 141 studi di 81 negara, pada tahun 2010, 30% wanita berusia 15 tahun ke atas pernah mengalami kekerasan fisik dan/atau seksual dalam hubungan intim pasangannya (Heim et al., 2018) Perempuan lebih mungkin untuk mengalami IPV dalam hidup mereka, terutama jenis IPV yang lebih parah (Johnson, 2010) dalam (Wathen et al., 2018), daripada laki-laki, dan perempuan menderita hasil kesehatan yang lebih parah sebagai akibat dari paparan kekerasan.

Perkiraan terbaru dari pengumpulan data *National Intimate Partner and Sexual Violence Survey* (Black et al., 2011) dalam (Nicholson & Lutz, 2017) menunjukkan bahwa hingga 42,4 juta wanita di Amerika Serikat, berusia 18 tahun ke atas, akan mengalami atau pernah mengalami penguntitan, kekerasan fisik, atau pemerkosaan oleh pasangan intim dalam hidup mereka. Hampir 29 juta wanita akan mengalami atau pernah mengalami kekerasan fisik yang parah, termasuk dipukul, ditendang, dicekik, dipukuli, atau dibakar, di tangan pasangan intim dalam hidup mereka, yang berarti sekitar satu dari setiap empat wanita. Selanjutnya, 57,6 juta wanita melaporkan agresi psikologis dari pasangan, dengan empat dari 10 melaporkan agresi ekspresif dan 41,1% melaporkan kontrol koersif. Selain itu, wanita bertanggung jawab atas 80% dari pembunuhan pasangan intim. Gilbert & Gordon (2017) menyebutkan bahwa IPV terjadi pada 44% dari semua perempuan di sepanjang kehidupan mereka. Wathen et al. (2018) menyebutkan bahwa secara global, hampir sepertiga dari semua perempuan dalam hubungan pernah menjadi korban, dengan kisaran dari sekitar 25% hingga 37% di seluruh wilayah WHO, meskipun laporan sendiri dan resmi umumnya meremehkan IPV, dan tingkat bervariasi sesuai dengan di mana dan bagaimana wanita yang diambil datanya (misalnya, tingkat dalam pengaturan perawatan kesehatan umumnya lebih tinggi).

Di Indonesia, berdasarkan catatan tahunan yang dilaporkan oleh Komisi Nasional (Komnas) Perempuan, jumlah kasus kekerasan terhadap perempuan pada tahun 2015 yaitu sebanyak 2734 kasus, naik lebih dari 2 kali lipat dibandingkan tahun 2012 dengan jumlah kasus 1085 (Rusyidi & Hidayat, 2020). Kasus kekerasan dalam pacaran mencakup 25 persen dari total kekerasan terhadap perempuan di wilayah privat yang terjadi di tahun 2015. Dua laporan Komnas Perempuan menunjukkan kecenderungan bahwa perempuan dan kelompok dewasa muda berusia 19-23 tahun berisiko tinggi untuk menjadi korban kekerasan dalam pacaran (Komnas Perempuan 2013; 2016) dalam (Rusyidi & Hidayat, 2020). Berbagai publikasi di media cetak dan elektronik mengungkap berbagai kasus kekerasan dalam pacaran yang menyebabkan kematian korban, khususnya perempuan.

Perempuan yang mengalami IPV sering dihadapi keputusan tentang haruskah mereka bertahan atau meninggalkan hubungan mereka dan ada banyak pertimbangan

untuk kedua pilihan tersebut sehingga membuat keputusan ini membingungkan, sulit, dan berpotensi berbahaya. Sementara beberapa wanita mampu melepaskan diri dari hubungan yang kasar, penelitian menunjukkan bahwa beberapa tidak pernah bisa pergi, dan setidaknya setengah menemukan diri mereka kembali ke pasangan mereka setelah upaya untuk mengakhiri hubungan mereka. Berbagai penelitian melaporkan bahwa kebanyakan dari perempuan yang berhasil meninggalkan hubungan yang penuh kekerasan membutuhkan kurang lebih lima percobaan untuk dapat terbebas dan akhirnya lepas dari pelaku secara permanen, sedangkan sebagian dari perempuan tidak bisa meninggalkan hubungan sama sekali. Selama studi longitudinal 5 tahun, kurang dari setengah (43%) wanita yang mengaku mengalami IPV tidak meninggalkan pelakunya (Zlotnick et al, 2006) dalam (Nicholson & Lutz, 2017).

Perempuan korban IPV juga sering menjadi objek *victim blaming* atau sikap menyalahkan korban. Masyarakat awam seringkali justru menyalahkan korban terkait alasan mengapa korban tidak pergi dari hubungan yang penuh kekerasan. Menganggap bahwa korban salah karena seharusnya mereka melakukan sesuatu untuk memperbaiki kekerasan yang terjadi pada korban. Padahal, kebanyakan korban IPV tidak bisa melihat atau menyadari bahwa mereka berada di *abusive relationship*. Sikap menyalahkan korban ini kerap terjadi dikarenakan masyarakat tidak memahami terkait latar belakang sulitnya korban IPV untuk meninggalkan pasangan mereka dan alasan mereka memilih untuk tetap bersama dengan pasangan.

Masa dewasa awal pada umumnya adalah waktu untuk eksplorasi. Fase eksplorasi ini sangat penting dalam pengembangan pribadi dan melalui keyakinan dan nilai-nilai akan terbentuk siapa diri kita. Dalam periode eksplorasi ini, pada umumnya apa yang kita pikirkan dan apa yang kita lakukan selaras atau harmonis, tetapi ketidakharmonisan dapat terjadi dengan banyak pengalaman baru dalam kehidupan dewasa, sehingga konsep disonansi kognitif dapat muncul (Kemp, 2019). Disonansi kognitif dapat menjadi salah satu faktor yang melatarbelakangi keputusan korban untuk tetap bersama dengan pelaku kekerasan dan bertahan dalam hubungan IPV. Disonansi kognitif menurut Festinger dan Carlsmith (1959) dalam (Nicholson dan Lutz, 2017) merupakan ketidaksesuaian antara tindakan dan sikap mereka. Individu yang mengalami disonansi kognitif akan melakukan segala upaya yang diperlukan untuk mengurangi atau mencegah ketidaknyamanan psikologis yang disebabkan oleh disonansi kognitif, yaitu melalui modifikasi sikapnya atau menghindari situasi yang dapat menyebabkan peningkatan disonansi. Individu secara bawaan termotivasi untuk menjaga konsistensi diri antara pikiran tentang diri mereka sendiri, tindakan mereka, dan kata-kata mereka, yang dievaluasi terhadap nilai-nilai pribadi, norma-norma sosial, atau kombinasi keduanya dalam hal benar dan salah, baik dan buruk, dan hal-hal lainnya. Teori disonansi kognitif menjelaskan bahwa orang mencari cara untuk mendamaikan perbedaan antara pikiran dan tindakan mereka, serta menjelaskan cara orang meraih rekonsiliasi dari perbedaan tersebut. Harmon-Jones (2019) menyebutkan bahwa semakin besar tingkat disonansi yang dirasakan seseorang maka makin besar pula tekanan untuk mengurangi disonansi tersebut.

Banyak orang yang mempertanyakan “mengapa korban bertahan dalam hubungan yang penuh kekerasan?” Penelitian yang dilakukan oleh Copp dkk. (2015) menekankan bahwa banyak juga korban yang memutuskan untuk meninggalkan IPV. Hal ini ditunjukkan dengan tingkat individu yang meninggalkan hubungan di antara subkelompok IPV sebanding dengan keseluruhan sampel. Penelitian yang oleh Gelles (1976) dalam Strube (1988) merupakan salah satu penelitian pertama yang meneliti tentang keputusan korban untuk meninggalkan hubungan. Hasil menunjukkan bahwa semakin parah kekerasan (baik dari frekuensi dan bentuk kekerasan), semakin besar kemungkinan korban meninggalkan hubungan kekerasan. Sedangkan Dare dkk. (2013) menyatakan bahwa teori disonansi kognitif dapat menjelaskan alasan korban tetap bertahan dalam hubungan kekerasan. Disonansi kognitif kemungkinan memiliki hubungan dengan IPV, karena ada ketidakseimbangan antara pemikiran atau tindakan korban yang memaksa mereka untuk mengevaluasi kembali dan mengubah kognisi negatif terkait hubungan mereka dan pelaku kekerasan demi mencapai pandangan yang lebih seimbang, yang akhirnya membuat mereka mempertahankan hubungan (Nicholson dan Lutz, 2017)

Mempertimbangkan fenomena yang telah dipaparkan sebelumnya, peneliti menjadi tertarik untuk mengkaji lebih dalam mengenai gambaran disonansi kognitif pada perempuan korban IPV. Peneliti berharap mampu mendapatkan gambaran disonansi kognitif, reduksi disonansi yang dilakukan korban, dan mendalami seperti apa mekanisme kognitif yang dilakukan oleh perempuan korban IPV. Peneliti ingin mendalami aspek yang mampu menyebabkan perempuan korban IPV dapat bertahan dalam situasi negatif bagi mereka. Secara lebih dalam, teori disonansi kognitif dapat menjelaskan mengapa korban yang memutuskan untuk bertahan dengan pasangan pelaku kekerasan menyesuaikan keyakinan dan perilaku mereka.

## **METODE PENELITIAN**

Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif. Pendekatan kualitatif adalah suatu pengamatan terhadap tingkah laku manusia dalam kawasannya atau dunianya sendiri, sehingga menghasilkan data deskriptif. Pada penelitian ini, pendekatan penelitian yang akan digunakan yaitu studi kasus. Studi kasus merupakan salah satu jenis metode penelitian kualitatif yang mengeksplorasi suatu masalah dengan batasan yang terperinci, memiliki pengambilan data yang mendalam, dan menyertakan berbagai sumber informasi. Pengambilan data dilakukan dengan wawancara. Kasus yang akan diteliti pada penelitian ini adalah deskripsi gambaran disonansi kognitif yang dirasakan informan. Unit analisis yang dijadikan fokus pada penelitian ini adalah perempuan dewasa awal yang bertahan dalam hubungan IPV. Penelitian ini menggunakan teknik *criterion based* yaitu informan dipilih mengikuti kriteria tertentu. Adapun beberapa kriteria partisipan yang peneliti tetapkan adalah perempuan dewasa awal dan pernah menjadi korban IPV. Kemudian didapatkan tiga informan yang memenuhi kriteria tersebut dengan rentang umur 21-23 tahun. Teknik

analisis data yang peneliti gunakan merupakan teknik analisis tematik *theory driven*. Pada penelitian ini, peneliti akan menggunakan teknik pematapan kredibilitas *member check*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam penelitian ini, peneliti melibatkan 3 individu dewasa awal yang sesuai dengan kriteria penelitian yang berperan sebagai informan yang merupakan perempuan dewasa awal korban *Intimate Partner Violence* (IPV). Menurut World Health Organization (2012), IPV termasuk salah satu bentuk kekerasan yang paling umum terhadap perempuan. IPV mencakup kekerasan fisik, seksual, dan emosional serta perilaku pengendalian (*controlling behaviors*) oleh pasangan intim. Hal ini sesuai dengan informan penelitian ini, dimana ketiganya mengalami kekerasan psikologis dan fisik. Dua dari tiga informan mengalami kekerasan bentuk *controlling behavior* dan satu dari tiga informan mengalami kekerasan seksual. Bentuk-bentuk kekerasan psikologis yang didapat dari data informan berupa hinaan, cemooh, kata-kata kasar, manipulasi, dan ancaman. Kekerasan fisik yang dialami yaitu dipukul, ditampar, dicelakai, dicekik, diremas tangan, dan tubuh informan dihantam ke dinding. Dua informan yang mengalami kekerasan *controlling behavior* mendapat perlakuan dimana pasangan melarang informan untuk berteman dengan lawan jenis dan mengontrol penggunaan HP. Penelitian menunjukkan bahwa pengaruh kekerasan dapat bertahan lama bahkan setelah kekerasan berhenti. Semakin parah kekerasan, semakin besar dampaknya pada kesehatan fisik dan mental wanita, dan dampak dari waktu ke waktu dari berbagai jenis dan beberapa episode pelecehan bersifat kumulatif (World Health Organization, 2012). Hal ini dibuktikan bahwa ketiga informan masih merasakan dampak yang dirasakan saat menjalankan kehidupan sehari-hari bahkan setelah beberapa tahun lepas dari hubungan IPV. Namun, dampak kekerasan dari waktu ke waktu tidak ditelusuri dalam penelitian ini.

Menurut penelitian, dampak dari kekerasan dapat berupa cedera dan kesehatan fisik seperti memar dan luka-luka lainnya (World Health Organization, 2012). Salah satu informan merasakan dampak kekerasan fisik. Dampak kekerasan yang kedua yaitu dari segi *mental health* dan *suicide*. Penelitian menunjukkan bahwa wanita yang dilecehkan oleh pasangannya memiliki tingkat depresi, kecemasan, dan fobia yang lebih tinggi daripada wanita yang tidak dilecehkan. WHO juga melaporkan adanya tekanan emosional dan pikiran untuk bunuh diri. Ketiga informan mengalami hal yang sama yaitu merasakan tekanan emosional, stres, depresi, serta kecemasan. Penelitian lain juga menyebutkan bahwa IPV telah dikaitkan dengan banyak konsekuensi kesehatan mental: depresi, kecemasan, gangguan stres pascatrauma, gangguan makan, perilaku bunuh diri, penyalahgunaan alkohol atau narkoba, masalah seksual, masalah konsentrasi, somatisasi, kesulitan sosial, pendidikan, atau pekerjaan, serta perasaan bersalah dan rasa bersalah atau celaan (Mazza dkk., 2021). Dampak yang muncul pada informan penelitian ini antara lain merasa tidak pantas, takut untuk membuka diri, beradaptasi dan bergaul di lingkungan pertemanan, dan menyalahkan dirinya sendiri atas kekerasan yang diterima. Salah satu informan menunjukkan gangguan makan, dimana ia kehilangan nafsu makan sehingga badan informan kurus. Salah satu informan juga menunjukkan perilaku *suicidal*

dimana ia memiliki pikiran untuk mengakhiri hidupnya. Informan merasa terjebak dalam hubungan dengan mantan pacarnya. Mereka juga merasakan trauma yang pada akhirnya memengaruhi keputusan dan kesiapan untuk menjalin hubungan kembali. Pada penelitian ini, dua dari tiga informan telah berhasil menjalin hubungan kembali, sedangkan salah satu informan masih belum bisa menjalin hubungan dengan orang lain.

Dare dkk (2013) menyebutkan bahwa komitmen awal dalam suatu hubungan dapat membuat perempuan mengabaikan tanda-tanda awal kekerasan, dan selanjutnya membuat mereka cenderung untuk tetap berada dalam hubungan dengan kekerasan yang terjadi. Penelitian yang dilakukan oleh Enander (2010) dalam (Dare dkk., 2013) menunjukkan bahwa korban kekerasan mengalami kesulitan memahami mengapa mereka dan korban kekerasan lainnya bertahan dalam hubungan kekerasan begitu lama. Disonansi kognitif kemungkinan memiliki hubungan dengan IPV, karena ada ketidakseimbangan antara pemikiran atau tindakan korban yang memaksa mereka untuk mengevaluasi kembali dan mengubah kognisi negatif terkait hubungan mereka dan pelaku kekerasan demi mencapai pandangan yang lebih seimbang, yang akhirnya membuat mereka mempertahankan hubungan (Nicholson dan Lutz, 2017).

Pada penelitian ini, tidak semua informan merasakan disonansi kognitif. Disonansi kognitif hanya dirasakan oleh salah satu informan. Bentuk disonansi kognitif yang dirasakan berupa perbedaan dua sikap atau keyakinan. Keyakinan pertama yaitu ia mencintai mantan pacarnya dan percaya bahwa mantan pacar juga mencintainya. Namun disisi lain, ia mendapat perlakuan buruk dari mantan pacarnya dan tidak seperti yang diharapkan dari individu yang mencintai seseorang. Disonansi ini muncul dari faktor internal (dirinya sendiri), dimana ia menyadari sendiri kesenjangan yang dirasakan ini.

Keputusan bertahan dalam hubungan IPV tidak dilatarbelakangi oleh disonansi kognitif. Ditemukan berbagai macam faktor lain yang membuat korban memutuskan untuk bertahan dalam hubungan IPV, seperti aspek kontrol terhadap korban, emosi mendalam yang dirasakan korban, serta mekanisme pertahanan (*defense mechanism*) yang dilakukan korban.

Penelitian oleh Lohmann dkk. (2023) menyebutkan bahwa kontrol menempatkan korban dalam keadaan yang menjebak. Hal ini sesuai dengan data penelitian ini yang menunjukkan bahwa kuatnya aspek kontrol yang dimiliki pasangan terhadap korban membuat korban merasa dependen kepada pasangan, sehingga korban terjebak dan memilih untuk bertahan dalam hubungan IPV. Pasangan melakukan pola perilaku *controlling* dan juga manipulatif demi mendapat kekuasaan atas korban. Perilaku *controlling* yang dilakukan yaitu melalui intimidasi, penghinaan (*humiliation*), membatasi kebebasan, merendahkan, mengisolasi, dan mengurangi kemampuan untuk bertindak. Melalui kontrol, timbul terjadinya siklus hubungan kekerasan yang juga membuat korban sulit untuk meninggalkan hubungan kekerasan. Walker (1979) dalam Wilson (2019) menyatakan adanya tiga tahapan siklus dalam kekerasan. Pertama, *the tension-building phase*, dimana adanya ketegangan dalam hubungan, umumnya ditandai dengan kekerasan secara verbal, dan kekerasan fisik minor. Korban akan berusaha untuk merasionalisasikan tindak kekerasan yang terjadi. Tahapan kedua, *the acute battering*

*incident*, dimana terjadi puncak kekerasan baik secara emosional, fisik, maupun seksual. Tahapan terakhir, *honeymoon phase*, pelaku akan memohon maaf, berjanji akan berubah. Hal ini sejalan dengan data penelitian, ketika mantan pacar melakukan kekerasan baik secara fisik maupun psikologis, informan mencoba untuk memutuskan dan meninggalkan hubungan. Mantan pacar akan meminta maaf, memohon, berjanji untuk tidak mengulangi dan melakukan kesalahan yang sama, ia akan kembali memperlakukan informan dengan baik dan perhatian sehingga membuat informan luluh dan memaafkan kesalahan dan kekerasan yang dilakukan. Tidak lama kemudian, mantan pacar melakukan kekerasan kembali dan siklus ini terus terjadi sehingga informan merasa terjebak dalam hubungan dan sulit melepaskan mantan pacarnya.

Korban merasakan emosi yang dominan, yang melatarbelakangi keputusannya bertahan dalam hubungan kekerasan, emosi yang mendalam berupa rasa cinta, memaafkan dan kembali menjalin hubungan dengan pasangan karena adanya harapan bahwa ia akan merubah sikapnya, atau perasaan bergantung pada pasangan dan takut kehilangan. Rasa malu ini lama kelamaan menurunkan *self-esteem* dan kepercayaan diri korban, membuatnya mempertanyakan persepsi terhadap kekerasan itu sendiri. Ia menjadi bingung, lelah, dan kehilangan kemampuan atau kemauan untuk melawan atau meninggalkan hubungan. Hal ini juga berujung pada perasaan bersalah, merasa buruk terhadap diri sendiri, merasa tidak berharga, dan tidak dicintai oleh orang lain, sehingga memutuskan untuk tetap bertahan dalam hubungan.

Informan melakukan mekanisme pertahanan (*defense mechanism*) atau reduksi yang dilakukan untuk meraih kenyamanan terkait keputusannya untuk bertahan dalam hubungan yaitu dengan merasionalisasikan tindak kekerasan dan meyakinkan dirinya sendiri bahwa apa yang dikatakan pasangan memang benar, membenarkan perlakuan yang diterima, dan justru menyalahkan diri sendiri. Mereka juga cenderung menuruti atau mengikuti sesuai keadaan emosional pasangan dan tidak membela diri saat terjadi pertengkaran. Menurut Freud (1963) dalam Pico dan Bailey (2023), mekanisme pertahanan digunakan oleh individu untuk menjaga agar mereka tetap berfungsi secara emosional dalam kehidupan sehari-hari mereka, teori psikoanalisisnya mengacu pada upaya yang diperluas oleh individu untuk mengatasi kecemasan yang berlebihan. Pada penelitian ini, salah satu bentuk mekanisme pertahanan yang dilakukan korban adalah *denial*. *Denial* memiliki arti mengabaikan realitas eksternal dan alih-alih berfokus pada penjelasan atau kekeliruan internal dan dengan demikian menghindari realitas situasi yang tidak nyaman. Mekanisme pertahanan lainnya yang muncul pada korban IPV adalah *rationalization*. Menurut Pico dan Bailey (2023), *rationalization* mengacu pada membenaran perilaku seseorang melalui upaya penjelasan rasional.

Perempuan dalam hubungan kekerasan dapat mengalami tingkat disonansi yang tinggi, hal ini diakibatkan oleh sikap negatif dari kekerasan dalam hubungan dan ketidakmampuan mereka untuk meninggalkan hubungan tersebut. Jika mereka merasa terjebak dalam hubungan tersebut, mereka mungkin cenderung mengubah pandangan negatif terhadap hubungan dan kekerasan tersebut—baik disadari atau tidak—menjadi pandangan yang lebih positif terhadap hubungan dan kekerasan yang terjadi. Pandangan

positif terhadap hubungan kekerasan dapat menjadi hal yang berbahaya, karena perempuan akan semakin sulit untuk keluar dan putus dari hubungan kekerasan (Dare dkk., 2013). Hal ini sesuai dengan data dari informan yang merasa bahwa mereka terjebak dalam hubungan kekerasan dan sulit untuk putus dari mantan pacarnya.

Menurut Festinger dalam Cooper (2019), konsistensi antar kognisi bukanlah sekedar preferensi, melainkan dorongan. Sama halnya seperti seseorang yang perlu mengurangi rasa haus dengan minum dan rasa lapar dengan makan, orang yang merasakan ketidakkonsistenan kognitif harus menemukan cara untuk mereduksi atau menguranginya. Dorongan untuk mengurangi ketidakkonsistenan ini sering disebut sebagai reduksi disonansi, dan dapat dicapai dengan beberapa cara, termasuk *attitude change*. Dalam penelitian ini hal tersebut sesuai, dimana korban melakukan berbagai mekanisme pertahanan, mereka merasa tidak percaya akan tindak kekerasan yang dilakukan pasangan, kemudian merasionalisasikan bahwa tindak kekerasan yang dilakukan tersebut hanya sebagai bentuk ketakutan akan kehilangan informan semata dan merasa bahwa kekerasan terjadi karena kesalahan yang informan perbuat sendiri. Informan kedua merasionalisasikan bahwa perilaku kasar mantan pacarnya hanyalah emosi sementara tanpa maksud untuk menyakiti informan. Ia juga meyakinkan dirinya sendiri bahwa apa yang dikatakan mantan pacarnya memang benar, membenarkan perlakuan yang diterima, dan justru menyalahkan diri sendiri. Penelitian menunjukkan bahwa wanita yang mengaitkan kekerasan sebagai kesalahan pasangan mereka daripada kesalahan mereka sendiri memiliki kecenderungan untuk meninggalkan hubungan (Truman-Schram dkk., 2000) dalam (Dare dkk., 2013) sementara mereka yang menyalahkan diri sendiri atas kekerasan tersebut lebih mungkin untuk tetap berada dalam hubungan yang kasar (Patzel, 2006) dalam (Dare dkk., 2013). Informan ketiga menyalahkan dirinya sendiri karena kerap memaafkan mantan pacarnya dan kekerasan yang dilakukan walaupun ia tau hal tersebut salah. Ketiga informan sama-sama memiliki rasa takut kehilangan dan rasa cinta yang masih dirasakan terhadap mantan pacarnya. Mereka juga memiliki keyakinan bahwa mantan pacar akan berubah, sehingga membuat mereka tetap mempertahankan hubungan. Selain itu mereka juga memiliki tendensi untuk menuruti keadaan emosional mantan pacar untuk menghindari perilaku kekerasan, mereka merasa takut akan lebih disakiti apabila melakukan konfrontasi atau melawan. Hal ini sejalan dengan pernyataan Goodfriend dan Arriaga (2018), bahwa individu yang mengandalkan pasangannya dan merasa bergantung cenderung tidak terlalu menyalahkan pelaku dan membuat lebih banyak alasan untuk agresor atau pelaku kekerasan. Selain itu, Goodfriend dan Arriaga (2018) juga menyebutkan bahwa korban kekerasan lebih cenderung bertahan dalam hubungan yang agresif dan kembali ke pasangannya setelah beberapa saat pergi karena kekerasan yang dialami. Hal ini sejalan dengan informan pertama dan ketiga, dimana mereka seringkali '*putus-nyambung*' saat berhubungan dengan mantan pacarnya.

Saat ini ketiga informan berhasil terbebas dari hubungan IPV. Dalam upaya memulihkan diri dari dampak kekerasan yang dialami, ketiga informan melakukan beberapa strategi koping. Matheny, dkk (2009) dalam Putriana (2018) mengemukakan

bahwa strategi koping adalah usaha, sehat maupun tidak sehat, positif maupun negatif, usaha kesadaran atau ketidaksadaran, untuk mencegah, menghilangkan, atau melemahkan stresor, atau untuk memberikan ketahanan terhadap dampak stres. Informan pertama sering menarik diri dan pergi jalan-jalan sendirian ke tempat favorit seperti pantai. Menurut Lahey (2009) dalam Zafirah dan Indriana (2016), metode koping yang efektif untuk menyelesaikan dengan baik adalah mengubah sumber stres atau mengontrol reaksi. Informan kedua merasa dukungan dari teman-teman sangat efektif dalam strategi koping. Informan ketiga hobi menjalankan pola hidup sehat dengan cara diet dan olahraga. Ketiga informan melakukan koping dengan cara *hangout* bersama teman dan mencari dukungan dari teman-teman di sekitar. Menurut Putriana (2018), dukungan sosial dari orang terdekat merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi strategi koping wanita korban kekerasan.

## KESIMPULAN

Perempuan seringkali menjadi korban kekerasan yang dilakukan oleh pasangan intim. Bentuk kekerasan dapat berupa kekerasan fisik, psikologis, seksual, dan perilaku *controlling*. Dampak yang dirasakan korban dapat berupa dampak fisik, psikologis, maupun sosial. Dampak dapat mengganggu di kehidupan sehari-hari korban, dan dapat menjadi masalah serius bahkan membahayakan hidup korban apabila kekerasan terus terjadi. Dampak yang dirasakan masih dapat membekas pada diri korban, bahkan setelah beberapa tahun lepas dari hubungan IPV. Tidak semua korban IPV mengalami disonansi kognitif, dimana mereka merasakan adanya ketidaksesuaian antara kognitif dan perilaku kekerasan yang dilakukan oleh pasangan. Korban IPV bertahan dalam hubungan karena beberapa faktor, yaitu aspek kontrol terhadap korban, emosi mendalam yang dirasakan korban, serta mekanisme pertahanan (*defense mechanism*) yang dilakukan korban. Strategi koping yang tepat harus dilakukan korban IPV agak terhindar dari dampak berkelanjutan dari kekerasan yang dialami. Contoh strategi koping yang bisa dilakukan yaitu dengan menceritakan pengalaman ke teman atau orang sekitar, mencari dukungan dari teman atau orang sekitar, maupun menyalurkan emosi melalui hobi atau aktivitas yang disukai.

## BIBLIOGRAFI

- Cooper, J. (2019). Cognitive dissonance: Where we've been and where we're going. *International Review of Social Psychology*, 32(1). <https://doi.org/10.5334/irsp.277>
- Copp, J. E., Giordano, P. C., Longmore, M. A., & Manning, W. D. (2015). Stay-or-leave decision making in nonviolent and violent dating relationships. *Violence and Victims*, 30(4), 581–599. <https://doi.org/10.1891/0886-6708.VV-D-13-00176>
- Dare, B., Guadagno, R., & Muscanell, N. (2013). Commitment: The Key to Women Staying in Abusive Relationships. In *Journal of Interpersonal Relations, Intergroup Relations and Identity* (Vol. 6).
- Gilbert, S. E., & Gordon, K. C. (2017). Predicting Forgiveness in Women Experiencing Intimate Partner Violence. *Violence Against Women*, 23(4), 452–468. <https://doi.org/10.1177/1077801216644071>
- Goodfriend, W., & Arriaga, X. B. (2018). Cognitive reframing of intimate partner aggression: Social and contextual influences. In *International Journal of Environmental Research and Public Health* (Vol. 15, Issue 11). MDPI AG. <https://doi.org/10.3390/ijerph15112464>
- Harmon-Jones, E. (2019). *COGNITIVE DISSONANCE* second edition.
- Heim, E. M., Trujillo Tapia, L., & Quintanilla Gonzáles, R. (2018). “My Partner Will Change”: Cognitive Distortion in Battered Women in Bolivia. *Journal of Interpersonal Violence*, 33(8), 1348–1365. <https://doi.org/10.1177/0886260515615145>
- Mazza, M., Marano, G., del Castillo, A. G., Chieffo, D., Monti, L., Janiri, D., Moccia, L., & Sani, G. (2021). Intimate partner violence: A loop of abuse, depression and victimization. *World Journal of Psychiatry*, 11(6), 215–221. <https://doi.org/10.5498/wjp.v11.i6.215>
- Nicholson, S. B., & Lutz, D. J. (2017a). The Importance of Cognitive Dissonance in Understanding and Treating Victims of Intimate Partner Violence. *Journal of Aggression, Maltreatment and Trauma*, 26(5), 475–492. <https://doi.org/10.1080/10926771.2017.1314989>
- Papalia, D. E., Olds, S. Wendkos., & Feldman, R. Duskin. (2009). *Human development*. McGraw-Hill.
- Powers, R. A., & Kaukinen, C. E. (2012). Trends in Intimate Partner Violence: 1980–2008. *Journal of Interpersonal Violence*, 27(15), 3072–3090. <https://doi.org/10.1177/0886260512441077>
- Putriana, A. (2018). Kecemasan Dan Strategi Coping Pada Wanita Korban Kekerasan Dalam Pacaran. 6(3), 453–461.
- Quezada, A. J., Mustafa, Z., Zhang, X., Zakhary, B., Firek, M., Coimbra, R., & Brenner, M. (2020). A Nationwide Study of Intimate Partner Violence. *American Surgeon*, 86(10), 1230–1237. <https://doi.org/10.1177/0003134820964191>
- Rusyidi, B., & Hidayat, E. N. (2020). Kekerasan Dalam Pacaran: Faktor Risiko Dan Pelindung Serta Implikasinya Terhadap Upaya Pencegahan Dating Violence: the

Gambaran Disonansi Kognitif pada Perempuan Dewasa Awal yang Bertahan dalam Hubungan *Intimate Partner Violence* (IPV)

Risk and Protective Factors and Its Implications for Prevention Effort. *Sosio Informa*, 6(2), 152–169.

Santrock, J. W. (2014). *Life-span development*.

Sri, S., & Yanladila, P. (2020). GAMBARAN DISONANSI KOGNITIF PADA LESBIAN.

Strube, M. J. (1988). The Decision to Leave an Abusive Relationship: Empirical Evidence and Theoretical Issues. In *Psychological Bulletin* (Vol. 104, Issue 2).

Timmerman, G. M. (2009). A concept analysis of intimacy. *Issues in Mental Health Nursing*, 12(1), 19–30. <https://doi.org/10.3109/01612849109058207>

Wathen, C. N., MacGregor, J. C. D., & MacQuarrie, B. J. (2018). Relationships Among Intimate Partner Violence, Work, and Health. *Journal of Interpersonal Violence*, 33(14), 2268–2290. <https://doi.org/10.1177/0886260515624236>

Wilson, J. K. (2019). Cycle of Violence. In *The Encyclopedia of Women and Crime* (pp. 1–5). John Wiley & Sons, Inc. <https://doi.org/10.1002/9781118929803.ewac0083>

World Health Organization. (2012). Understanding and addressing violence against women.

Yahya, A. H., & Sukmayadi, V. (2020). A Review of Cognitive Dissonance Theory and Its Relevance to Current Social Issues. *MIMBAR : Jurnal Sosial Dan Pembangunan*, 36(2). <https://doi.org/10.29313/mimbar.v36i2.6652>

Zafirah, S. B., & Indriana, Y. (2016). STRATEGI KOPING KORBAN KEKERASAN DALAM RUMAH TANGGA (KDRT) (Interpretative Phenomenological Analysis) (Vol. 5, Issue 2).

---

**First publication right:**

Jurnal Syntax Fusion: Jurnal Nasional Indonesia

**This article is licensed under:**

