

## Gambaran Strategi *Coping* Pada Dewasa Awal Yang Mendapat Kekerasan Dalam Rumah Tangga Di Masa ANAK-ANAK

### *An Overview Of Coping Strategies In Early Adulthood Who Experienced Domestic Violence In Childhood*

**Anisa Aulia Rahmi Wibawanto**

Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya

Email: [anisa.19006@mhs.unesa.ac.id](mailto:anisa.19006@mhs.unesa.ac.id)

**Damajanti Kusuma Dewi**

Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya

Email: [damajantikusuma@unesa.ac.id](mailto:damajantikusuma@unesa.ac.id)

#### Abstrak

Anak yang mendapat kekerasan mengalami trauma, kurang percaya pada orang lain, kecemasan, depresi, bunuh diri, mempengaruhi perkembangan gaya *coping*, perubahan kepribadian dan kemampuan berinteraksi dengan efektif di masyarakat sebagai orang dewasa. Penelitian ini bertujuan mengetahui gambaran strategi *coping* yang dewasa awal yang mendapat kekerasan dalam rumah tangga pada masa anak-anak. Penelitian deskriptif ini menggunakan pendekatan kualitatif dan studi kasus. Pengumpulan data menggunakan wawancara dan studi literatur. Analisis data menggunakan analisis deskriptif, tematik, teknik reduksi data. Terdapat perbedaan pada pola kekerasan yang dialami oleh kedua subjek dan kesamaan dalam strategi *coping* dan dampak yang ditimbulkan akibat kekerasan yang muncul diusia dewasanya.

**Kata kunci :** Strategi coping, dewasa awal, kekerasan dalam rumah tangga.

#### Abstract

Children who have been abused experience trauma, lose trust in others, anxiety, depression, suicide attempts, affect the development of coping styles, personality changes and the ability to interact effectively in society as adults. This study aims to determine the description of coping strategies for early adults who experience domestic violence during childhood. This descriptive research uses a qualitative approach and case studies. Collecting data using interviews and literature studies. Data analysis used descriptive analysis, thematic, data reduction techniques. There are differences in the pattern of violence experienced by the two subjects and similarities in coping strategies and the impact caused by violence that appears in adulthood.

**Key word :** Coping strategies, adults, domestic violence.

#### Article History

**Submitted : 12-07-2023**

**Final Revised : 12-07-2023**

**Accepted : 12-07-2023**



This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) license

Copyright © 2022 by Author, Published by Universitas Negeri Surabaya

Kasus kekerasan dalam keluarga mencapai titik tertinggi pada tahun 2021 sesuai dengan yang dinyatakan oleh Komisi Perlindungan Anak Indonesia. Menurut data terbaru yang diungkap oleh *World Health Organization* (WHO), *United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization* (UNESCO), dan *United Nations International Children's Emergency Fund* (UNICEF), sekitar satu miliar anak di seluruh dunia mengalami kekerasan dalam berbagai bentuk seperti kekerasan secara fisik, kekerasan seksual, kekerasan emosional atau secara psikologis, mengalami cedera, disabilitas, hingga paling parah sampai meninggal dunia (Ramadhan, Juni 19, 2020). Kekerasan dalam rumah tangga merupakan kejahatan yang dapat berdampak negatif pada kesehatan mental dan fisik korban, serta kesejahteraan fisik, seksual, dan psikologis mereka dan hal ini dinyatakan menurut UU No.23 tahun 2004. Korban kekerasan dalam rumah tangga dapat mengalami depresi atau merasakan ketidakberdayaan, perasaan cemas atau khawatir berlebihan, rasa bersalah, malu, hingga dapat meningkatkan resiko untuk melakukan bunuh diri (Zhafirah, 2016).

Perkembangan terkini menunjukkan bahwa anak-anak adalah korban kekerasan dalam rumah tangga, berbeda dengan istri atau perempuan lain, yang biasanya menderita sendiri. Anak-anak yang mendapatkan kekerasan atau mendapatkan tindakan perilaku kasar di rumah secara umum dapat mengalami trauma yang cukup serius, merasa khawatir, dan kehilangan kepercayaan pada orang lain, hal ini juga akan berdampak pada kesejahteraan emosional mereka yang mana akan cenderung mengulangi tindakan kekerasan serupa, menumbuhkan kecemasan, depresi hingga melakukan percobaan bunuh diri. Ketika seorang anak menjadi saksi dari tindak kekerasan menurut Popescu, Marciana L, Drumm, Rene, Dewan, Smita, Rusu, Corneliu, (2010), akan meningkatkan kemungkinan anak tersebut menjadi pelaku kejahatan tindak kekerasan sebagai orang dewasa dikemudian hari. Hal ini akan bisa terjadi apabila mereka menggunakan strategi *coping* negatif untuk mengatasi masalah atau stres.

Anak-anak korban kekerasan dalam rumah tangga sebagaimana yang telah dinyatakan oleh Suharto Zafirah & Indriana, (2016), dapat mengalami kerusakan fisik secara permanen, mengalami kesulitan di sekolah, gangguan emosi dan memiliki konsep diri yang negatif. Mereka juga dapat bertindak agresif sampai menggunakan obat-obatan atau alkohol, menjadi pasif dan menarik diri dari lingkungan, atau bahkan dapat meninggal akibat tindakan mereka. Hal ini juga sesuai dengan penjelasan Ipsum dan Amet Zafirah & Indriana, (2016), yang menyatakan bahwa ketika terjadi suatu tindakan kekerasan akan menimbulkan dampak jangka pendek seperti luka, lecet, retak, kerusakan organ, robekan selaput dara, keracunan hingga gangguan pada sistem syaraf dan otak.

Kemudian, dampak jangka panjang yang bisa ditimbulkan adalah atau perubahan perilaku individu yang menjadi lebih pendiam, menangis, dan menyendiri. Selain itu, hal ini dapat menyebabkan ketidakmampuan, kehamilan, kerusakan organ reproduksi, kurangnya kepercayaan diri, sulit bersosialisasi, rasa malu dan bersalah, kecemasan, depresi, gejala psikosomatis, dan mengalami gangguan dalam mengendalikan diri. Anak-anak lebih rentan terhadap dampak psikologis akibat dari kekerasan dalam rumah tangga. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Yasir Yunan, (2020) hal ini disebabkan karena semua tindakan kekerasan seorang anak akan tetap tersimpan dalam ingatan bawah sadarnya sampai ia dewasa.

Proses pemulihan dari dampak psikologis ini tidak hanya memakan waktu lama, tetapi juga membutuhkan motivasi korban sendiri untuk mengatasi dampak tersebut, dukungan dari keluarga dan teman, serta bantuan dari para profesional. Orang yang pulih dari dampak psikologis kekerasan dalam rumah tangga dan mengatasi masalah mereka akan mengembangkan mekanisme *coping* untuk mengatasi situasi stress. Menurut Lazarus dan

Folkman (1984), ketika individu mengalami stres hal ini akan menimbulkan dampak yang kurang baik terhadap fisiologis maupun psikologis individu tersebut.

Seseorang yang sedang menghadapi situasi stres atau menekan akan mengambil tindakan untuk menghilangkan stres karena mereka tidak akan membiarkannya berlanjut, sehingga tindakan ini dapat disebut sebagai strategi *coping*. Ketika individu menjadi seorang korban dan mendapat kekerasan di masa anak-anaknya akan mempengaruhi gaya *coping* yang akan dilakukan, seperti yang dikemukakan oleh Widom dalam Maryam, (2017) menunjukkan bahwa korban masa kecil dan kekerasan di masa anak-anak dapat menyebabkan perkembangan gaya *coping* yang maladaptif yang mungkin berfungsi pada saat itu seperti menghindari perasaan, tetapi hal itu nantinya akan dapat menimbulkan masalah untuk penyesuaian dan mengatasi stres (Maryam, 2017).

Anak-anak yang menerima kekerasan dari orang tuanya pasti akan merasa sangat menderita. Banyak dari mereka yang menjadi korban kekerasan karena kurangnya kestabilan ekonomi orang tua untuk hidup, lalu karena kedua orang tua mereka juga adalah korban dari perilaku kekerasan di rumah, kemudian karena gaya pengasuhan orang tua mereka seringkali kejam dan kaku dan hal ini pada akhirnya akan menyebabkan anak-anak merasa menjadi sebuah beban atau pelampiasan emosi dari orang tuanya. Hidayat, (2020) juga menjelaskan bahwa anak-anak yang mengalami kekerasan mampu mengingat semua pengalaman positif dan negatif mereka karena memiliki ingatan yang sangat kuat untuk usia mereka.

Anak-anak yang mendapat kekerasan, baik dari orang tuanya maupun dari lingkungannya, lebih cenderung menirunya dan mengikuti jejak orang tuanya dengan menyiksa anak lain atau orang dewasa. Sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Areti Tsavoussis, Stanislaw P. A. Stawicki, Nicoleta Stoicea and Thomas J. Papadimos, (2014) menunjukkan adanya efek yang dapat mempengaruhi perkembangan otak anak yang menjadi korban kekerasan dalam rumah tangga. Seorang anak yang menjadi saksi atau korban dari kekerasan dalam rumah tangga dapat mengembangkan PTSD (*Post-Traumatic Stress Disorder*) atau gangguan stress pasca trauma yang dapat menimbulkan sebuah dampak perubahan permanen pada kepribadian dan kemampuan mereka untuk berinteraksi dengan efektif di masyarakat sebagai orang dewasa. Berdasarkan pemaparan fenomena yang telah ditemukan peneliti di lapangan, peneliti tertarik melakukan penelitian ini untuk membahas mengenai strategi *coping* yang akan dilakukan atau digunakan oleh usia dewasa awal yang mendapat kekerasan dalam rumah tangga di masa anak-anak.

## Metode

### *Partisipan*

Penelitian ini melibatkan dua orang yang dengan usia 19 dan 23 tahun atau usia dewasa awal. Subjek penelitian pertama dengan inisial SG seorang perempuan berusia 23 tahun dan subjek penelitian kedua dengan inisial TR seorang perempuan berusia 19 tahun. Kriteria subjek penelitian dalam penelitian ini yang akan digunakan merupakan korban KDRT dengan kriteria berusia 19 dan 23 tahun atau usia dewasa awal serta mengalami kekerasan dalam rumah tangga pada usia anak-anak.

Tabel 1. Partisipan Penelitian

Inisial	Usia	Pekerjaan
SG	23 tahun	Pelajar/Mahasiswa
TR	19 tahun	Pelajar/Mahasiswa

### *Pengumpulan data*

Pada penelitian ini menggunakan teknik wawancara yang digunakan untuk mengetahui lebih jauh tentang pengetahuan subjek tentang topik yang sedang diselidiki serta fenomena atau isu terkait. CRESWELL, (2014, hlm. 254) mengatakan bahwa wawancara adalah pertemuan antara dua orang di mana mereka bertukar informasi dan ide dalam format tanya jawab untuk memahami suatu topik (Yasir Yunan, 2020). Metode wawancara yang digunakan dalam penelitian ini yaitu wawancara tidak terstruktur yang dimana biasanya diikuti oleh suatu kata kunci yang sesuai dengan topik atau tema wawancara dan bersifat fleksibel. Pada penelitian ini juga melakukan pengumpulan data dengan menggunakan studi literatur. Alimi & Nurwati, (2021) menjelaskan bahwa studi pustaka atau studi literatur merupakan sebuah teknik atau metode pengumpulan data dengan mencari informasi atau data melalui buku, koran, dan literatur lain yang bertujuan untuk menyusun teori. Pada penelitian ini menggunakan berbagai macam sumber seperti literatur atau jurnal penelitian yang disesuaikan dengan tema atau judul dari penelitian ini.

### *Analisis data*

Data dalam penelitian ini dianalisis dengan menggunakan analisis deskriptif, teknik reduksi data dan analisis tematik. Teknik analisis deskriptif ini melibatkan deskripsi fakta sesuai dengan sumber yang diberikan oleh informan, diikuti dengan analisis yang tidak hanya memberikan ilustrasi tetapi juga pemahaman dan penjelasan. Pada teknik reduksi data dilakukan oleh peneliti karena banyaknya informasi yang didapat dilapangan sehingga perlu untuk memilih data atau informasi yang utama dengan memfokuskan pada hal-hal yang penting disesuaikan dengan tema atau topik penelitian. Analisis tematik ini di gunakan untuk mengidentifikasi pola dan menemukan tema berdasarkan data atau informasi yang diperoleh peneliti.

### **Hasil**

Pada penelitian ini akan memaparkan mengenai kasus kekerasan dalam rumah tangga yang dialami kedua subjek, berdasarkan hasil dari pengumpulan data didapatkan dua tema utama yang akan dibahas yaitu gambaran strategi *coping* berfokus pada masalah dan strategi *coping* yang berfokus pada emosi. Pada hasil penelitian ini juga akan dibahas mengenai dampak kekerasan yang ditimbulkan dari kekerasan di usia anak yang muncul pada masa usia dewasa awal.

Tabel 2. Tabel Tema

<b>Tabel Utama</b>	<b>Sub Tema</b>
Gambaran Strategi <i>Coping</i> Berfokus Pada Masalah	<i>Planful Problem Solving</i> <i>Seeking Social Support</i>
Gambaran Strategi <i>Coping</i> Berfokus Pada Emosi	<i>Positive Reappraisal</i> <i>Distancing</i> <i>Escape Avoidance</i>
Dampak Kekerasan di Usia Anak yang Muncul Pada Usia Dewasa Awal	Trauma  Perubahan Sikap

Tema 1: Strategi coping Berfokus Pada Masalah

Subtema 1: *Planful Problem Solving*

Strategi *coping* yang dilakukan oleh SG yaitu menggunakan strategi *coping* yang berfokus pada masalah dan juga menggunakan strategi coping yang berfokus pada emosi. Beberapa tindakan yang dilakukan oleh SG yaitu pertama pada *coping* yang berfokus pada

masalah terdapat pada *Planful Problem Solving*. Pada hal ini SG berusaha untuk mengubah hidupnya menjadi lebih baik dari yang sebelumnya.

[...] makanya sekarang lagi di tahun 2023 ini lagi berusaha untuk gimana bisa hidup menjadi lebih baik, gitu kan kak”(SG, 30 Januari 2023).

[...] walau pun disatu sisi terkadang aku merasa sakit ya mau gimana lagi namanya hidup kita nggak bisa bergantung sama orang lain kan nggak selamanya. Jadi kita harus berusaha sendiri gitu. Jadi itu sih kak, aku coba gimana hidup aku jadi lebih baik.” (SG, 30 Januari 2023).

Strategi *coping* yang dilakukan oleh TR yaitu menggunakan strategi *coping* yang berfokus pada masalah dan juga menggunakan strategi *coping* yang berfokus pada emosi. Beberapa tindakan yang dilakukan oleh TR yaitu pertama pada *coping* yang berfokus pada masalah terdapat pada *Planful Problem Solving*. Pada hal ini TR berusaha untuk mengubah hidupnya menjadi lebih baik dari yang sebelumnya.

Sejak itu aku mulai membenahi diri sih kak, oh ternyata aku punya sesuatu dalam mental aku yg perlu diperbaiki. (TR, 30 Januari 2023).

[...] yang aku rasain sekarang aku lebih kuat dan lebih bisa manage diri sendiri aja semenjak aku tau apa yg harus dibenahi dalam diri aku. Itu lebih mempermudah aku untuk sembuh secara emosional dan mental sih. (TR, 30 Januari 2023).

## Subtema 2 : *Seeking Social Support*

SG juga berupaya untuk mencari dukungan dari orang lain seperti teman dan dengan mencari informasi, bantuan secara nyata atau dukungan emosional.

Aku punya satu sahabat yang dia paling ngertiin aku, dia tau ceritaku seperti apa. Jadi kalau ada apa-apa kan aku selalu cerita ke dia, nah terus aku ngerasa dia salah satu orang yang menjadi support system untuk aku, dia yang selalu dukung aku. (SG, 30 Januari 2023).

Aku juga banyak nonton YouTube melihat orang-orang yang mengalami depresi yg memiliki cerita dan latar belakang yang berbeda – beda [...] aku juga sangat termotivasi dengan Kak Devina Otaria dan artis Marshanda melalui cerita mereka yang berjuang untuk sembuh dari depresi itu sendiri [...] (SG, 28 Februari 2023).

Pada *Seeking Social Support* TR mencari bantuan dari penambil kebijakan hukum dalam menghadapi situasi yang membuatnya tertekan.

Kalo cerita sihh engga ya, belum merasa dapet orang yg tepat buat cerita soalnya. Minta bantuan juga belum pernah. Waktu itu taunya yang bisa bantu cuman polisi, jadi pas lagi ada disituasi yg aku rasa kayaknya udah mau dipukul deh ini, aku siap-siap mencent call aja nomor emergency polsek terdekat. (TR, 28 Februari 2023).

## Tema 2: Strategi coping Berfokus Pada Emosi

### Subtema 1: *Positive Reappraisal*

Pada strategi *coping* yang berfokus dalam emosi, SG melakukan penilaian positif terhadap peristiwa yang dialami dengan selalu ingat Tuhan.

[...] pertama itu harus ikhlas, yang kedua itu belajar untuk mengampuni apapun kesalahan yang orang pernah bikin ke kita, orang yang lakuin ke kita yaudah kita maafin aja gitu, jadi yang aku pelajari kita harus ikhlas, kita harus mengampuni terus yang terakhir itu ya yaudah inget aja sama tuhan karena dari segala sesuatunya itu kita harus kembali pada penciptanya. (SG, 30 Januari 2023).

Pada *Postive Reappraisal* atau penilaian positif yang dilakukan oleh TR ini ia memberikan penilaian positif dengan mengambil hal baik dalam hidup.

Ambil yang baik dan buang yg buruknya aja intinya. (TR, 30 Januari 2023).

### Subtema 2: *Distancing*

Ketidakpedulian terhadap masalah yang dihadapi serta menjaga jarak dengan sumber masalah juga menjadi *coping* yang dilakukan oleh SG dalam mengurangi stress akibat KDRT.

[...] jadi nggak mau tau apapun dengan yang terjadi yaudah gua biasa aja gitu nggak mau peduli. (SG, 30 Januari 2023).

[...] hubungan aku sama orang tua pun kami tidak dekat satu sama lainnya karena aku lebih suka menyendiri dari pada harus dekat dengan mereka [...] (SG, 13 Maret 2023).

Tindakan *coping* yang selanjutnya dilakukan oleh TR ini yaitu dengan melakukan *Distancing*, yaitu TR melupakan atau mengalihkan permasalahan seolah tidak terjadi.

Menghindar. Jujur kalo lagi kepikiran hal-hal yg negatif kayak gitu atau lagi ada disituasi kayak gitu aku lebih milih pergi atau mengalihkan pikiran ke hal-hal lain. (TR, 28 Februari 2023).

### Subtema 3 : *Escape Avoidance*

Terakhir SG juga menghindar melibatkan diri dari lingkungan dan dari sumber masalah dengan tidak ingin beresialisasi dengan orang lain.

Hal tersebut membuat saya terstuck banget dari stress sampai depresi sehingga menutup diri dari lingkungan baik diluar maupun didalam. (SG, 28 Februari 2023).

[...] hal ini membuatku semakin tidak ingin mengenal lagi, aku tidak membencinya hanya saja aku marah karena semua yang ku lakukan selalu dianggap salah dan tidak ada benarnya dimata mereka. (SG, 13 Maret 2023).

TR juga melakukan *Escape Avoidance* dengan menghindar dari sumber masalah dengan tidak ingin beresialisasi dengan orang lain.

Aku juga makin menutup diri dan dendam sama orang tua. (TR, 30 Januari 2023).

## Tema 3: Dampak Kekerasan di Usia Anak yang Muncul Pada Usia Dewasa Awal

### Subtema 1: Trauma

Berdasarkan hasil dari wawancara yang telah dilakukan dengan subjek penelitian bahwa dampak yang ditimbulkan akibat kekerasan dalam rumah tangga di usia anak ini SG mengalami trauma pada kedua orang tuanya.

[...] trauma ya kak ngeliat ayah aku sama ibu aku, ayahku kan udah nikah nih dua kali nah terus ayahku ini sering banget ngelakuin KDRT. (SG, 30 Januari 2023).

Berdasarkan penjelasan mengenai peristiwa yang terjadi pada SG ini juga didapatkan bahwa ia menembangkan trauma akan lawan jenisnya, baik terhadap ayah maupun teman lawan jenisnya.

[...] temen temen aku ada sih jatuhnya ngerangkul ada yang megang tangan ada yang berpelukan biar berasa kayak temen kayak sahabat, tapi aku enggak. Jadi kayak masih rada-rada takut. Terus kalau temen-temenku mereka angkat tangan gitu langsung aku yang kaget, langsung aku melindungi diriku sendiri kayak takut dipukul [...] (SG, 30 Januari 2023).

Dampak yang ditimbulkan dari kekerasan di usia anak yang muncul pada masa usia dewasa awal pada kasus TR ini mengalami trauma pada kedua orang tuanya. Trauma yang terjadi ketika TR diusia anaknya terlihat dari pernyataan bahwa ia tidak pernah melawan orang tuanya dan hanya bisa diam ketika dipukul atau mendapat kekerasan sehingga ia hanya bisa menahan rasa sakit akibat dipukul dan menangis. TR juga mengalami dampak yang diakibatkan kekerasan di masa anak-anak ini yaitu perubahan emosi dimana ia menjadi mengenal rasa malu dengan orang disekitarnya saat SMP karena kekerasan dari orang tuanya. Selain itu, TR mengalami perubahan sikap menjadi lebih pemalu, sensitif dan juga menutup dirinya akibat dari dampak kekerasan yang dilakukan oleh orang tuanya saat TR berada dibangku SMP ini. Orang tua dari TR melakukan kekerasan dengan menonjok dan menampar ditengah lapangan sekolah saat jam pulang, sehingga hal ini yang membuat perasaan malu pada TR muncul.

Akhirnya dari itu muncul rasa malu sama temen-temen karena dilihatin satu sekolahan. Mulai dari itu, aku sadar kalo kepribadian aku mulai berubah jadi makin pemalu dan sensitif. Aku juga makin menutup diri dan dendam sama orang tua. (TR, 30 Januari 2023).

Kekerasan dalam rumah tangga yang diterima oleh SG in juga memberikan dampak ekstrem yaitu SG beberapa kali melakukan percobaan bunuh diri dengan melukai dirinya sendiri dan menyakiti makhluk hidup lain.

Jadi di tahun 2019 sih sampe di tahun 2022 percobaan bunuh diri udah banyak sih, udah beberapa kali tapi nggak mati-mati. (SG, 30 Januari 2023).

## Subtema 2: Perubahan Sikap

SG juga menyatakan bahwa ketika masa anak-anaknya ia merupakan anak yang sangat aktif dan mudah bergaul atau berinteraksi dengan orang lain, namun ketika mengalami kekerasan ini SG menjadi sulit untuk mengekspresikan diri atau emosinya kepada orang lain.

Jadi anak yang introvert gitu kaya menarik diri semua lingkungan jadi nggak mau tau apapun dengan yang terjadi. (SG, 30 Januari 2023).

SG juga mengalami perubahan mood yang menyebabkannya melakukan tindakan untuk menyakiti dirinya sendiri dan makhluk hidup lain.

[...] mengalami perubahan mood sampai pada titik aku menyakiti diriku sendiri dan hewan peliharaanku. Sampai saat ini masih trauma dengan kejadian yang terjadi baik dimasa lalu maupun masa sekarang [...] (SG, 13 Maret 2023).

Subjek penelitian kedua yaitu TR ini juga menjadi pribadi yang lebih tertutup, kesulitan dalam berinteraksi dengan orang lain baik dengan teman atau orang tua dan merasa menjadi lebih canggung dan sensitif terhadap hal-hal kecil seperti ia menjadi lebih sensitif dengan perkataan orang lain. TR juga menjadi gelisah ketika bertemu dengan orang lain, sehingga memutuskan untuk mengurangi interaksi dengan tidak ingin bertemu dengan teman-temannya lagi. TR juga mengalami dampak lain yang diakibatkan oleh kekerasan dalam rumah tangga yang dilakukan oleh kedua orang tuanya dimana ia menjadi penakut, mudah panik dan juga sulit dalam membangun hubungan sosial dengan orang lain. hal ini juga dijelaskan oleh TR bahwa dari reaksi tubuhnya ketika berinteraksi dengan orang lain.

Aku kayak secanggung dan se sensitif itu. Aku emosional banget sama hal-hal kecil yang mungkin gaada yg notis sekalipun. Padahal omongan mereka biasa-biasa aja. Terus ga berani juga natap mata mereka pas ngomong, aku keliatan gelisah sendiri. Ujung-ujungnya kayak gamau ketemu lagi [...] (TR, 30 Januari 2023).

## Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kedua subjek menjadi korban kekerasan dalam rumah tangga oleh orang tua akibat gaya pengasuhan dan kurangnya perhatian dan pengetahuan akan bagaimana cara mendidik anaknya seperti yang dijelaskan dalam penelitian yang dilakukan oleh Hidayat, (2020) bahwa banyak dari anak-anak yang menjadi korban kekerasan karena kurangnya kestabilan ekonomi orang tua untuk hidup, lalu karena kedua orang tua mereka juga adalah korban dari perilaku kekerasan di rumah, kemudian karena gaya pengasuhan orang tua mereka seringkali kejam dan kaku dan hal ini pada akhirnya akan menyebabkan anak-anak merasa menjadi sebuah beban atau pelampiasan emosi dari orang tuanya. Dampak yang ditimbulkan diusia dewasa awal akibat kekerasan dalam rumah tangga yang diterima oleh kedua subjek ini juga cenderung memiliki kesamaan menyimpan trauma, kemudian adanya perubahan pada kepribadian dan perbembangan kemampuan dalam berinteraksi di masyarakat saat dewasa.

Ketika mengalami kekerasan dimasa anak-anak memori mereka mampu merekam semua peristiwa yang terjadi baik hal yang positif maupun negatif, semua tindakan kekerasan terhadap seorang anak ini akan tetap tersimpan dalam ingatan bawah sadarnya sampai ia dewasa (Yasir Yunan, 2020). Anak-anak yang menjadi korban atau menjadi saksi kekerasan dalam rumah tangga juga dapat mempengaruhi hubungan atau interaksinya dengan orang lain di masa dewasanya (Mardiyati, 2015). Hal ini sejalan dengan hasil dari penelitian terdahulu yang dilakukan oleh *Tsavoussis et al.*, (2014) juga menjelaskan dimana ketika anak menjadi korban atau menjadi saksi dalam kekerasan rumah tangga akan menimbulkan sebuah perubahan permanen pada kepribadian dan kemampuan mereka berinteraksi dengan efektif di masyarakat sebagai orang dewasa.

Ketika individu menjadi seorang korban dan mendapat kekerasan di masa anak-anaknya hal ini akan mempengaruhi gaya *coping* yang akan dilakukan, seperti yang dikemukakan oleh Maryam, (2017) menunjukkan bahwa korban masa kecil dan kekerasan dimasa anak-anak dapat menyebabkan perkembangan gaya *coping* yang maladaptif yang mungkin berfungsi pada saat itu seperti menghindari perasaan, tetapi hal itu nantinya akan dapat menimbulkan masalah untuk penyesuaian dan mengatasi stres. Berdasarkan dari hasil penelitian subjek penelitian

pertama mengembangkan coping yang maladaptif seperti melukai dirinya sendiri dan juga beberapa kali melakukan percobaan bunuh diri. Subjek penelitian pertama mengalami perubahan kepribadian menjadi pribadi yang lebih tertutup dan sulit berinteraksi dengan orang lain khususnya laki-laki.

Subjek penelitian kedua juga menjadi lebih menutup dirinya, sulit membangun hubungan sosial dengan orang lain dan mengekspresikan dirinya dengan orang lain karena terbiasa tidak diperbolehkan mengeluarkan pendapatnya karena dianggap melawan orang tua. Kedua subjek penelitian juga melakukan strategi *seeking social support* dengan mencari dukungan atau bantuan dari orang lain seperti teman, mencari informasi, bantuan secara nyata atau dukungan emosional. Strategi mencari dukungan sosial ini sangat dibutuhkan oleh individu, dalam penelitian ini kedua subjek penelitian mencari dukungan sosial untuk meminta bantuan baik secara nyata atau secara emosional. Dukungan sosial ini dimaksudkan agar dapat menjadi individu yang mampu mengatasi semua permasalahan hidupnya yang sedang dihadapi. Hal ini bertujuan agar individu dapat mengurangi dampak atau resiko negatif yang dapat mempengaruhi aktivitas keseharian individu (Rismelina, 2020).

Kedua subjek dalam melakukan strategi *coping* ini juga cenderung melakukan tindakan yang sama yaitu pada pemberian penilaian positif terhadap peristiwa yang dialami. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Zafirah & Indriana, (2016) subjek penelitian melakukan strategi *coping* dengan menemukan makna atau hikmah dari pengalaman yang dihadapi. Strategi *coping* yang dilakukan oleh subjek penelitian dalam penelitian ini membuat mereka meyakini pada rencana Tuhan yang lebih baik sehingga memotivasi mereka untuk melakukan banyak upaya mencapai kebahagiaan dan pencapaian hidup serta untuk pulih dari trauma masa lalu dan membawa mereka untuk bertumbuh diri pasca trauma. Kedua subjek dapat menyadari permasalahan yang dihadapi dengan ikhlas dan dapat menerima keadaan yang terjadi dengan menyesuaikan diri.

Subjek pertama cenderung memilih untuk tidak peduli terhadap masalah yang dihadapi dan juga menjaga jarak dari sumber masalahnya yaitu kedua orang tuanya dan menghindari melibatkan dirinya dari lingkungan sekitar dan tidak ingin bersosialisasi dengan orang lain dengan menutup dirinya. Sedangkan pada subjek kedua melakukannya dengan melupakan atau mengalihkan permasalahan yang dihadapi seperti seolah tidak terjadi dan melakukan penghindaran dari sumber masalah dengan tidak bersosialisasi dengan orang lain dan menutup dirinya. Hal ini sejalan dengan hasil dari penelitian terdahulu yang dilakukan oleh *Tsavoussis et al.*, (2014) juga menjelaskan dimana ketika anak menjadi korban atau menjadi saksi dalam kekerasan rumah tangga akan menimbulkan sebuah perubahan permanen pada kepribadian dan kemampuan mereka berinteraksi dengan efektif di masyarakat sebagai orang dewasa.

## **Kesimpulan**

Kesimpulan yang dapat ditarik berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai strategi *coping* pada deasa awal yang mendapat kekerasan dalam rumah tangga di masa anak-anak ini bahwa adanya perbedaan dari latar belakang keluarga kedua subjek penelitian. Berdasarkan dari latar belakang yang berbeda, kedua subjek penelitian ini menerima bentuk kekerasan dalam rumah tangga yang cenderung sama baik kekerasan fisik maupun emosional. Subjek penelitian pertama mendapat kekerasan yang dilakukan oleh ayah dan juga ibu tirinya karena dari latar belakang orang tuanya yang cenderung temperamental dan *toxic*. Sedangkan subjek penelitian kedua mendapat kekerasan dari kedua orang tuanya karena adanya pola asuh dari orang tua yang keras sehingga subjek juga sering kali mendapatkan kekerasan

baik secara fisik maupun emosional. Pada strategi *coping* yang digunakan dan dampak yang ditimbulkan akibat kekerasan dalam rumah tangga ketika di masa anak-anak terhadap kedua subjek penelitian ini juga cenderung sama. Kedua subjek penelitian menggunakan strategi *coping* yang berfokus pada masalah dan juga emosi.

## Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan, hasil penelitian dan juga pembahasan yang telah dijabarkan, maka penulis memberi saran kepada subjek penelitian, seluruh keluarga khususnya orang tua dan juga peneliti selanjutnya. Pertama pada subjek penelitian diharapkan dapat mengerahkan seluruh usaha, kemampuan dan fokusnya untuk terus mengembangkan diri dan menghindarkan diri dari melibatkan melakukan tindakan yang membahayakan baik untuk diri sendiri maupun orang lain. Kedua kepada seluruh keluarga khususnya para orang tua diharapkan dapat menciptakan suasana rukun dan harmonis dalam rumah tangga serta memberikan banyak perhatian dan kasih sayang kepada anaknya, sehingga tindak kekerasan dalam rumah tangga tidak akan terjadi. Terakhir kepada peneliti selanjutnya diharapkan penelitian ini dapat memberikan sebuah insight atau wawasan mengenai strategi *coping* pada kasus kekerasan dalam rumah tangga yang dilakukan oleh dewasa awal.

## Daftar Pustaka

- Alimi, R., & Nurwati, N. (2021). Faktor Penyebab Terjadinya Kekerasan Dalam Rumah Tangga Terhadap Perempuan. *Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat (JPPM)*, 2(2), 20-27. doi: <https://doi.org/10.24198/jppm.v2i1.33434>
- CRESWELL, J. W. (2014). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (4th ed, 254). [https://spada.uns.ac.id/pluginfile.php/510378/mod\\_resource/content/1/creswell.pdf](https://spada.uns.ac.id/pluginfile.php/510378/mod_resource/content/1/creswell.pdf)
- Hidayat, A. (2020). Kekerasan Terhadap Anak dan Perempuan. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 5(2), 22-33. doi: <https://doi.org/10.53627/jam.v8i1.4260>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing Company, Inc
- Mardiyati, I. (2015). Dampak Trauma Kekerasan dalam Rumah Tangga Terhadap Perkembangan Psikis Anak. *Raheema*, 2(1), 29–38. doi: <https://doi.org/10.24260/raheema.v2i1.166>
- Maryam, S. (2017). Strategi Coping. *Jurnal Konseling Andi Matappa*, 1(2), 101-107. doi: <http://dx.doi.org/10.31100/jurkam.v1i2.12>
- Popescu, M. L., Drumm, R., Dewan, S., & Rusu, C. (2010). Childhood victimization and its impact on coping behaviors for victims of intimate partner violence. *Journal of Family Violence*, 25, 575–585. doi: <https://doi.org/10.1007/s10896-010-9317-5>
- Ramadhan, A. (2020, Juni 19). WHO: Sekitar 1 miliar anak di dunia alami kekerasan setiap tahunnya. Retrieved from <https://gorontalo.antaranews.com/berita/119560/who-sekitar-1-miliar-anak-di-dunia-alami-kekerasan-setiap-tahunnya>

- Rismelina, D. (2020). Pengaruh Strategi Koping dan Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi Pada Mahasiswi Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 8(2), 351-364. doi: <http://dx.doi.org/10.30872/psikoborneo.v8i2.4902>
- Tsavoussis, A., Stawicki, S. P. A., Stoicea, N., & Papadimos, T. J. (2014). Child-witnessed domestic violence and its adverse effects on brain development: A call for societal self-examination and awareness. *Frontiers in Public Health*, 2(OCT), 1–5. doi: <https://doi.org/10.3389/fpubh.2014.00178>
- Yasir Yunan, Z. (2020). Strategi Coping Anak Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga. *EMPATI: Jurnal Ilmu Kesejahteraan Sosial*, 7(2), 157–177. doi: <https://doi.org/10.15408/empati.v7i2.11452>
- Zafirah, S. B., & Indriana, Y. (2016). Strategi Koping Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) (Interpretative Phenomenological Analysis). *Jurnal Empati*, 5(2), 229–235. doi: <https://doi.org/10.14710/empati.2016.15048>