

Hubungan antara *Self Esteem* dengan Pengalaman Kekerasan dalam Berpacaran pada Mahasiswi Fakultas X Universitas Y

Renggita Nadiya Haibah¹, Ratna Supradewi²

¹ Mahasiswa, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Sultan Agung

² Dosen, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Sultan Agung

Corresponding Author:

Email: supradewi@unissula.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara self esteem dan pengalaman kekerasan dalam berpacaran pada mahasiswi Fakultas X Universitas Y. Pada penelitian ini menggunakan metode pendekatan kuantitatif dengan jumlah sampel sebanyak 119 mahasiswi yang dipilih melalui Purposive Sampling. Subjek penelitian yaitu mahasiswi yang sedang berpacaran minimal 3 bulan di Fakultas X Universitas Y, pengumpulan data menggunakan 2 skala yaitu skala self esteem yang terdiri dari 29 aitem dengan reliabilitas 0,943 dan skala pengalaman kekerasan dalam berpacaran terdiri dari 33 aitem dengan reliabilitas 0,933. Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa kedua variabel tidak berdistribusi normal dengan nilai signifikan < 0,05. Kemudian, analisis data pada penelitian ini menggunakan analisis Spearman's Rho untuk menguji hubungan antara self esteem dan pengalaman kekerasan dalam berpacaran sehingga memperoleh hasil $r_{xy} = -0,698$ dengan tingkat signifikan 0,000 ($p < 0,05$) maka terdapat hubungan negatif antara self esteem dan Pengalaman kekerasan dalam berpacaran dalam hal ini hipotesis pada penelitian ini diterima.

Kata Kunci: Self esteem, Pengalaman kekerasan dalam berpacaran

Abstract

This study aims to determine the relationship between self-esteem and experiences of dating violence in female students of Faculty X, University Y. This study used a quantitative approach method with a sample size of 119 female students selected through Purposive Sampling. The subjects of the study were female students who were dating for at least 3 months at Faculty X, University Y, data collection using 2 scales, namely the self-esteem scale consisting of 29 items with a reliability of 0.943 and the dating violence experience scale consisting of 33 items with a reliability of 0.933. The results of the normality test showed that both variables were not normally distributed with a significant value of <0.05. Then, the data analysis in this study used Spearman's Rho analysis to test the relationship between self-esteem and experiences of dating violence so that the results obtained $r_{xy} = -0.698$ with a significant level of 0.000 ($p < 0.05$) then there is a negative relationship between self-esteem and experiences of dating violence in this case the hypothesis in this study is accepted.

Keywords: Self-esteem, Experience of violence in dating

1. PENDAHULUAN

Masa dewasa awal yaitu masa peralihan dari masa remaja menuju masa dewasa. Hurlock menjelaskan bahwa dewasa awal adalah masa adaptasi suatu individu pada pola hidup baru serta harapan sosial baru. Di masa ini seseorang akan berubah untuk menentukan tujuan hidupnya sendiri. Secara umum, rentang usia dewasa awal dalam kisaran 18 tahun sampai dengan 25 tahun yang dimana pada fase ini sangatlah pentng bagi seorang individu untuk mencari identitas dirinya sedikit demi sedikit (Paputungan, 2023). Kemudian, pada masa ini biasanya suatu individu akan berpikir mengenai tujuan hidup serta masa depan yang realistik seperti memulai hubungan berpacaran dengan lawan jenis. Pacaran menjadi satu dari beberapa bentuk relasi sosial yang umumnya ditemukan di kalangan mahasiswa dan sering dianggap sebagai ajang saling mengenal antara pria dan wanita sebelum melangkah ke jenjang yang lebih serius. Berpacaran ini bisa menjadi pengalaman yang menyenangkan dan juga bisa menjadi tantangan bagi kedua yang menjalannya karena hubungan pacaran yang baik terjadi ketika pasangan dapat membantu satu sama lain untuk melakukan kerjasama, menghargai perbedaan pendapat, serta bertanggung jawab. Namun, tidak semua hubungan pacaran berjalan dengan baik hal ini juga dapat menyebabkan terjadinya tindakan kekerasan yang dilakukan dalam hubungan berpacaran.

Banyak terjadi fenomena kekerasan dalam berpacaran yang mencakup kekerasan fisik, verbal, emosional, hingga seksual. Kekerasan secara fisik yaitu berupa tindakan yang menyebabkan rasa sakit pada korban seperti memukul, menampar, mencekik, menjambak dan masih banyak lagi. Kekerasan secara verbal yaitu tindakan yang dilakukan berupa mengontrol korban secara berlebihan dalam pergaulan pertemanan hingga keluarga hal ini bertujuan agar dapat menguasai penuh pasangannya. Kekerasan seksual tindakan yang dilakukan berupa pemaksaan melakukan untuk berhubungan seksual tanpa ada persetujuan dari pasangannya (Wahyuni dkk. 2020). Dalam hal ini kekerasan dalam berpacaran merupakan suatu tindakan yang dilakukan untuk melukai pasangan, tindakan bisa berupa memukul secara fisik dan mengumpat secara verbal pada pasangannya yang menyebabkan korban mengalami gangguan pada fisik dan psikisnya.

Kekerasan dalam berpacaran merupakan masalah sosial yang terus meningkat dan merugikan bagi seseorang yang mengalaminya. Kekerasan ini tidak hanya terjadi dalam relasi yang jauh, tetapi justru sering terjadi di lingkungan terdekat. Salah satunya dialami oleh mahasiswa ketika pasangannya dengan sadar melakukan tindakan yang menyakitinya. Penelitian dari Wahyuni dkk. (2020) di antara beberapa faktor yang mempengaruhi perempuan seringkali menjadi korban kekerasan dalam pacaran adalah adanya budaya patriarki yang membuat stereotip bahwa perempuan lebih lemah dibanding dengan laki-laki yang menjadikan hal wajar jika laki-laki lebih memiliki otoritas terhadap perempuan. Perilaku ini seringkali tidak terungkap karena masyarakat menganggap kekerasan dalam berpacaran ini merupakan masalah yang biasa. Banyak orang, baik korban maupun orang di sekitarnya, cenderung menormalisasikan tindakan kekerasan tersebut dikarenakan kurangnya pemahaman terkait bentuk dari kekerasan tersebut. Kebanyakan masyarakat menganggap bahwa kekerasan itu hanya sebatas kekerasan fisik saja sehingga kekerasan verbal serta emosional sering tidak dikenali sebagai bentuk kekerasan.

Menurut CATAHU Komnas Perempuan di indonesia mendapatkan data pada tahun 2024 jumlah kasus kekerasan dalam pacaran menjadi kasus terbanyak kedua yang terjadi

yaitu sebanyak 5.341 kasus pengaduan yang disampaikan oleh komnas perempuan. Maka dapat diketahui dari data yang disebutkan tersebut bahwa kasus kekerasan dalam pacaran pada perempuan masih banyak terjadi di indonesia (Fahira, 2025).

Kasus kekerasan seperti ini dapat ditemukan di manapun dan siapapun bisa melakukan hal tersebut. Namun, kebanyakan dari korban tidak merasa bahwa dirinya mengalami kekerasan berpacaran tersebut hal ini dikarenakan adanya tindakan manipulasi yang dilakukan oleh pelaku sehingga korban menganggap hal tersebut biasa terjadi antara hubungan orang yang sedang berpacaran. Padahal kekerasan dalam berpacaran ini memiliki dampak yang sangat besar bagi korban yang mengalaminya yaitu dapat mempengaruhi kondisi kesehatan seseorang terutama bagi kesehatan mentalnya yaitu dapat mengalami kecemasan, trauma, hingga percobaan untuk bunuh diri.

Terdapat beberapa faktor perempuan memilih untuk bertahan menurut Barnett (Maharani & Valentina, 2023) yaitu pertama faktor penghambat eksternal yang bersumber dari luar yakni lingkungan seperti dukungan orang terdekat, adanya pengalaman kekerasan dari keluarga, dan masalah keuangan. Kedua, faktor penghambat internal yang berasal dari diri korban sendiri seperti pengaruh lingkungan sosial, rendahnya *self esteem*, dan sifat dari korban. Seseorang dengan terdapat *self esteem* tinggi akan menganggap dirinya berharga dan lebih menghindari hubungan yang tidak baik. Coopersmith (Kamila & Halimah, 2020) menjelaskan bahwa *self esteem* adalah penilaian yang dilakukan seseorang, terutama kebiasaan menilai dirinya dari segi tindakan menerima dan menolak, yang dimana seseorang mengakui kemampuannya, keberhasilannya, keberhagaannya, dan keberartiannya. Pada tahap dewasa awal biasanya mulai memiliki berbagai permasalahan yang ada, tetapi hal tersebut tidak menyebabkan *self esteem* seseorang tiba-tiba menurun. Seseorang dalam *self esteem* rendah mereka notabene akan menutup dirinya dan merasa dirinya negatif. Menurunnya *self esteem* dapat dipengaruhi dari pengalaman masa lalu seseorang yang tidak terlupakan dan pengalaman yang negatif seperti kekerasan, kegagalan, dan diabaikan akan menyebabkan *self esteem* menurun. Sebaliknya apabila seseorang yang memiliki *self esteem* tinggi cenderung memiliki pandangan yang positif bagi dirinya, tidak mudah terpengaruh, lebih percaya diri, dan akan menjauhi hubungan yang dapat berpotensi menyakiti.

Setiap individu memiliki kebutuhan *self esteem* secara bergaam hal tersebut mampu diamati berdasarkan faktor yang mempengaruhi *self esteem* tersebut. Sejumlah aspek yang menimbulkan pengaruh pada *self esteem* diantaranya jenis kelamin, kecerdasan, keadaan fisik, lingkungan keluarga serta sosial (Bernadine & Astuti, 2024). *Self esteem* sangatlah penting bagi seseorang karena berfungsi sebagai penilaian terhadap diri individu secara keseluruhan. Kepuasan *self esteem* akan menimbulkan perasaan yang positif serta sikap percaya diri, kekuatan, kapasitas, serta rasa berguna untuk dirinya sendiri maupun orang lain. Sementara, ketika kebutuhan *self esteem* tidak terpenuhi atau terdapat hambatan dalam memenuhinya akan mengakibatkan timbul perasaan dan sikap rendah diri, merasa lemah, serta tidak berdaya. Hal ini dapat berpengaruh pada perilaku seseorang dalam melakukan interaksi dengan lingkungannya serta mempengaruhi cara mengekspresikan diri pada seseorang.

Pada hubungan berpacaran diharapkan untuk dapat mengenal kepribadian pasangan baik itu kelebihan maupun kekurangan satu sama lain hal ini dapat menjadi bahan pertimbangan untuk kejenjang paling serius yakni pernikahan. Akan tetapi, tidak setiap orang dapat memanfaatkan masa-masa pacaran dengan baik karena sering kali menjadi

korban dari kekerasan tersebut. Penelitian yang dilakukan Salsabila dkk., (2019) dengan judul “Pengalaman Remaja Perempuan Menjalani kekerasan dalam Pacaran” menjelaskan terkait pengalaman remaja yang pernah dirasakan dengan tindakan yang dilakukan berupa kekerasan secara verbal, fisik, seksual, ekonomi, dan pembatasan aktivitas dalam menjalani hubungan. Kemudian pada awal hubungan pasangannya juga menunjukkan perilaku yang baik dan romantis. Namun, setelah hubungan memasuki usia 3 bulan hingga 1 tahun, korban mulai merasakan ketegangan akibat konflik yang muncul, ditandai dengan perubahan sikap pasangan yang menjadi agresif dan emosional. Hal ini kemudian menyebabkan korban mengalami kekerasan dalam pacaran, yang memberikan dampak buruk bagi korban baik secara fisik maupun psikologisnya. Meskipun begitu, korban cenderung memaklumi perilaku tersebut dan lebih memilih untuk memafikan pasangannya. Dalam hasil yang diberikan bahwa alasan subjek memilih untuk tetap bertahan di dalam hubungan kekerasan yaitu adanya perasaan terikat oleh cinta yang tertanam sejak awal menjalani pacaran yang telah disepakati oleh kedua belah pihak sehingga merasa kesulitan untuk mengakhiri hubungan tersebut.

Terkait dengan hal ini *self esteem* berperan penting dalam menentukan apakah seseorang berisiko mengalami kekerasan dalam berpacaran. Penelitian yang dilakukan Jankowiak dkk., (2021) menunjukkan bahwasanya seseorang dengan terdapat *self esteem* tinggi cenderung sedikit pengalaman kekerasan dalam pacaran yang dirasakannya. Sebaliknya seseorang dengan *self esteem* rendah notabene banyak mengalami kekerasan dalam pacaran. Dalam hal ini mereka akan lebih mudah dikendalikan dan dimanipulasi oleh pasangannya, sementara seseorang dalam *self esteem* tinggi cenderung memilih meninggalkan hubungan yang berpotensi menyakitinya. Individu yang pernah mengalami kekerasan ini sering merasa disalahkan dan kurang mendapatkan dukungan dari orang disekitarnya, sehingga menimbulkan perasaan bersalah, tidak nyaman, dan kekhawatiran bahwa masa lalunya akan membuatnya sulit untuk diterima oleh orang lain.

Beberapa penelitian mengenai kekerasan dalam berpacaran sudah pernah diteliti atau dilakukan penelitian oleh peneliti sebelumnya. Ghaisani & Indrijati (2024) melakukan riset mengenai “Hubungan harga diri dan resiliensi pada remaja perempuan korban kekerasan dalam pacaran” menyatakan bahwa sebanyak 83 partisipan remaja perempuan dengan kategori skor sekitar 54,2% memiliki resiliensi rendah dan untuk skor harga diri sekitar 67,5% memiliki harga diri yang rendah. Hal ini mengindikasikan bahwasanya sebagian perempuan korban kekerasan dalam pacaran pada riset ini mempunyai harga diri dan resiliensi yang rendah. Maka, terdapat hubungan positif diantara harga diri dengan resiliensi untuk remaja perempuan korban kekerasan dalam pacaran yang artinya semakin tingginya harga diri maka semakin tinggi resiliensi pada remaja wanita korban kekerasan dalam pacaran, dan sebaliknya.

Riset dari Dewi & Hartini (2021) dengan judul “Hubungan antara harga diri dengan penerimaan kekerasan dalam pacaran pada perempuan dewasa muda” mendapatkan hasil bahwa variabel harga diri dengan kategori tingkat rendah akan tetapi pada variabel penerimaan kekerasan dalam pacaran dengan kategori tingkat tinggi. Maka, adanya hubungan negatif antara harga diri dengan penerimaan kekerasan dalam pacaran sehingga semakin tingginya penerimaan kekerasan yang dialami maka semakin turun harga diri. Riset dari Kamila & Halimah (2020) melakukan penelitian mengenai “Hubungan *self esteem* dengan kekerasan dalam pacaran pada korban remaja putri di SMA Pasundan 7 Bandung” bahwasanya ditemukan relasi negatif antara kedua variabel yang dapat

diartikan mengenai semakin rendah *self esteem* sehingga untuk kekerasan dalam pacaran akan semakin tinggi.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasi untuk mengkaji hubungan antara *self esteem* dan pengalaman kekerasan dalam berpacaran pada mahasiswi. Populasi dalam penelitian yaitu 252 mahasiswi di Fakultas X Universitas Y, dari populasi tersebut sebanyak 119 mahasiswi dipilih menjadi sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *Purposive Sampling* dengan kriteria mahasiswi perempuan yang sedang berpacaran minimal 3 bulan di fakultas X Universitas Y. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini berupa skala psikologi yaitu skala *self esteem* yang terdiri dari 32 aitem dan skala kekerasan dalam berpacaran terdiri 36 aitem yang telah diuji validitas dan reliabilitasnya dengan hasil *Alpha Cronbach Pearson* sebesar 0,943 untuk *self esteem* dan 0,933 untuk pengalaman kekerasan dalam berpacaran yang menunjukkan bahwa kedua instrumen memiliki tingkat reliabilitas tinggi.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner yang berisi skala psikologi dengan jawaban berbentuk pilihan ganda, pada skala *self esteem* terdapat empat pilihan jawaban yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Pada skala pengalaman kekerasan dalam berpacaran terdapat empat pilihan jawaban yaitu Sangat Sering (SS), Sering (S), Kadang-kadang (KD), dan Hampir Tidak Pernah (HTP). Pada skala penelitian ini terdiri dari aitem favorable dan unfavorable sesuai dengan konsep Azwar (2012). Analisis data pada penelitian ini menggunakan korelasi *Spearmans Rho* dan uji normalitas dengan program SPSS versi 27. Analisis ini memiliki tujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara *self esteem* dan pengalaman kekerasan dalam berpacaran.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

1. Uji Asumsi

Uji asumsi merupakan langkah pertama dalam melakukan analisis statistik untuk memastikan bahwa data memenuhi syarat tertentu, uji asumsi dilakukan dengan melalui uji normalitas dan uji linieritas.

a) Uji Normalitas

Uji ini memiliki tujuan dalam rangka mengidentifikasi apakah data yang didapatkan berdistribusikan secara normal. Penelitian ini memanfaatkan metode *One Sample Kolmogorov-Smirnov* dengan kriteria yang dipergunakan adalah jika nilai significance $p > 0,05$ sehingga dianggap berdistribusikan secara normal sedangkan, $p < 0,05$ sehingga dianggap berdistribusi tidak normal. Di bawah ini uji normalitas penelitian:

Tabel 1. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Mean	SD	KS-Z	Sig	P	Keterangan
Kekerasan dalam Berpacaran	54,41	18,739	0,210	0,001	<0,05	Tidak Normal
Self esteem	89,70	14,995	0,092	0,014	<0,05	Tidak Normal

Dari hasil uji normalitas diketahui bahwasanya variabel *self esteem* mendapatkan nilai *One Sample Kolmogorov-Smirnov* sebesar 0,092 dengan

$p=0,014 (<0,05)$ hal ini berarti sebaran datanya tidaklah normal. Sedangkan pada variabel Kekerasan dalam berpacaran mendapatkan nilai *One Sample Kolmogorov-Smirnov* sejumlah 0,210 dengan $p=0,001 (<0,05)$ hal ini artinya sebaran datanya tidaklah normal. Meskipun data mentah tidak berdistribusi normal, peneliti melakukan uji analisis Non-parametrik *Spearman's Rho*.

b) Uji Linieritas

Uji linieritas merupakan prosedur statistik yang dilakukan untuk mengidentifikasi apakah relasi antara variabel tidak terikat dan variabel tergantung berwujud linier atau tidak. Pada penelitian ini uji linieritas memanfaatkan software SPSS versi 27 for windows. Berdasarkan hasil uji linieritas antara variabel *self esteem* dengan variabel pengalaman kekerasan dalam berpacaran diperoleh F_{linier} sebesar 221,71 dengan tingkat significance $p = 0,000 (p < 0,05)$. Maka, kesimpulannya adalah ditemukan relasi antara *self esteem* dengan kekerasan dalam berpacaran.

c) Uji Hipotesis

Pada studi ini pengujian hipotesis dilaksanakan melalui teknik korelasi *Spearman's Rho*. Berdasarkan hasil pengujian hipotesis bahwasanya adanya hubungan negatif antara *self esteem* dengan Pengalaman Kekerasan dalam Berpacaran, dengan skor yang didapatkan $r_{xy} = -0,698$ dengan tingkat signifikan 0,000 ($p < 0,05$) sehingga hipotesis yang diajukan oleh peneliti mampu diterima.

2. Deskripsi Tabel

Deskripsi variabel merupakan gambaran mengenai data yang didapatkan dari responden peneitian berdasarkan variabel yang di ukur. Kategorisasi dilakukan dengan menggunakan distribusi normal dengan pembagian responden berdasarkan tingkat skor dari masing-masing variabel.

Tabel 3. Deskripsi Skor Skala *Self esteem*

	Empirik	Hipotetik
Skor Minimal	46	29
Skor Maksimal	116	116
Mean (M)	89,70	72,5
Standar Deviasi (SD)	14,995	14,5

Tabel 4. Deskripsi Skor Pengalaman Kekerasan dalam Berpacaran

	Empirik	Hipotetik
Skor Minimal	33	33
Skor Maksimal	124	132
Mean (M)	54,41	82,5
Standar Deviasi (SD)	18,739	16,5

Berdasarkan tabel diatas maka dapat disimpulkan bahwa rata-rata empirik *self esteem* yaitu 89,70 dan rata-rata empirik pengalaman kekerasan dalam berpacaran yaitu 54,41. Maka hal ini termasuk dalam kategori rendah dan sedang.

B. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self esteem* dengan pengalaman kekerasan dalam berpacaran pada mahasiswi di Fakultas X Universitas Y. Berdasarkan hasil analisis statistik, ditemukan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kedua variabel tersebut, dengan nilai koefisien korelasi *Spearman's* sebesar $r_{xy} = -0,698$ dengan memperoleh signifikansi 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa semakin rendah tingkat *self esteem* (harga diri) pada diri seseorang maka semakin besar kemungkinan seseorang akan mengalami kekerasan dalam berpacaran. Sebaliknya, seseorang dengan *self esteem* yang tinggi cenderung memiliki risiko lebih sedikit untuk mengalami kekerasan dalam berpacaran.

Temuan ini sejalan dengan teori *self esteem* yang dikemukakan oleh Coopersmith (Zahra & Yanuvianti, 2017) yang menyatakan bahwa individu dengan *self esteem* tinggi cenderung merasa dirinya berharga, mampu menetapkan batasan, dan tidak mudah dikendalikan oleh orang lain termasuk pasangannya yang merugikan secara emosional, verbal, maupun fisik. Seseorang dengan *self esteem* tinggi juga cenderung memiliki kepercayaan diri yang baik, dapat menyuarakan pendapat, dan mampu menetapkan batasan yang sehat dalam hubungan, sehingga lebih mampu menolak atau menghindari perilaku kekerasan dari pasangannya. Hal ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan Jankowiak dkk. (2021) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif antara *self esteem* dengan kekerasan dalam pacaran dimana semakin tinggi *self esteem* maka semakin kecil kemungkinan individu mengalami atau menerima kekerasan dalam hubungan pacaran.

Berdasarkan hasil analisis deskriptif, diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat *self esteem* yang tinggi dan pengalaman kekerasan dalam berpacaran yang sangat rendah. Skor rata-rata *self esteem* berada pada kategori tinggi ($M=89,70$), sedangkan skor rata-rata pengalaman kekerasan dalam berpacaran berada pada kategori sangat rendah ($M=54,41$). Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswi dalam penelitian ini memiliki kemampuan yang baik dalam mengenali diri, menolak, dan menghindari hubungan yang berpotensi menyakiti dirinya. Jika dilihat dari aspek-aspek kekerasan dalam berpacaran seperti kekerasan fisik, kekerasan emosional, dan kekerasan seksual, hampir semua bentuk kekerasan ini tidak ditemukan secara signifikan pada responden.

Kemudian, hal ini juga dapat dikaitkan dengan aspek-aspek *self esteem* menurut Coopersmith (Zahra & Yanuvianti, 2017) yaitu kekuasaan, keberartian, kemampuan, dan kebijakan. Seseorang yang memiliki aspek kekuasaan yang baik cenderung mampu mengontrol dirinya serta situasi di sekitarnya sehingga tidak mudah untuk dikendalikan. Aspek keberartian mencerminkan bagaimana seseorang merasa dihargai dan layak dicintai, sehingga tidak membiarkan dirinya diperlakukan dengan buruk oleh pacarnya. Aspek kemampuan bagaimana kepercayaan diri yang dimiliki seseorang untuk mengambil keputusan dan bertindak termasuk menolak perlakuan kasar dari pacarnya. Kemudian, aspek kebijakan berkaitan dengan penilaian moral terhadap dirinya sendiri, sehingga seseorang merasa dirinya berharga secara etis dan tidak akan membiarkan dirinya diperlakukan dengan tidak pantas.

Hasil ini juga dapat dijelaskan dengan menggunakan teori cinta oleh Sternberg (Laksono, 2022) menjelaskan bahwa hubungan cinta yang sehat terbentuk dari tiga komponen yaitu *intimacy* (keintiman), *passion* (gairah), dan *commitment* (komitmen) ketiga komponen tersebut menjadi bagian terpenting dalam menciptakan hubungan cinta

yang ideal dan mapan. Seseorang dengan *self esteem* tinggi cenderung membentuk hubungan yang sehat, dimana terdapat keseimbangan antara ketiga komponen tersebut, serta hubungan dijalani atas dasar saling menghargai, mendukung, dan tidak saling mengendalikan. Karakteristik hubungan seperti ini dapat menjauhkan seseorang dari risiko kekerasan dalam berpacaran.

Namun, dalam hal ini kekerasan dalam berpacaran tidak hanya dipengaruhi oleh *self esteem* saja, melainkan juga mampu dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti faktor eksternal dan faktor internal. Faktor eksternal adanya pengaruh dari lingkungan tempat tinggal, pengaruh dari lingkungan terjadinya kekerasan, dan adanya budaya patriaki. Sementara itu, faktor internal meliputi ketergantungan emosional terhadap pasangan, adanya pengaruh dari dorongan seksual, serta kepribadian seperti rendahnya kemampuan asertif atau kontrol diri. Oleh karena itu, penting untuk memahami bahwa kekerasan dalam berpacaran adalah masalah yang rumit dan melibatkan banyak faktor yang saling berkaitan.

Maka dari penjelasan diatas menunjukkan bahwa tidak terdapat korban kekerasan dalam berpacaran secara signifikan di antara para mahasiswa di Fakultas X Universitas Y. Sebagian besar responden pada penelitian ini memiliki tingkat *self esteem* yang tinggi dan hanya sedikit yang mengalami kekerasan dalam berpacaran. Hal ini menunjukkan bahwa para mahasiswa tersebut memiliki kondisi psikologis yang baik, sehingga mampu membangun hubungan yang sehat dan mampu melindungi diri dari potensi kekerasan dalam hubungan berpacaran.

4. KESIMPULAN

Penelitian ini mengindikasikan bahwasanya adanya hubungan negatif yang signifikan antara *self esteem* dengan pengalaman kekerasan dalam berpacaran pada mahasiswa Fakultas X Universitas Y. Dalam hal ini, semakin rendah tingkat *self esteem* seseorang mahasiswa maka semakin tinggi seseorang mengalami kekerasan dalam berpacaran. Sedangkan, seseorang dengan *self esteem* tinggi cenderung akan mengalami kekerasan dalam berpacaran lebih rendah. Dalam hal ini bahwa hipotesis yang diajukan dapat diterima. Berdasarkan temuan ini, diharapkan kepada perempuan untuk lebih meningkatkan kesadaran diri akan pentingnya *self esteem* (Harga diri) yang dapat dilakukan dengan cara mengetahui nilai-nilai positif pada diri kita sendiri dan memiliki rasa kepercayaan diri agar mampu dalam melakukan sesuatu. Kemudian, diharapkan untuk mengenali ciri-ciri hubungan yang sehat serta bentuk kekerasan dalam berpacaran baik itu bersifat fisik maupun non-fisik. Peneliti berikutnya disarankan untuk melakukan penelitian mengenai faktor lain yang mungkin dapat memberikan pengaruh pada kekerasan dalam berpacaran, seperti pola asuh orang tua, pengalaman di masa lalu, atau lingkungan sosial. Pada peneliti selanjutnya juga diharapkan untuk memperhatikan sasaran subjek penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

Bernadine, J., & Astuti, N. W. (2024). Hubungan antara school well-being dan self-esteem dalam keberhasilan nilai belajar siswa. *JLEB: Journal of Law, Education and Business*, 2(1), 648–659. <https://doi.org/10.57235/jleb.v2i1.1955>

Dewi, M., & Hartini, N. (2021). *Hubungan antara harga diri dengan penerimaan kekerasan dalam pacaran pada perempuan dewasa muda*. 1(1), 947–955.

Fahira, A. (2025). *CATAHU 2024: 445.502 Kasus Kekerasan terhadap Perempuan, Naik Hampir 10%!* 10 March 2025. <https://bincangperempuan.com/catahu-2024-445-502-kasus-kekerasan-terhadap-perempuan-naik-hampir-10/>

Ghaisani, F. N., & Indrijati, H. (2024). Hubungan Harga Diri dan Resiliensi pada Remaja Perempuan Korban Kekerasan dalam Pacaran. *Artikel Penelitian Pada Fakultas Psikologi Universitas Airlangga*.

Jankowiak, B., Jaskulska, S., Sanz-Barbero, B., Waszyńska, K., De Claire, K., Bowes, N., Silva, E., Neves, S., Albaladejo-Blázquez, N., Pyżalski, J., Chmura-Rutkowska, I., & Vives-Cases, C. (2021). Will i like myself if you hurt me? Experiences of violence and adolescents' self-esteem. *Sustainability*, 13, 1–16. <https://doi.org/10.3390/su132111620>

Kamila, F. M., & Halimah, L. (2020). Hubungan Self Esteem dengan Kekerasan dalam Pacaran pada Korban Remaja Putri di SMA Pasundan 7 Bandung. *Prosiding Psikologi*, 6(2), 1–5. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.29313/.v6i2.22410>

Laksono, A. T. (2022). Memahami hakikat cinta pada hubungan manusia: berdasarkan perbandingan sudut pandang filsafat cinta dan psikologi robert Sternberg. *Jaqfi: Jurnal Aqidah Dan Filsafat Islam*, 7(1), 104–116. <https://doi.org/10.15575/jaqfi.v7i1.17332>

Maharani, S. V., & Valentina, T. D. (2023). Factors influencing early adult women's decisions to stay in abusive dating relationships: literature review. *Humanitas*, 7(3), 369–388.

Paputungan, F. (2023). Karakteristik perkembangan masa dewasa awal developmental characteristics of early adulthood. *Journal of Education and Culture (JEaC)*, 3(1), 2986–1012.

Salsabila, Z. A., Santoso, H. P., & Hasfi, N. (2022). Pengalaman remaja perempuan menjalani kekerasan dalam pacaran. *Interaksi Online*, 11(1), 547–564.

Wahyuni, D. S., Komariah, S., & Sartika, R. (2020). Analisis faktor penyebab kekerasan dalam hubungan pacaran pada mahasiswa Universitas Pendidikan Indonesia. *Sosietas Jurnal Pendidikan Sosiologi*, 10(2), 923–928.

Zahra, G. P., & Yanuvianti, M. (2017). Hubungan antara kekerasan dalam berpacaran (Dating Violence) dengan self esteem pada wanita korban KDP di kota Bandung. *Prosiding Psikologi*, 3(2), 303–309.