



Analisis Keterkaitan Antara Aktualisasi Diri dan Kecemasan pada Perempuan Dewasa Awal Korban KDRT di Masa Kecil

Fadhilah Umaira Alfahis¹, Naomi Soetikno²

^{1,2} Universitas Tarumanagara, Jakarta

ABSTRAK: Kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) merupakan salah satu jenis kekerasan yang paling banyak terjadi. Tidak hanya orang dewasa, anak-anak juga berpotensi menjadi korban KDRT. Mengalami ataupun menyaksikan peristiwa KDRT di masa kecil tentunya akan memberikan dampak psikologis jangka pendek maupun jangka panjang. Salah satunya dampak jangka panjangnya yaitu menjadi pribadi yang pencemas ketika dewasa. Seiring bertumbuh dewasa, individu perlu memenuhi kebutuhan tertentu untuk mencapai aktualisasi diri. Salah satunya adalah kebutuhan akan rasa aman. Jika seorang individu pada usia dewasa mudah cemas, kemungkinan besar rasa amannya terancam. Sehingga kecemasan diprediksi memiliki hubungan dengan aktualisasi diri seseorang. Penelitian ini bertujuan untuk menginvestigasi hubungan antara aktualisasi diri dan tingkat kecemasan pada perempuan dewasa awal korban KDRT di masa kecil. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif. Hasil dari penelitian ini adalah terdapat hubungan negatif antara aktualisasi diri dan kecemasan pada perempuan dewasa awal korban KDRT di masa kecil.

Kata Kunci: Aktualisasi Diri; KDRT; Kecemasan.

ABSTRACT: Domestic violence (DV) is one of the most prevalent forms of violence. It not only affects adults but also puts children at risk of becoming victims of DV. Experiencing or witnessing DV in childhood can cause short-term and long-term psychological impacts. One of the long-term effects is the development of an anxious personality in adulthood. As individuals grow, they need to fulfill specific needs to achieve self-actualization, including safety needs. If an individual easily experiences anxiety in adulthood, it is likely that their sense of security is threatened. Thus, anxiety is predicted to be related to self-actualization. This quantitative research aims to investigate the relationship between self-actualization and anxiety levels in early adult women who were victims of DV in childhood. The findings indicate a negative correlation between self-actualization and anxiety in early adult women who experienced DV in childhood.

Keywords: Anxiety, Domestic Violence, Self-Actualization

A. PENDAHULUAN

Kekerasan merupakan fenomena kompleks yang bertentangan dengan nilai kemanusiaan dan hak asasi manusia. Kekerasan ini bisa terjadi dalam berbagai konteks, termasuk di ranah pribadi, ranah publik, antarindividu, bahkan antarnegara. Salah satu bentuk kekerasan yang sering terjadi yaitu kekerasan dalam rumah tangga atau yang sering disebut dengan KDRT. Berdasarkan Pasal 1 UU No. 23 Tahun 2004 tentang Penghapusan Kekerasan dalam Rumah Tangga (UU-PKDRT), definisi KDRT adalah setiap perbuatan terhadap seseorang terutama perempuan, yang berakibat timbulnya kesengsaraan atau penderitaan secara fisik, seksual, psikologis, dan/atau penelantaran rumah tangga termasuk ancaman

untuk melakukan perbuatan, pemaksaan, atau perampasan kemerdekaan secara melawan hukum dalam lingkup rumah tangga. KDRT yang juga dikenal dengan istilah kekerasan domestik ini, bukan hanya mencakup hubungan antara suami dan istri, namun juga mencakup pihak manapun yang berada di dalam rumah tangga, termasuk anak (Santoso, 2019).

Kasus kekerasan kerap terjadi dalam masyarakat di Indonesia. Data dari Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak menunjukkan bahwa kasus kekerasan yang tercatat mencapai sebanyak 15.330 kasus, dengan jumlah korban berjenis kelamin perempuan sebanyak 13.656 korban (SIMFONI-PPA, 2023). Jika dilihat dari usia, data kasus kekerasan dari Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak menunjukkan bahwa korban yang paling banyak ditemukan adalah remaja dan anak-anak (SIMFONI-PPA, 2023). Jumlah korban remaja berusia 13-17 tahun adalah sebanyak 5.835 korban, kemudian korban yang merupakan anak usia 0-12 tahun berjumlah 4574 korban. Kemudian, tercatat bahwa kasus kekerasan dalam rumah tangga merupakan jenis kasus kekerasan tertinggi tahun 2023 berdasarkan tempat kejadian, yaitu mencapai 9.147 kasus (SIMFONI-PPA, 2023). Data-data tersebut menunjukkan bahwa fenomena KDRT masih banyak terjadi di masyarakat Indonesia, khususnya pada anak dan perempuan. Menurut Wardhani (2021), ada 4 jenis kekerasan yang terjadi dalam rumah tangga yaitu kekerasan fisik, kekerasan psikologis, kekerasan ekonomi dan kekerasan seksual.

Menurut Inu Wicaksono, korban KDRT dapat mencakup pasangan suami istri, anak-anak, anggota keluarga lain maupun pihak manapun yang tinggal serumah (Siregar et al., 2023). Dodaj (2020) mengemukakan bahwa anak yang menyaksikan terjadinya KDRT juga merupakan korban dari kekerasan dalam rumah tangga. Ia menambahkan, bahwa kehadiran anak dalam situasi KDRT dapat menimbulkan dampak negatif bagi perkembangan kognitif, fisik, psikologis dan perilaku anak, sehingga hal ini dapat dikategorikan sebagai salah satu bentuk kekerasan yang serius. *Istanbul Convention* sebagai dewan perwakilan di Eropa yang menangani isu kekerasan pada perempuan dan KDRT, juga mengakui bahwa orang yang menyaksikan atau terpapar KDRT juga merupakan korban, dikarenakan hal ini tergolong sebagai kekerasan psikis (Carnevale et al., 2020).

Terdapat banyak faktor yang menjadi penyebab terjadinya fenomena KDRT. Setiawan et al. (2023) mengemukakan bahwa faktor-faktor yang menyebabkan KDRT adalah faktor psikologi, faktor sosial, faktor budaya, faktor lingkungan, individu, gender dan sejarah keluarga. KDRT memberikan dampak jangka pendek maupun jangka panjang yang buruk pada korban. Menurut Setiawan et al. (2023) dampak jangka pendek yang dirasakan oleh korban dapat berupa cedera fisik, gangguan kesehatan, kehamilan serta dampak ekonomi seperti hilangnya pekerjaan. Sedangkan dampak jangka panjang bagi korban KDRT yaitu dapat mengalami gangguan mental, memiliki trauma psikologis dan gangguan mental berkepanjangan, termasuk kecemasan, depresi dan gangguan tidur, gangguan sosial dan hubungan seperti menarik diri dari lingkungan, dan masih banyak lagi (Santoso, 2019). Purwanti & Tridewiyanti (2019) menambahkan, dampak kekerasan dalam rumah tangga pada anak juga tidak jauh berbeda yaitu penderitaan secara fisik, emosional dan kesulitan dalam

hubungan sosial. Selain mengalami secara langsung, anak yang terpapar KDRT karena menyaksikan kejadian KDRT berlangsung juga merupakan korban yang menerima dampak negatif yang serius (Dodaj, 2020). Gregory et al. (2020) berpendapat bahwa anak yang menyaksikan KDRT di rumah cenderung kekurangan rasa aman, baik secara fisik maupun secara emosional. Gregory et al. (2020) menambahkan, efek yang dialami anak yang terpapar KDRT ini bisa terbawa hingga dewasa. Sebagai contoh, munculnya gangguan tidur yang disebabkan oleh ketakutan dan kecemasan.

Kecemasan menurut Nugraha (2020), merupakan perasaan takut, cemas dan, penuh tekanan yang dapat membuat seseorang tidak nyaman. Faktor yang menyebabkan kecemasan menurut Adler & Rodman yaitu pengalaman tidak menyenangkan yang terjadi di masa lalu, dan juga pandangan yang tidak rasional terhadap sesuatu (Silalahi et al., 2023). Menurut Spielberger (1968), kecemasan terbagi menjadi 2 yaitu; *state anxiety* dan *trait anxiety*. *State anxiety* adalah perasaan takut, gugup atau tidak nyaman yang ditandai dengan pergerakan pada sistem saraf otonom diakibatkan oleh situasi berbahaya. Hal ini merujuk pada perasaan seseorang pada saat ancaman berlangsung. Sedangkan *trait anxiety* yaitu merupakan watak atau sifat yang cenderung secara relatif merasa stres, khawatir dan tidak nyaman (Çiğdem & Odacı, 2020). Pada korban KDRT, kecemasan dan ketakutan cenderung muncul dan disebabkan oleh kurangnya perasaan aman (Gregory et al., 2020). Setiawan et al., (2023) juga menambahkan, korban KDRT cenderung memiliki rasa takut dan cemas karena merasa keamanan dirinya dan keluarga mereka terancam. Hal ini menandakan bahwa adanya kekurangan pada kebutuhan akan rasa aman pada korban KDRT. Abraham Maslow mengungkapkan teori hirarki kebutuhan, dimana kebutuhan akan rasa aman merupakan salah satu kebutuhan dasar manusia untuk dapat mencapai aktualisasi diri (Feist et al., 2018).

Aktualisasi diri, menurut Maslow (1970) merupakan pemenuhan atau kematangan diri yang mencakup realisasi terhadap keseluruhan potensi diri dengan memaksimalkan kemampuan yang dimiliki dan menjadi diri sendiri sepenuhnya. Ciri individu yang telah mencapai aktualisasi diri, menurut Feist et al. (2018) yaitu memiliki harga diri yang tidak tergoyahkan, bahkan meskipun mengalami hal buruk yang dilakukan oleh orang lain seperti penolakan atau pengabaian. Aktualisasi diri ini merupakan tingkatan tertinggi pada teori hirarki kebutuhan Abraham Maslow. Dalam teori ini, Maslow menggagas tingkatan kebutuhan manusia yang perlu dipenuhi, yaitu kebutuhan fisik, kebutuhan akan rasa aman, kebutuhan sosial, kebutuhan esteem, kemudian pada puncaknya adalah kebutuhan aktualisasi diri (Feist et al., 2018). Abraham Maslow menyebutkan bahwa kebutuhan dasar seperti kebutuhan fisik dan rasa aman perlu terpenuhi terlebih dahulu sebelum bisa memenuhi kebutuhan yang lebih tinggi pada tingkatan hirarki kebutuhan (Montag et al., 2020).

Pada korban kekerasan, baik yang mengalami maupun menyaksikan, terdapat kecemasan yang dapat berdampak pada rasa aman (Gregory et al., 2020). Menurut Paterson-Young (2021), kurang terpenuhinya safety needs dan adanya kecemasan pada korban kekerasan dapat menghambat proses menuju tiap tingkatan hirarki kebutuhan Maslow hingga mencapai ke aktualisasi diri. Pada anak, dampak psikologis yang dialami dari peristiwa

kekerasan, seperti kecemasan, depresi atau gangguan psikologis lainnya, juga dapat menghambat perkembangan dan memperlambat proses menuju puncak aktualisasi diri pada hirarki kebutuhan Maslow (Paterson-Young, 2021).

Islami (2018) melakukan sebuah penelitian yang mengaitkan antara aktualisasi diri dengan kecemasan sosial dan kepribadian introvert pada siswa di sebuah Sekolah Menengah Pertama di Kota Banjarmasin. Hasilnya, penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara aktualisasi diri dan kecemasan sosial (Islami, 2018). Penelitian tersebut mencari tahu mengenai hubungan antara aktualisasi diri dengan kecemasan sosial. Subjek penelitiannya juga pada siswa biasa di sebuah Sekolah Menengah Atas. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk meneliti mengenai hubungan antara aktualisasi diri dan kecemasan secara umum, bukan kecemasan sosial. Peneliti juga mengambil subjek berbeda yaitu perempuan dewasa awal korban KDRT di masa kecil. Perempuan menjadi subjek dari penelitian ini karena berdasarkan data dari (SIMFONI-PPA, 2023), perempuan merupakan korban kekerasan terbanyak.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mencari tahu hubungan antara aktualisasi diri dengan kecemasan pada perempuan dewasa awal korban KDRT di masa kecil. Penelitian ini diharapkan memberikan pengetahuan mengenai apakah kecemasan yang dimiliki oleh perempuan dewasa awal yang di masa kecilnya pernah menjadi korban KDRT ada hubungannya dengan aktualisasi diri. Hipotesis dari penelitian ini yaitu adanya hubungan antara aktualisasi diri dan kecemasan pada perempuan dewasa awal korban KDRT di masa kecil.

B. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menerapkan metode kuantitatif korelasional dengan tujuan untuk menemukan dan mengidentifikasi keterkaitan antara variabel tertentu. Variabel yang menjadi fokus dalam penelitian ini adalah aktualisasi diri dan tingkat kecemasan. Karakteristik partisipan yang terlibat dalam penelitian ini yaitu perempuan dewasa usia 20-40 tahun, yang pada masa kecilnya mengalami atau menyaksikan peristiwa KDRT. Bentuk KDRT yang dialami/disaksikan dapat berupa kekerasan fisik, seksual, psikologis, dan/atau penelantaran dalam lingkup rumah tangga. Dengan karakteristik tersebut, populasi penelitian ini mencapai 240 orang perempuan. Instrumen pada penelitian ini berupa kuesioner yang berisi pertanyaan mengenai data demografis partisipan serta alat ukur dari tiap variabel.

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur kecemasan pada korban KDRT di masa kecil yaitu *State and Trait Anxiety Inventory (STAI)* dari Spielberger (1968). Alat ukur ini memiliki 40 butir pertanyaan yang dibagi menjadi 2 dimensi yaitu *State Anxiety* dan *Trait Anxiety* dengan masing-masing dimensi berjumlah 20 butir. Reliabilitas alat ukur *STAI* diukur menggunakan metode koefisien *Cronbach's Alpha*, dan hasilnya menunjukkan nilai 0,928 pada dimensi *State Anxiety* dan 0,909 pada dimensi *Trait Anxiety*. Kemudian untuk variabel aktualisasi diri, diukur dengan *Short Index of Self Actualization (SISA)* atau yang dapat disebut juga sebagai *Self*

Actualization Scale (SAS) oleh Jones & Crandall (1986). Pada alat ukur ini terdapat 15 butir pertanyaan dengan 7 butir pertanyaan positif, dan 8 butir pertanyaan negatif. Reliabilitas alat ukur ini diuji menggunakan metode yang sama yaitu *Cronbach's Alpha* yang menunjukkan nilai 0,697. Dalam penelitian ini, data kuantitatif diolah menggunakan perangkat lunak IBM SPSS Statistics 23. Proses pengolahan data dimulai dengan melakukan uji validitas, uji reliabilitas, uji normalitas, dan kemudian dilanjutkan dengan uji korelasi Pearson.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Statistika Deskriptif

Partisipan dalam penelitian ini sebagian besar berusia 20-25 tahun dengan persentase sebesar 80,4% dari total jumlah partisipan. Sejumlah 198 partisipan dengan persentase 82,5% mengalami KDRT di masa kecil tepatnya pada usia 6-12 tahun. Sedangkan jenis KDRT terbanyak adalah kekerasan psikologis yaitu sebesar 80,4% dengan total 193 partisipan yang mengalaminya. Gambaran yang lebih rinci dapat dilihat melalui tabel berikut.

Tabel 1. Data Demografis Partisipan

Karakteristik	Jumlah	Persentase
Usia		
20-25 tahun	193	80,4%
26-30 tahun	35	14,6%
31-35 tahun	9	3,7%
36-40 tahun	3	1,2%
Domisili		
Pulau Jawa	202	84,2%
Pulau Sumatra	19	7,9%
Pulau Kalimantan	10	4,2%
Pulau Sulawesi	7	2,9%
Pulau Papua	1	0,4%
Pulau Nusa Tenggara dan Bali	1	0,4%
Tinggal Bersama		
Keluarga Inti	121	50,4%
Sendiri	42	17,5%
Lainnya	38	15,8%
Keluarga Besar	21	8,8%
Teman atau Rekan	18	7,5%
Status Pernikahan		
Lajang	208	86,7%
Menikah	30	12,5%
Janda Cerai	2	0,8%
Pendidikan Terakhir		
SMA	146	60,8%
S1	70	29,2%
Diploma	16	6,7%
SMP	5	2,1%
S2	2	0,8%
SD	1	0,4%
Pekerjaan Saat Ini (Berdasarkan <i>ranking</i> frekuensi)		
Mahasiswa (Diploma/S1/S2/S3)	107	
Pegawai Swasta	51	
Pekerja Part-timer	22	
Lainnya	21	
Ibu Rumah Tangga	20	
Tidak Bekerja	18	
Wirausaha	11	
Guru	9	
Dokter/Psikolog/Pekerja Profesional	5	

Pegawai Negeri/TNI/Polri	3	
Kondisi Korban KDRT pada Masa Kecil		
Mengalami & Menyaksikan	103	42,91%
Mengalami	91	37,91%
Menyaksikan	46	19,16%
Jenis KDRT pada Masa Kecil (Berdasarkan <i>ranking</i> frekuensi)		
Kekerasan Psikologis	193	
Kekerasan Fisik	175	
Kekerasan Ekonomi	87	
Kekerasan Seksual	36	
Lainnya	6	
Waktu Kejadian KDRT di Masa Kecil		
Usia 0-5 tahun	42	17,5%
Usia 6-12 tahun	198	82,5%
Pelaku KDRT di Masa Kecil (Berdasarkan <i>ranking</i> frekuensi)		
Ayah	185	
Ibu	91	
Saudara Satu Rumah	39	
Kakek/Nenek	27	
Paman/Tante	27	
Lainnya	20	
Saudara Tidak Satu Rumah	15	
Intensitas/Lama KDRT Terjadi		
1 hingga 3 kali dalam seminggu	145	60,4%
3 hingga 5 kali dalam seminggu	48	20%
Lebih dari 5 kali dalam seminggu	47	19,6%
Hal yang Dilakukan Setelah Mengalami KDRT (Berdasarkan <i>ranking</i> frekuensi)		
Tidak Bercerita kepada Siapapun	209	
Bercerita kepada Anggota Keluarga	19	
Lainnya	19	
Bercerita kepada Kerabat/Teman/Guru	15	
Melaporkan ke Pihak Berwajib	1	
Situasi Saat Ini dengan Pelaku		
Masih Tinggal/Bertemu dengan Pelaku	152	63,3%
Sudah Tidak Tinggal/Bertemu dengan Pelaku	88	36,7%
Masih Terjadi atau Tidaknya KDRT		
Sudah Tidak Terjadi	180	75%
Masih Terjadi	60	25%
Dampak yang Dirasakan Hingga Saat Ini (Berdasarkan <i>ranking</i> frekuensi)		
Trauma/Trust Issue	221	
Memiliki Pikiran yang Mengganggu	181	
Hilangnya Kepercayaan Diri	161	
Membenci Diri Sendiri	136	
Menjadi pribadi yang pemalu atau penakut	133	
Lainnya	32	
Dampak Fisik (Luka permanen, cacat fisik, dll)	25	

2. Analisis Deskriptif

Guna mengetahui gambaran tingkat kecemasan dan aktualisasi diri partisipan, dilakukan kategorisasi. Penelitian ini menggunakan uji beda mean untuk melihat mean empirik. Jika ditemukan nilai mean empirik lebih besar dari mean hipotetik, maka dapat dikategorikan tinggi. Sebaliknya, jika mean empirik lebih kecil dari mean hipotetik, maka dapat dikategorikan rendah. Pertama-tama, dilakukan terlebih dahulu uji beda mean untuk melihat tingkat aktualisasi diri partisipan.

Tabel 2. Gambaran Tingkat Aktualisasi Diri Partisipan

Min	Max	Mean Hipotetik	Mean Empirik
19	50	37,5	35,9

Tabel di atas menunjukkan gambaran tingkat aktualisasi diri partisipan berdasarkan mean empirik berada di bawah mean hipotetik. Dalam kata lain, aktualisasi diri partisipan cenderung di bawah rata-rata sehingga dapat dikatakan rendah. Selanjutnya, dilakukan uji beda mean untuk melihat gambaran tingkat kecemasan partisipan, baik secara keseluruhan maupun ditinjau dari tiap dimensi.

Tabel 3. Gambaran Tingkat Kecemasan Partisipan

Variabel	Min	Max	Mean Hipotetik	Mean Empirik
Kecemasan	56	157	100	119,91
Dimensi <i>State Anxiety</i>	26	80	50	59,10
Dimensi <i>Trait Anxiety</i>	30	79	50	60,67

Berdasarkan tabel di atas, gambaran tingkat kecemasan partisipan berdasarkan mean empirik berada di atas mean hipotetik. Maka dapat disimpulkan bahwa tingkat kecemasan partisipan cenderung di atas rata-rata, yang berarti tingkat kecemasan partisipan tinggi. Tingkat kecemasan partisipan ini kemudian dibagi menjadi 2 dimensi yaitu *State Anxiety* (Kecemasan Saat Ini) dan *Trait Anxiety* (Sifat Kecemasan). Didapatkan mean empirik dari kedua dimensi berada di atas mean hipotetik. Maka dari itu, dapat disimpulkan bahwa *State Anxiety* dan *Trait Anxiety* partisipan juga berada di atas rata-rata atau cenderung tinggi.

3. Uji Asumsi

Uji asumsi yang dilakukan pada penelitian ini adalah uji normalitas. Uji Normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data yang diperoleh terdistribusi normal. Sebelumnya peneliti menghitung *unstandardized residual* untuk menguji normalitas kedua variabel secara bersamaan. Kemudian digunakan metode Kolmogorov-Smirnov yang ada pada perangkat lunak IBM SPSS Statistics 23. Apabila koefisien signifikansi $p > 0,05$ maka dapat dikatakan bahwa data terdistribusi normal. Berdasarkan hasil uji normalitas data total skor kecemasan dan aktualisasi diri, didapatkan nilai p sebesar 0,200 yang menunjukkan bahwa data terdistribusi normal.

4. Uji Hipotesis

Dalam penelitian ini, dilakukan uji korelasi Pearson untuk mengevaluasi hubungan antara variabel aktualisasi diri dan variabel kecemasan pada perempuan dewasa awal korban KDRT di masa kecil. Hasil dari uji korelasi pearson sebagaimana tertera pada tabel berikut.

Tabel 4. Hasil Uji Korelasi Pearson

Variabel	<i>Pearson correlation (r)</i>	Sig. (2-tailed)
Aktualisasi Diri dan Kecemasan	-.523**	.000

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed)

Berdasarkan hasil dari uji korelasi yang telah dilakukan untuk melihat hubungan antara aktualisasi diri dan kecemasan, diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar -0,523 dengan nilai signifikansi p value sebesar 0,000 yang artinya $p < 0,05$. Nilai korelasi Pearson tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara aktualisasi diri dan kecemasan. Arah negatif ini mengindikasikan bahwa semakin tinggi tingkat kecemasan, maka aktualisasi diri semakin rendah. Sebaliknya, semakin rendah kecemasan, maka aktualisasi diri akan semakin tinggi.

5. Diskusi

Hasil dari penelitian ini menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara aktualisasi diri dengan kecemasan. Hal ini dibuktikan dengan hasil pengolahan data yaitu nilai koefisien korelasi -0,523 dan nilai signifikansi p value sebesar 0,000 yang artinya $p < 0,05$. Dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi kecemasan maka aktualisasi diri akan cenderung semakin rendah. Hasil penelitian yang menyatakan adanya hubungan negatif yang signifikan antara aktualisasi diri dan kecemasan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Islami (2018). Penelitian tersebut menguji hubungan antara kecemasan sosial dengan aktualisasi diri dan kepribadian introvert pada siswa di Sekolah Menengah Pertama di Kota Banjarmasin. Salah satu hasil dari penelitian yang dilakukan oleh Islami (2018) ini adalah terdapat hubungan negatif yang signifikan antara aktualisasi diri dan kecemasan sosial.

Pada penelitian ini, ditemukan gambaran kecemasan yang cenderung tinggi pada partisipan yang merupakan perempuan dewasa awal korban KDRT di masa kecil. Hal ini sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa korban KDRT cenderung memiliki rasa cemas ataupun waswas (Setiawan et al., 2023). Menurut Azijah & Adawiyah (2020) peristiwa dan pengalaman yang terjadi di masa kecil memiliki dampak yang signifikan dalam membentuk kepribadian individu di masa dewasa. Dengan begitu, anak yang mengalami atau menyaksikan KDRT kemudian merasa takut dan cemas, berpotensi besar untuk membentuk kepribadian yang cenderung pencemas ketika dewasa. Bersesuaian dengan teori tersebut, diketahui dari hasil penelitian ini bahwa *trait anxiety* atau sifat kecemasan partisipan menunjukkan nilai yang tinggi. Hal ini juga didukung oleh data usia partisipan pada saat KDRT terjadi. KDRT yang dialami atau disaksikan oleh partisipan paling banyak terjadi ketika partisipan berusia 6-12 tahun. Dari penelitian ini juga menemukan bahwa *state anxiety* partisipan termasuk tinggi meskipun KDRT sudah lama terjadi dan mayoritas partisipan mengaku sudah tidak pernah terjadi lagi. *State anxiety* digambarkan sebagai keadaan cemas saat ini, dimana jika partisipan memiliki nilai yang tinggi pada *state anxiety* artinya saat ini mereka masih merasakan kecemasan tersebut.

Partisipan penelitian memilih dampak yang dirasakan dari KDRT yang dialami adalah timbulnya trauma dan trust issue kepada pelaku. Pelaku KDRT di masa kecil yang terjadi pada partisipan penelitian ini kebanyakan adalah orang tua mereka sendiri, yaitu ayah dan ibu. Mayoritas dari partisipan juga ditemukan masih tinggal bersama pelaku yang sebagian besar merupakan orang tua tersebut. Karena tumbuh dengan pengalaman buruk di masa kecil yang disebabkan oleh seseorang yang masih tinggal bersama hingga saat ini, maka ada kecemasan atau kekhawatiran bahwa kekerasan dapat terjadi lagi sewaktu-waktu. Selain merasa trauma, banyak dari partisipan yang merasa kehilangan kepercayaan diri.

Aktualisasi diri partisipan pada penelitian ini ditemukan cenderung rendah atau di bawah rata-rata. Hal ini didukung oleh data bahwa dampak yang dirasakan oleh partisipan hingga saat ini salah satunya yaitu hilangnya kepercayaan diri. Seperti yang telah dibahas sebelumnya, aktualisasi diri merupakan pemenuhan atau kematangan diri yang mencakup realisasi terhadap keseluruhan potensi diri dengan memaksimalkan kemampuan yang dimiliki dan menjadi diri sendiri sepenuhnya (Maslow, 1970). Untuk dapat memaksimalkan kemampuan yang dimiliki dan menjadi diri sendiri, tentunya dibutuhkan rasa percaya kepada diri sendiri. Oleh karena kurangnya rasa percaya diri pada partisipan, maka hal itu dapat menjadi penghambat dalam memaksimalkan potensi diri. Usia partisipan paling banyak adalah 20-25 tahun. Hal ini juga dapat menjadi salah satu alasan mengapa aktualisasi diri partisipan cenderung rendah. Dalam teori psikososial Erik Erikson, usia 20-25 tahun merupakan usia dewasa muda atau young adult dimana individu sedang dalam masa pencarian akan intimasi atau hubungan yang mendalam (Papalia et al., 2020). Selain itu, mayoritas dari partisipan juga masih mengenyam pendidikan sehingga belum dapat sepenuhnya menggapai cita-cita dalam memenuhi aktualisasi diri seutuhnya.

Pada akhirnya hasil penelitian ini memberikan pemahaman lebih lanjut tentang hubungan antara aktualisasi diri dengan kecemasan pada perempuan dewasa awal korban KDRT di masa kecil. Keterbatasan dalam penelitian ini adalah hanya berfokus pada subjek yang mengalami atau menyaksikan KDRT di masa kecil. Fenomena KDRT dapat terjadi pada anak di masa kecil, remaja hingga dewasa. Saran bagi penelitian selanjutnya, untuk meneliti subjek yang mengalami atau menyaksikan KDRT di masa remaja atau dewasa. Subjek penelitian ini juga hanya berfokus pada korban perempuan, sehingga penelitian selanjutnya disarankan untuk meneliti topik terkait dengan mengikutsertakan subjek yang mencakup semua jenis kelamin.

D. SIMPULAN

Dalam penelitian ini peneliti berhasil mengeksplorasi hubungan antara kecemasan aktualisasi diri dan dampak psikologis, terutama dalam konteks perempuan dewasa awal yang pernah mengalami KDRT pada masa kecil. Temuan penelitian mendukung hipotesis bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kecemasan dan aktualisasi diri pada perempuan dewasa awal korban KDRT di masa kecil. Hal ini menegaskan bahwa semakin tinggi kecemasan yang dimiliki, semakin rendah aktualisasi diri seseorang.

Penelitian ini juga menemukan bahwa fenomena KDRT yang terjadi di masa kecil menimbulkan dampak psikologis yang cukup beragam, seperti trauma, trust issue, hilangnya kepercayaan diri individu, membenci diri sendiri, serta munculnya kepribadian penakut/pencemas. Kecemasan partisipan yang tinggi digambarkan tidak hanya sifat kecemasan (*trait anxiety*), namun juga kecemasan saat ini (*state anxiety*).

REFERENSI

- Azijah, I., & Adawiyah, A. R. (2020). *Pertumbuhan dan Perkembangan Anak: Bayi, Balita, dan Usia Prasekolah*. Penerbit Lindan Bestari.
- Carnevale, S., Di Napoli, I., Esposito, C., Arcidiacono, C., & Procentese, F. (2020). Children witnessing domestic violence in the voice of health and social professionals dealing with contrasting gender violence. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(12), 1–18. <https://doi.org/10.3390/ijerph17124463>
- Çiğdem, B. Ç., & Odacı, H. (2020). Does child abuse have an impact on self-esteem, depression, anxiety and stress conditions of individuals? *International Journal of Social Psychiatry*, 66(2), 171–178. <https://doi.org/10.1177/0020764019894618>
- Dodaj, A. (2020). Children witnessing domestic violence. *Journal of Children's Services*, 15(3), 161–174. <https://doi.org/10.1108/JCS-04-2019-0023>
- Feist, J., Feist, G. J., & Roberts, T.-A. (2018). *Theories of Personality* (9th ed.). McGraw Hill Education.
- Gregory, A., Arai, L., MacMillan, H. L., Howarth, E., & Shaw, A. (2020). Children's experiences and needs in situations of domestic violence: A secondary analysis of qualitative data from adult friends and family members of female survivors. *Health and Social Care in the Community*, 28(2), 602–614. <https://doi.org/10.1111/hsc.12893>
- Islami, J. (2018). Hubungan Antara Kecemasan Sosial Dan Pribadi Introvert Dengan Aktualisasi Diri Pada Siswa Kelas Viii Di Smp Negeri 13 Banjarmasin. *Jurnal Pelayanan Bimbingan Dan Konseling*, 1.
- Jones, A., & Crandall, R. (1986). Validation of a Short Index of Self-Actualization. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 12(1), 63–73. <https://doi.org/10.1177/0146167286121007>
- Maslow, A. H. (1970). *Motivation and Personality* (2nd ed.). Harper & Row.
- Montag, C., Sindermann, C., Lester, D., & Davis, K. L. (2020). Linking individual differences in satisfaction with each of Maslow's needs to the Big Five personality traits and Panksepp's primary emotional systems. *Heliyon*, 6(7), e04325. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2020.e04325>
- Nugraha, A. D. (2020). Memahami Kecemasan: Perspektif Psikologi Islam. *IJIP : Indonesian Journal of Islamic Psychology*, 2(1), 1–22. <https://doi.org/10.18326/ijip.v2i1.1-22>
- Papalia, R. D. E., Olds, S. W., & Feldman, R. D. (2020). Physical and Cognitive Development in Adolescence. In 11th (Ed.), *Human Development*.
- Paterson-Young, C. (2021). Exploring how children subjected to violence in the home cope with experiences in Secure Training Centres. *Child Abuse and Neglect*, 117(April), 105076. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2021.105076>
- Purwanti, A., & Tridewiyanti, K. (2019). *Stop child marriage and eliminate sexual violence against women & children*.
- Santoso, A. B. (2019). Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) Terhadap Perempuan: Perspektif Pekerjaan Sosial. *Komunitas*, 10(1), 39–57. <https://doi.org/10.20414/komunitas.v10i1.1072>
- Setiawan, N. H., Devi, S. S., & Damayanti, L. (2023). Pemahaman dan faktor-faktor penyebab kekerasan dalam rumah tangga: Tinjauan literatur. *Civilia: Jurnal Kajian Hukum Dan*

Pendidikan Kewarganegaraan, 3(2).

Silalahi, E. R. D., Marbun, B. N., & Purba, J. M. (2023). Pengaruh hipnotherapy terhadap penurunan kecemasan. *Communnity Development Journal*, 4(2), 4132–4138.

SIMFONI-PPA. (2023). *No Title*. <https://kekerasan.kemenpppa.go.id/ringkasan>

Siregar, D., Sitepu, K., & Elyani. (2023). Dampak kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) bagi kejiwaan anak laki laki dan perempuan di fakultas hukum universitas tjut nyak dhien medan. *Journal of Human And Education*, 3(2), 127–132.

Spielberger, C. D. (1968). State-Trait Anxiety Inventory for Adults TM Instrument and Scoring Key. In *Mind Garden*. www.mindgarden.com

Wardhani, K. A. P. (2021). Perlindungan Hukum terhadap Perempuan Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) pada Tingkat Penyidikan berdasarkan Undang-Undang No. 23 Tahun 2004 tentang Penghapusan Kekerasan Dalam Rumah Tangga (UUPKDRT). *Jurnal Riset Ilmu Hukum*, 1(1), 21–31. <https://doi.org/10.29313/jrih.v1i1.70>