

## BAB I PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Saat ini di Indonesia dan di dunia sedang terjadi pandemi akibat dari menyebarnya virus *Covid 19*. Pandemi adalah peningkatan jumlah kasus penyakit secara tiba-tiba pada suatu populasi area tertentu yang telah menyebar ke berbagai benua dan negara (Rahmawati, 2020). Di Indonesia pandemi yang terjadi diakibatkan oleh merebaknya virus *Covid 19* yang berasal dari kota Wuhan di China. Setelah menyebarnya virus *Covid 19* di Indonesia dan semakin tinggi angka kasus positif *Covid 19*, pemerintah memutuskan untuk melakukan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) untuk menekan angka penyebaran virus tersebut. Dengan menghimbau masyarakat untuk tetap berada di rumah dan tidak melakukan kegiatan diluar rumah jika tidak terlalu penting. Dengan adanya pemberlakuan PSBB membuat berbagai sektor mengalami penurunan sehingga berdampak pada mobilitas masyarakat yang membuat seseorang kesulitan dalam mencari nafkah sampai dengan banyaknya karyawan yang mengalami Pemutusan Hubungan Kerja (PHK).

Seiring berjalannya penetapan PSBB ini berlangsung, banyak kasus Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) yang berujung pada perceraian, adapun penyebab perceraian antara lain dikarenakan faktor ekonomi dan KDRT. Dilansir dari *alinea.id* (Setiawan, 2020) saat pandemi terjadi lonjakan kasus perceraian selama bulan Januari hingga Agustus 2020 sebanyak 2.452 kasus yang ditangani oleh Pengadilan Agama Jakarta Barat. Faktor KDRT disebabkan permasalahan yang terjadi dalam rumah tangga cenderung meningkat selama pandemi yang disebabkan oleh munculnya ketegangan dalam keluarga akibat dari pekerjaan yang menumpuk dan bertambahnya intensitas bertemu dengan anggota keluarga di rumah yang dapat menimbulkan kecenderungan untuk melakukan perilaku kekerasan.

KDRT yang terjadi di Indonesia mengalami kenaikan selama masa pandemi. Dilansir dari Lembaga Bantuan Hukum Asosiasi Perempuan Indonesia untuk Keadilan (LBH APIK) pada tanggal 16 Mei sampai dengan 20 Juni 2020, dalam kurun waktu tiga bulan kasus KDRT sudah mencapai 110 kasus selama pemberlakuan pembatasan sosial berskala besar, dan jumlah kasus tersebut sudah melampaui setengah jumlah kasus yang terjadi selama 2019. Kasus tersebut terjadi disaat diterapkannya PSBB (The Conversation, 2020). Perilaku kekerasan yang terjadi antara lain, kekerasan fisik, kekerasan verbal, kekerasan psikis, dan kekerasan lainnya, seperti membentak, mendiamkan, memukul, dan bahkan menampar. Perilaku kekerasan adalah perilaku yang dapat membahayakan diri sendiri dan juga orang lain. Tindakan tersebut jika ditunjukkan kepada orang lain dapat menyebabkan kerugian bagi orang lain, sehingga dapat dikategorikan mengarah kepada kekerasan dalam rumah tangga.

Menurut Undang-Undang no.23 tahun 2004 menyebutkan bahwa kekerasan dalam rumah tangga 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 (ditjenpp.kemenkumham.go.id, 2020). Budaya patriarki juga masih menjadi penyebab terjadinya KDRT. Budaya patriarki yang memberikan pengaruh bahwa laki-laki itu lebih kuat dan berkuasa daripada perempuan, sehingga istri memiliki keterbatasan dalam menentukan pilihan atau keinginan dan memiliki kecenderungan untuk menuruti semua keinginan suami, bahkan keinginan yang buruk sekalipun (dalam Sakina & Siti, 2017).

Berdasarkan informasi yang diperoleh dari Tribunnews.com (Utami, 2021) DKI Jakarta menjadi daerah dengan kasus KDRT dan kekerasan terhadap perempuan tertinggi di Indonesia. Dengan jumlah kasus sebesar 2.461 kasus, disusul Jawa Barat dengan 1.011 kasus dan Jawa Timur dengan 687 kasus. Kasus tersebut tercatat di Komnas Perempuan pada Catatan Tahunan (Catahu) kekerasan terhadap perempuan tahun 2020 yang dirilis pada Maret 2021.

Berdasarkan data dari Sistem Informasi Online Perlindungan Perempuan dan Anak (SIMFONI PPA, 2020) dari kasus yang diterima selama tahun 2020 menunjukkan bahwa pelaku kekerasan menurut jenis kelamin yang terjadi paling banyak dilakukan oleh laki-laki yaitu sebanyak 88,5% dan juga data pelaku yang paling banyak melakukan kekerasan menurut hubungannya yaitu pada hubungan suami istri sebanyak 2.849. Dilihat dari data tersebut, kekerasan yang terjadi paling banyak dilakukan oleh laki-laki dengan hubungan suami istri, yang mana peran laki-laki tersebut adalah seorang suami.

Sejalan dengan Kajian Dinamika Perubahan di Dalam Rumah Tangga Selama Covid 19 di 34 Provinsi (2020) di Indonesia yang dilakukan oleh Komnas Perempuan kepada 2.285 responden yang menunjukkan sebanyak 10,3% atau 235 responden melaporkan bahwa hubungan mereka dengan pasangan semakin tegang dan lebih rentan untuk mereka dengan status menikah sebanyak 12% dan terjadi pada rentang usia 31-40 tahun. Ketegangan yang terjadi dapat memicu terjadinya perilaku kekerasan kepada pasangan ditambah dengan pekerjaan yang menumpuk dan kebijakan PSBB. Selain itu intensitas bertemu dengan keluarga semakin sering dan juga pekerjaan yang menumpuk dapat menimbulkan *Stress* dan meningkatkan ketegangan yang dapat menimbulkan potensi KDRT.

Saat diterapkannya PSBB banyak sekali kegiatan yang tidak dapat dilakukan di luar rumah sehingga harus dilakukan di dalam rumah. Salah satunya adalah bekerja, sehingga banyak pekerja yang melakukan *Work From Home* (WFH). Selain itu, kegiatan di luar rumah yang dibatasi dan pekerjaan yang seharusnya dilakukan di kantor menjadi harus dilakukan di rumah membuat timbulnya rasa jenuh dan bosan, perasaan tersebut terjadi karena intensitas bertemu dengan orang

rumah lebih sering, ditambah dengan pekerjaan yang menumpuk dapat menimbulkan ketegangan dengan anggota keluarga atau pasangan, sehingga ketika terjadi permasalahan akan menjadi sensitif dan cenderung dapat menimbulkan terjadinya perilaku kekerasan yang tidak diinginkan. Kekerasan tersebut dilakukan di masa pandemi yang dianggap sebagai masa sulit karena banyak orang yang kehilangan pekerjaannya dan juga harus melakukan segala aktifitas dari rumah seperti belajar dan bekerja (WFH). Untuk seseorang yang mempunyai semangat dalam bekerja yang tinggi, WFH dapat menjadi penghambat karena segala sesuatu dilakukan secara daring. Jika dilakukan terus menerus akan membuat seseorang merasa jenuh dan cenderung mudah untuk melakukan kekerasan jika terjadi konflik dalam keluarga. Peran suami sebagai kepala keluarga menjadi semakin sulit dikarenakan mereka adalah tulang punggung atau kepala keluarga sehingga lebih cenderung sensitif dan mudah *Stress*. Jika *Stress* yang dialami seorang suami tidak dapat dikelola dengan benar dapat menimbulkan *burnout*. *Burnout* dapat menjadi salah satu dampak dari WFH, dikarenakan efek dari *Stress* dan kelelahan karena pekerjaan yang menumpuk saat WFH (Azizah, 2021). Berdasarkan hasil survei PPM Manajemen tahun 2020, menyebutkan bahwa sebanyak 80% pekerja mengalami gejala *Stress* selama masa pandemi *Covid-19* yang berujung pada terjadinya *Burnout* (Safitri & Anisah, 2021). Koeswara (1988) menyebutkan bahwa *Stress* menjadi salah satu penyebab terjadinya agresi pada individu (dalam Aristawati, 2016). Hal ini menjadi sebuah permasalahan yang cukup sulit dikarenakan yang seharusnya peran laki-laki di dalam rumah tangga menjaga dan melindungi keluarganya, malah melakukan kekerasan terhadap keluarganya.

Merujuk pada perspektif psikologi, kekerasan merupakan bagian dari perilaku agresivitas tepatnya sub tipe agresi yang menunjuk pada agresi fisik ekstrem, dan kekerasan didefinisikan sebagai bentuk pemberian tekanan terhadap orang atau benda dengan tujuan merusak, menghukum, atau mengontrol (Khaninah & Widjanarko, 2016). Agresi menurut KBBI adalah perasaan marah atau tindakan kasar yang diakibatkan dari rasa kecewa atas kegagalan mencapai tujuan yang diarahkan kepada orang atau benda.

Menurut Buss dan Perry (1992) mendefinisikan agresi sebagai kecenderungan perilaku yang berniat melukai orang lain, baik secara fisik maupun psikologis untuk mengekspresikan perasaan negatifnya sehingga mencapai tujuan yang diinginkan. Sementara itu menurut Myers (dalam Karim, 2019) menyebutkan definisi dari perilaku agresi yaitu perilaku fisik atau lisan (verbal) yang disengaja dengan maksud untuk menyakiti atau merugikan orang lain. Dapat disimpulkan bahwa agresi adalah perilaku yang disengaja yang ditujukan untuk menyakiti orang lain baik secara fisik maupun verbal. Aspek-aspek yang dapat mempengaruhi seseorang melakukan agresi menurut Buss dan Perry (1992) yaitu, 1) agresi fisik, 2) agresi verbal, 3) kemarahan, 4) permusuhan.

Pada individu yang memiliki tingkat agresi yang tinggi, karakter individu cenderung terburu-buru dan kompetitif. Individu cenderung melakukan agresi yang bertujuan melukai atau menyakiti korban. Individu yang memiliki tingkat agresi yang rendah, individu memiliki karakter kooperatif, bersikap sabar, nonkompetisi, nonagresif dan cenderung melakukan tingkah laku agresi dikarenakan memiliki tujuan yang utama dan tidak ditujukan untuk melukai atau menyakiti korban (Maharani, 2018). Pada suami tingkat agresi yang tinggi dapat dilihat dari cara berbicara yang menyakiti perasaan istrinya dan tidak sabaran dalam meminta sesuatu. Suami yang memiliki tingkat agresi yang rendah cenderung bersikap sabar, memahami perasaan istrinya, dan tidak akan melakukan agresi jika tidak memiliki tujuan.

Agresi yang dilakukan suami pada masa pandemi semakin sering terjadi dikarenakan mereka merasakan kesulitan dalam menjalankan perannya untuk memenuhi tuntutan perannya sebagai kepala keluarga dalam mencari nafkah. Dimana tuntutan mereka pada usia ini yang mengharuskan mereka untuk dapat memenuhi kebutuhan keluarga namun semuanya terasa sulit di masa ini akibat pandemi *Covid-19*. Hal tersebut menjadi awal dimana seseorang dihadapkan pada perasaan kesal dan terganggu karena memiliki gambaran ideal namun bertabrakan dengan kenyataan yang ada (Shafwati, 2018). Keadaan tersebut dapat membuat seseorang melakukan agresi, karena gambaran ideal di usia ini yang berbeda jauh dengan kenyataan yang ada. Dimana saat perasaan kesal mendominasi diikuti oleh perasaan sensitif yang dirasakan ketika tanggungan menjadi bertambah dapat membuat seseorang dengan mudah melakukan kekerasan atau merasakan perasaan negatif.

Faktor-faktor agresi menurut Krahe (dalam Shafwati, 2018) yaitu, 1) faktor personal, 2) faktor-faktor situasional, 3) faktor lingkungan. Faktor personal meliputi hal-hal yang bersifat internal seperti kontrol diri. Kontrol diri merupakan faktor yang penting untuk dapat menghambat seseorang melakukan agresi (dalam Shafwati, 2018).

Suami yang memiliki kontrol diri tinggi akan mampu mengontrol perilakunya, mengendalikan situasi yang terjadi, menghadapi stimulus yang tidak dikehendaki dan menganalisis keadaan yang tidak menyenangkan, sehingga perilaku agresi dapat diminimalisir. Pada suami yang memiliki kontrol diri rendah tidak akan mampu mengontrol perilakunya, memahami situasi yang terjadi dan mengambil tindakan tanpa berpikir terlebih dahulu.

Kontrol diri dapat diartikan sejauh mana seseorang dapat mengontrol perilaku atau tindakan. Kontrol diri menurut Averill (1973) adalah kemampuan individu untuk memodifikasi perilaku, kemampuan individu dalam mengelola informasi, dan kemampuan individu untuk memilih salah satu tindakan berdasarkan sesuatu yang diyakini. Auliya dan Nurwidawati menyatakan bahwa kontrol diri yang positif dapat menghambat keterlepasan kecenderungan agresi (dalam Shafwati, 2018). Suami yang memiliki kontrol diri yang tinggi akan dapat mengontrol dan

memilih perilaku atau tindakan yang hanya diinginkan saja sehingga akan mengurangi kecenderungan terjadinya agresi yang akan dilakukan, sebab suami yang mengalami *Stress* atau perasaan negatif lainnya di masa pandemi, jika tidak bisa mengontrol perilakunya akan mengarah pada agresi.

Untuk mengetahui agresi dan kontrol diri yang terjadi di masa pandemi ini, peneliti melakukan wawancara kepada subjek yang mengalami permasalahan serupa. Berdasarkan wawancara dengan subjek E (45 tahun) pada 1 April 2021, karyawan swasta. Peneliti menduga E memiliki agresi tinggi, dilihat dari emosi yang gampang tersulut. Diketahui selama E menjalani *Work From Home* intensitas bertemu dengan istri lebih sering dan pekerjaan yang bertambah banyak membuat E merasa *stress* dan jenuh selama berada di rumah. Pada saat pekerjaan E sedang banyak-banyaknya, E merasa istrinya cerewet karena setiap hari meminta bantuan untuk mengurus rumah, dan karena kesal E reflek membentak dan menampar istrinya itu. Maka dari itu peneliti menduga E memiliki kontrol diri yang rendah, dilihat dari emosinya yang gampang tersulut dan kurang mampu mengendalikan tindakan ketika sedang emosi yang membuat E melakukan agresi tinggi.

Berdasarkan wawancara dengan subjek S (40 tahun) pada tanggal 24 Desember 2021, karyawan swasta. Peneliti menduga S memiliki agresi rendah, dilihat dari S yang sedang virtual meeting merasa terganggu dengan kondisi yang kurang kondusif terhadap anak-anaknya sehingga S merasa terganggu dalam bekerja. S merasa kesal namun S meminta tolong secara halus kepada istrinya untuk menenangkan anak-anaknya, sehingga peneliti menduga S memiliki kontrol diri yang tinggi, dilihat dari S yang jarang marah, mampu mengontrol emosinya, dan dapat melihat situasi.

Berdasarkan wawancara dengan subjek F (55 tahun) pada tanggal 2 April 2021, korban PHK. Peneliti menduga F memiliki agresi tinggi, berdasarkan wawancara subjek F mengatakan bahwa ia sudah bercerai dengan istrinya bulan Maret 2021 kemarin karena sang istri tidak kuat dengan perlakuan subjek yang akan main tangan jika sedang marah. Ia marah karena istrinya yang sering keluar rumah dan tidak memperdulikan dirinya dan juga anaknya. Setelah di PHK, istrinya terus meminta uang untuk belanja dan ketika diberi dengan jumlah yang tidak sesuai, dirinya marah kemudian membahas mengenai pekerjaan subjek, dan berakhir dengan subjek yang melakukan kekerasan kepada istrinya dan setelah kejadian tersebut setiap kali bertengkar dengan istrinya, ia akan menampar atau memukul istrinya. Maka dari itu pada subjek F peneliti menduga F memiliki kontrol diri yang rendah, dilihat dari tidak bisa mengendalikan tindakan ketika sedang emosi, tidak mampu mengontrol perilakunya dan gampang marah.

Berdasarkan *field study* terdapat suami yang melakukan agresi tinggi, tetapi ada juga suami yang melakukan agresi rendah. Terdapat perbedaan pada intensitas perilaku agresi yang dilakukannya. Dari hasil wawancara ketiga subjek dapat disimpulkan bahwa ketiga subjek menunjukkan perilaku agresi yang berbeda dari

biasanya selama masa pandemi. Berdasarkan aspek-aspek agresi menurut Buss dan Perry (1992), subjek E melakukan dua jenis agresi, yaitu agresi verbal dan agresi fisik. Agresi verbal berupa membentak, dan agresi fisik berupa menampar. Adapun menurut aspek-aspek Buss dan Perry (1992) perilaku S tidak termasuk ke dalam agresi karena S masih mampu menahan emosi, dan pada subjek F menurut aspek-aspek Buss dan Perry (1992) perilaku F melakukan agresi fisik berupa menampar dan memukul.

Rasa *stress* yang dirasakannya membuat suami lebih sensitif dan mudah melakukan agresi pada saat *Work From Home* (WFH) di masa pandemi *Covid 19*. Subjek melakukan agresi kepada istrinya di saat masa pandemi, agresi yang dilakukan antara lain, menampar dan membentak yang semuanya dilatarbelakangi oleh rasa *stress* yang dirasakan akibat dari beban yang harus ditanggung sebagai kepala keluarga di saat pandemi. Subjek E melakukan agresi berupa membentak dan menampar. Subjek melakukan hal tersebut karena *stress* dengan pekerjaan yang menumpuk dan mendengar istrinya meminta bantuan mengurus rumah. Sedangkan subjek S masih mampu bersabar dan menahan emosi walaupun anak-anaknya mengganggu di tengah *meeting*, dan subjek F melakukan agresi berupa menampar dan memukul, karena F mengalami PHK dan mempengaruhi kondisi ekonominya.

Berdasarkan aspek-aspek kontrol diri menurut Averill (1973), terlihat E dan F tidak mampu mengontrol perilakunya dan tidak mampu mengendalikan situasi yang terjadi, sehingga bukan dirinya yang mengontrol perilakunya melainkan sesuatu dari luar. Suami yang kontrol dirinya baik akan mampu mengontrol perilaku sesuai dengan kemampuan dirinya, jika tidak mampu maka mereka akan memakai sumber eksternal untuk mengatasinya. Pada subjek S terlihat masih mampu mengontrol perilakunya, terlihat dari cara subjek dalam mengendalikan keadaan yaitu jarang marah, mampu menghadapi stimulus yang tidak dikehendaki dengan melihat masalah yang dihadapi dan mampu mengendalikan situasi yang terjadi.

Kondisi yang dialami suami di masa pandemi membuat mereka kesulitan untuk memenuhi kebutuhan keluarganya, sehingga suami akan lebih cenderung merasa *Stress* yang akan berpengaruh ke psikologis dan kontrol perilakunya. Selain itu, ketika bekerja di rumah pun kondisi lingkungan rumah harus kondusif agar pekerjaan dapat terselesaikan dengan baik, namun ketika perasaan negatifnya mendominasi suami akan lebih mudah untuk melakukan agresi untuk melampiaskan perasaan tersebut. Pada subjek E yang merasa *Stress* saat bekerja WFH, dapat mengalami *Burnout* jika rasa *Stress* tidak ditangani dengan baik. Subjek S kondisi rumah sudah cukup kondusif hanya saja anak-anaknya yang senang menggangukannya. Dan pada subjek F tuntutan yang diberikan oleh istrinya tidak sejalan dengan kondisi ekonominya. Situasi-situasi tersebut yang dirasakan oleh suami akan menimbulkan perasaan negatif pada diri suami yang akan dengan

mudah melakukan agresi untuk melepaskan perasaan tersebut. Dengan demikian, suami yang tidak bisa mengontrol dirinya akan lebih mudah untuk melakukan tindakan agresi yaitu, mudah marah, mengambil tindakan tanpa memikirkan resiko dan tidak mampu mengelola emosinya dan Suami yang memiliki agresi yang tinggi juga tidak akan mampu mengontrol perilakunya. Begitupun sebaliknya, suami yang menunjukkan kontrol diri yang tinggi akan mampu mengontrol perilaku dan tindakan sesuai yang diinginkannya serta mampu mengelola emosinya dan Suami yang memiliki agresi rendah juga akan cenderung bersikap sabar, mampu memahami perasaan orang lain, dan tidak akan melakukan agresi jika tidak memiliki tujuan.

Thomas (Aroma & Dewi, 2012) menyatakan bahwa ketika dorongan untuk berbuat menyimpang maupun agresi sedang mencapai puncaknya, kontrol diri dapat membantu individu menurunkan agresi dengan mempertimbangkan aspek aturan dan norma sosial yang berlaku. Pendapat tersebut didukung oleh Becker (Aroma & Dewi, 2012) yang menyatakan bahwa pada dasarnya setiap manusia memiliki dorongan untuk melanggar aturan pada situasi tertentu. Namun dorongan tersebut tidak menjadi kenyataan karena seseorang dapat menahan diri dari dorongan berperilaku menyimpang. Individu dengan tingkat agresi yang tinggi maka akan memiliki intensitas dan frekuensi agresi yang tinggi pula, seperti lebih sering menghujat dan marah, sedangkan individu yang memiliki tingkat agresi yang rendah maka akan lebih jarang untuk berperilaku agresif (Sentana & Kumala, 2017).

Diperlukan kontrol diri yang baik selama masa pandemi agar ketegangan yang terjadi dalam keluarga dapat diatasi dan tidak memicu timbulnya kecenderungan melakukan agresi. Dari uraian diatas, peneliti tertarik untuk meneliti mengenai kontrol diri dan agresi pada suami di masa pandemi *Covid-19*, karena untuk mengurangi dampak dari fenomena KDRT dari timbulnya gangguan psikis pada istri, terjadinya perceraian dan dampak yang akan dirasakan oleh anak. Oleh karena itu, topik yang akan saya ambil adalah “Hubungan Antara Kontrol Diri Dengan Agresi Pada Suami di Masa Pandemi *Covid 19*”.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dipaparkan, maka rumusan masalah pada penelitian ini yaitu “

1. Apakah terdapat hubungan antara kontrol diri dengan agresi pada suami di masa pandemi *Covid-19*?
2. Bagaimana gambaran kontrol diri dan agresi pada suami di masa pandemi *Covid-19*?

### 1.3 Tujuan

Tujuan dalam penelitian ini, yaitu :

1. Untuk mengetahui hubungan antara kontrol diri dengan agresi pada suami di masa pandemi *Covid-19*
2. Untuk mengetahui gambaran kontrol diri dan agresi pada suami di masa pandemi *Covid-19*

### 1.4 Manfaat

#### Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dalam bidang psikologi klinis dan psikologi sosial khususnya mengenai hubungan antara kontrol diri dengan agresi pada suami di masa pandemi *Covid-19* dan gambaran kontrol diri dan agresi suami di masa pandemi *Covid-19*. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya yang akan membuat penelitian dengan variabel terkait yang relevan.

#### Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan memberikan informasi kepada suami mengenai perlunya mengontrol diri di masa pandemi dan untuk memberikan informasi kepada istri bagaimana gambaran kontrol diri yang dialami suami di masa pandemi *Covid-19*.