

GAMBARAN GAMOPHOBIA PADA WANITA YANG MEMILIKI RIWAYAT KDRT (Kekerasan Dalam Rumah Tangga)

Disusun Oleh:

Ravasha Marits (222030100099)

Dosen pembimbing: Dr. Eko Hardi Ansyah, M.Psi., Psikolog

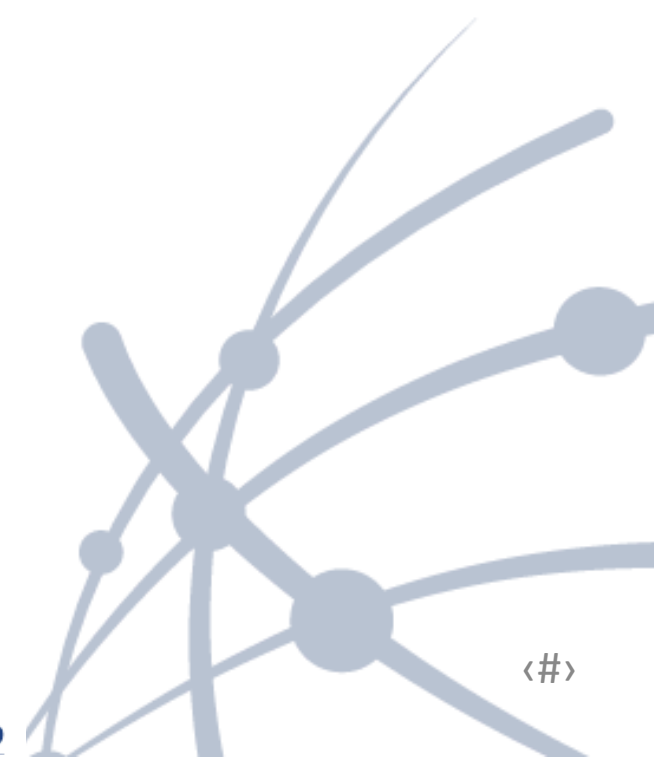
Program Studi Psikologi
Universitas Muhammadiyah Sidoarjo
2026

Pendahuluan

- Gamophobia merupakan ketakutan berlebih terhadap pernikahan atau komitmen jangka panjang.
- Ketakutan ini dapat dipengaruhi pengalaman traumatis, tekanan sosial, dan relasi keluarga yang tidak sehat.
- Pengalaman KDRT dalam keluarga dapat membentuk persepsi negatif terhadap hubungan romantis dan pernikahan.
- Wanita dewasa awal yang tumbuh dalam lingkungan keluarga tidak aman cenderung mengalami kecemasan dan perilaku menghindari hubungan.
- Penelitian ini penting untuk memahami dinamika psikologis gamophobia pada wanita dengan riwayat KDRT.

Rumusan Masalah

- Bagaimana pengalaman relasi keluarga pada wanita dewasa awal dengan riwayat KDRT?
- Bagaimana pengalaman KDRT memengaruhi regulasi emosi dan hubungan romantis?
- Bagaimana terbentuknya gamophobia pada wanita dewasa awal dengan riwayat KDRT?



Metode

- **Pendekatan:** Kualitatif
- **Desain:** Studi kasus
- **Subjek:** 2 wanita dewasa awal usia 20–30 tahun, Belum menikah, Pernah mengalami atau menyaksikan KDRT
- **Lokasi penelitian:** Desa S, Sidoarjo, Jawa Timur
- **Teknik Pengumpulan Data:** Wawancara mendalam semi-terstruktur, 3 sesi wawancara setiap subjek, dokumentasi
- **Analisis Data:** Model Miles & Huberman, Reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan
- **Keabsahan data:** triangulasi waktu, prolonged engagement, member checking

Hasil

Pengalaman Relasi Keluarga

- Subjek mengalami komunikasi keluarga yang buruk, silent treatment, dan kekerasan verbal maupun fisik.
- Lingkungan keluarga dianggap tidak aman secara emosional.

Regulasi Emosi

- Muncul kecemasan, panic attack, memendam emosi, hingga perilaku menghindar.
- Subjek kesulitan mengekspresikan emosi secara adaptif.

Hubungan Romantis

- Kedua subjek cenderung menjaga jarak emosional.
- Muncul perilaku avoidant dan takut terhadap komitmen jangka panjang.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa gamophobia pada kedua subjek terbentuk melalui pengalaman relasi keluarga yang tidak aman sejak masa perkembangan awal. Pengalaman KDRT, baik dalam bentuk kekerasan verbal, emosional, maupun fisik, membentuk persepsi negatif terhadap hubungan interpersonal dan pernikahan. Kondisi tersebut menyebabkan subjek mengalami kesulitan regulasi emosi, kecemasan, serta kecenderungan menghindari kedekatan emosional dalam hubungan romantis. Berdasarkan attachment theory, pengalaman relasi yang tidak aman memunculkan pola insecure attachment dan perilaku avoidant sebagai bentuk perlindungan diri dari kemungkinan luka emosional di masa depan. Selain itu, proses observational learning dari hubungan orang tua membuat subjek memandang pernikahan sebagai sesuatu yang penuh konflik, ketidakstabilan, dan berpotensi menghadirkan penderitaan.

Kesimpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa gamophobia pada wanita dewasa awal dengan riwayat KDRT tidak muncul secara instan, melainkan terbentuk dari pengalaman relational trauma dalam keluarga. Lingkungan keluarga yang penuh konflik, kekerasan, dan minim kehangatan emosional memengaruhi kondisi psikologis individu, terutama dalam aspek regulasi emosi, rasa aman, serta kepercayaan terhadap hubungan interpersonal. Pengalaman tersebut membentuk persepsi negatif terhadap pernikahan dan memunculkan perilaku avoidant dalam hubungan romantis. Dengan demikian, gamophobia dapat dipahami sebagai respons psikologis yang kompleks terhadap pengalaman traumatis, bukan sekadar ketidaksiapan individu untuk menikah.

Referensi

- [1] J. N. Chang, "Why Do Chinese Women Experience Gamophobia? Psychoanalytic Theory Assisted Discourses Analysis," *Front. Psychol.* 15, 1357795, 2024.
- [2] Z. K. Brillyan, "Analisis Terhadap Penundaan Pernikahan Oleh Penderita Gamophobia Perspektif Hukum Islam (Studi Di Desa Rawaharum, Kecamatan Pagelaran, Kabupaten Pringsewu)," Dr. Diss. Uin Raden Intan Lampung, 2025.
- [3] M. Ulfah, "Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Orang Dalam Gangguan Jiwa (Odj) Perspektif Barat Dan Islam," *Jiip-Jurnal Ilm. Ilmu Pendidikan*, 7(9), 10197-10203, 2024.
- [4] D. Cyntiawati, Y. P. Hermanto, And J. E. Abraham, "Pastoral Care Bagi Jemaat Dewasa Muda Dengan Gamophobia Menuju Pernikahan Kristen," *Manna Rafflesia*, 9(2), 248-259, 2023.
- [5] N. N. Septiana And Z. Khoiriyah, "Metode Penelitian Studi Kasus Dalam Pendekatan Kualitatif," *Didakt. J. Ilm. Pgsd Stkip Subang*, 10(04), 233-243, 2024.
- [6] K. L. Yoon And R. E. Zinbarg, "Generalized Anxiety Disorder And Entry Into Marriage Or A Marriage-Like Relationship," *J. Anxiety Disord.* 21(7), 955-965, 2007.
- [7] N. Nurwahidah, "Pengaruh Kecerdasan Emosional Dan Keberfungsian Keluarga Terhadap Kesiapan Menikah Pada Dewasa Awal," Dr. Diss. Univ. Pendidik. Muhammadiyah Sorong, 2025.
- [8] A. F. Adhani And A. Aripudin, "Perspektif Generasi Z Di Platform X Terhadap Penurunan Angka Pernikahan Di Indonesia," *J-Kis J. Komun. Islam.* 5(1), 185-198, 2024.
- [9] J. B. Barus And A. Annisa, "Pengaruh Isu Kekerasan Dalam Rumah Tangga (Kdrt) Terhadap Kesiapan Perempuan Untuk Menikah: Studi Kasus: Mahasiswa Program Studi Ilmu Politik Universitas Sumatera Utara," *Sos. Simbiosis J. Integr. Ilmu Sos. Dan Polit.* 1(3), 01-10, 2024.
- [10] A. P. Ryani And A. Suherman, "Dampak Kekerasan Fisik Dalam Hubungan Pacaran Pada Remaja Dan Solusinya," *J. Kaji. Huk. Dan Kebijak. Publik| E-Issn 3031-8882*, 2(1), 360-366, 2024.
- [11] D. A. Ashari, E. Lifa, And M. D. Komalasari, "Dampak Kekerasan Dalam Rumah Tangga Terhadap Psikologis Anak," *At-Taklim J. Pendidik. Multidisiplin*, 2(1), 758-767, 2025.
- [12] J. R. S. Sri, "Trend Marriage Is Scary Pada Generasi Z Era Modern Perspektif Hukum Islam (Studi Pada Kota Bandar Lampung)," Dr. Diss. Uin Raden Intan Lampung, 2025.
- [13] A. Bandura, "Social Learning Theory," Prentice Hall, 1977.
- [14] Y. R. Wibowo, F. Salfadilah, And M. F. Alfani, "Studi Komparasi Teori Keteladanan Nashih Ulwan Dan Teori Kognitif Sosial Albert Bandura," *Mentari J. Islam. Prim. Sch.* 1(1), 43-59, 2023.
- [15] A. W. D. Fatihati And S. Nugraha, "Hubungan Gaya Kelekatan Dengan Tingkat Komitmen Kalangan Emerging Adulthood Di Kota Bandung," *Bandung Conf. Ser. Psychol. Sci. (Vol. 6, No. 1, Pp. 641-650)*, 2026.
- [16] K. Bartholomew And L. M. Horowitz, "Attachment Styles Among Young Adults: A Test Of A Four-Category Model," *J. Personal. Soc. Psychol.* 61(2), 226-244. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.61.2.226>, 1991.
- [17] H. Wadi And E. Z. Mukminin, "Dukungan Interpersonal Untuk Kebutuhan Psikologis Dasar Dan Hubungannya Dengan Motivasi, Kesejahteraan, Dan Kinerja: Analisis Meta," *Harapan J. Ilmu Kesehat. Dan Psikologi*, 1(2), 61-70, 2024.
- [18] H. F. Muyassaroh, "Fenomena Gamophobia Dalam Pandangan Tokoh Agama Di Kabupaten Banyumas," Skripsi. Univ. Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri, Purwokerto. <https://repository.uinsaizu.ac.id/>, 2023.
- [19] J. W. Creswell And J. D. Creswell, "Research Design: Qualitative, Quantitative, And Mixed Methods Approaches (5th Ed.)," Sage Publ., 2018.
- [20] T. Tiara, K. Komaruddin, And Z. Jannati, "Penerapan Konseling Individu Berbasis Islam Dalam Mengatasi Gamophobia (Studi Kasus Klien 'W' Di Desa Kepala Siring Kecamatan Tanjung Sakti Pumu)," *J. Ilmu Sos. Hum. Dan Seni Cv Inf. Technol. Train. Cent. Indones.* 1(2), 136-140, 2022.
- [21] M. R. Sugiyono, "Metode Penelitian Kualitatif," . Untuk Penelit. Yang Bersifat Eksploratif, Enterpretif, Interaktif, Dan Konstr. Cocok Untuk 1. Mhs. Si, S2, Dan S3. 2. Dosen Dan Peneliti Ed. 3 Cet. 3 Thn. 2020, 2020.
- [22] M. K. Himam And S. Anam, "Teknik Pemilihan Informan Dalam Penelitian Kualitatif: Strategi Dan Implementasi," *J. Pendidik. Sos. Dan Humaniora*, 5(2), 1688-1696, 2026.
- [23] Q. Qomaruddin And H. Sa'diyah, "Kajian Teoritis Tentang Teknik Analisis Data Dalam Penelitian Kualitatif: Perspektif Spradley, Miles Dan Huberman," *J. Manag. Accounting, Adm.* 1(2), 77-84, 2024.

Referensi

- [24] S. K. Pertiwi And R. Y. E. Kusumiati, "Fear Of Intimacy Pada Dewasa Awal Dengan Orang Tua Yang Melakukan Kekerasan Dalam Rumah Tangga," *G-Couns J. Bimbing. Dan Konseling*, 8(2), 640-652, 2024.
- [25] N. M. R. Savitri, "Sumber Resiliensi Pada Remaja Korban Kekerasan Dalam Keluarga Source Of Resillience In Adolescent Victim Of Domestic Violence," *Innov. J. Soc. Sci. Res.* 5(2), 4009-4023, 2025.
- [26] I. Tipani, U. Cahaya, And K. Iskandardinata, "Regulasi Emosi Anak Pertama Dari Keluarga Disfungsional Pada Masa Dewasa Awal," *J. Life Span Dev.* 2(5), 2025.
- [27] E. C. K. Putri, "Pengaruh Attachment Style Dan Kepuasan Hubungan Romantis Pada Dewasa Awal Yang Mengalami Perceraian Orang Tua," *Didakt. J. Ilm. Pgsd Stkip Subang*, 11(02), 250-266, 2025.
- [28] I. Angela And J. Ariela, "Pengaruh Dimensi Attachment Avoidance Dan Anxiety Terhadap Kualitas Hubungan Berpacaran Dewasa Muda," *J. Psikol. Udayana*, 8(1), 2021.
- [29] S. N. Ghufron And S. N. Raihana, "Relational Trauma And Distrust: The Impact Of Violence And Infidelity On Women's Readiness For Marriage," *Dimens. J. Kaji. Sosiologi*, 14(2), 106-118, 2025.
- [30] A. I. Pangesti, G. P. A. Sihombing, And M. O. W. Wardhani, "Stigma Kekerasan Dan Pudarnya Institusi Pernikahan: Analisis Kualitatif Pandangan Karyawan Pt. Sicepat Ekspres Indonesia," *Univ. Terbuka*, 2026.
- [31] A. Alimuddin And R. A. Syafruddin, "Analisis Fenomena Marriage Is Scary Pada Kalangan Mahasiswa Iain Parepare: Dampak Psikososial Dan Media Sosial Terhadap Kesiapan Pernikahan," *Al-Hukamaa J. Huk. Kel. Islam.* 3(3), 80-107, 2025.
- [32] A. Zuhaira, J. Sonia, K. Y. Satrio, And Y. L. Jenita, "Analisis Dampak Kekerasan Dalam Rumah Tangga Terhadap Kesehatan Mental Korban," *Menulis J. Penelit. Nusantara*, 1(8), 23-27, 2025.
- [33] L. N. Azizah And S. Sulidar, "Nilai-Nilai Al-Quran Dalam Mengatasi Fenomena Silent Treatment: Studi Kasus Di Medan Marelان Lingkungan V," *J. Tana Mana*, 6(2), 151-169, 2025.
- [34] S. Assegaf And S. Asih, "Perlakuan Diam: Komunikasi Yang Menyakitkan Tanpa Sepatah Kata," *Character J. Penelit. Psikologi*, 12(03), 1114-1125, 2025.
- [35] A. Z. Nada, E. Halimatus, And Mualifah, "Attachment Dan Penyesuaian Emosional Pasangan Pada Masa Awal Pernikahan," *Univ. Islam Negeri Malik Ibrahim Malang*, 2026.
- [36] I. M. G. Widyatmika, L. S. Kurniawan, And N. K. P. Ariani, "Analisis Dampak Trauma Kekerasan Dalam Rumah Tangga (Kdrt) Terhadap Kecerdasan Emosional Anak Di Desa Beraban, Tabanan, Bali," *Intisari Sains Medis*, 11(3), 1404-1408, 2020.
- [37] S. Soemarmi, M. P. Ariyanti, And F. R. Sunarmi, "Filial Therapy Untuk Meningkatkan Regulasi Emosi Dan Empati Anak Korban Kdrt Dan Perceraian Orang Tua," *J. Educ. Res.* 5(4), 4746-4752, 2024.
- [38] M. P, Z. Anwar, And A. N. Masturah, "Hubungan Regulasi Emosi Dengan Perilaku Kekerasan Dalam Berpacaran Pada Mahasiswa," *Cognicia*, 7(2), 214-227, 2019.
- [39] W. Sulistiyawati And Y. F. Nadirah, "Trauma Kdrt Dan Perilaku Posesif Remaja: Studi Kasus Di Pusat Rehabilitasi Serang: Penelitian," *J. Pengabd. Masy. Dan Ris. Pendidikan*, 4(2), 12501-12508, 2025.
- [40] R. Kasdim And Y. Budiarto, "Attachment Style Dalam Hubungan Romantis Pada Wanita Emerging Adulthood Yang Mengalami Fatherlessness," *J. Rev. Pendidik. Dan Pengajaran (Jrpp)*, 7(4), 2024.
- [41] P. Aji, "Kelekatan (Attachment) Pada Remaja Kembar," *Dr. Diss. Univ. Muhammadiyah Surakarta*, 2010.
- [42] W. Marpaung, "Persepsi Pernikahan Bagi Dewasa Dini Dari Keluarga Kekerasan Dalam Rumah Tangga (Kdrt)," *J. Univ. Medan Area*, 2, 1-11, 2016.
- [43] S. Wahyuni, A. Khumas, And E. S. Jafar, "Persepsi Tentang Pernikahan Pada Perempuan Dewasa Awal Yang Mengalami Fatherless," *Peshum J. Pendidikan, Sos. Dan Humaniora*, 2(6), 1050-1066, 2023.
- [44] A. R. Jannah, I. G. A. A. Noviekayati, And A. P. Rina, "Hubungan Antara Regulasi Emosi Dan Komunikasi Interpersonal Dengan Perilaku Kekerasan Dalam Berpacaran Pada Pelaku Kekerasan," *Univ. 17 Agustus 1945 Surabaya*, 2026.
- [45] F. R. Permadi And Y. W. Pertiwi, "Pengaruh Regulasi Emosi Terhadap Kekerasan Dalam Pacaran Pada Mahasiswa," *Univ. Bhayangkara Jakarta Raya*, 2024.

