

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dewasa awal merupakan tahap perkembangan yang ditandai dengan perubahan dalam kehidupan individu, termasuk dalam aspek sosial dan hubungan interpersonal. Pada tahap ini, individu mulai memasuki kehidupan yang lebih mandiri dan membangun hubungan yang lebih dekat dengan orang lain. Hubungan interpersonal menjadi bagian penting dalam kehidupan dewasa awal, salah satunya melalui hubungan pertemanan. Pertemanan pada masa dewasa awal berkaitan dengan kebutuhan individu untuk memiliki hubungan yang dekat, saling memberikan dukungan, serta berbagi pengalaman dengan orang lain. Hubungan pertemanan juga menjadi salah satu bentuk hubungan sosial yang berkembang seiring dengan proses individu dalam menjalani kehidupan dewasa awal (Santrock, 2012).

Hubungan pertemanan dapat berkembang menjadi tidak sehat ketika terdapat perilaku merendahkan, mengontrol, memanipulasi, mengintimidasi, mengucilkan, atau menyakiti secara berulang. Kekerasan dalam pertemanan tidak hanya berbentuk fisik, tetapi juga dapat berupa penghinaan, ejekan, ancaman, manipulasi emosional, pengucilan, penyebaran informasi yang merugikan, dan perilaku mengontrol. Kekerasan dapat terjadi secara langsung maupun melalui komunikasi digital (Moningka & Puspitasari, 2021; KemenPPPA, 2024).

Kekerasan dalam pertemanan sering sulit dikenali karena korban menganggap ejekan, sindiran, pengabaian, pemaksaan, atau perlakuan yang berubah-ubah sebagai bagian dari dinamika pertemanan. Kekerasan yang berlangsung berulang dapat menimbulkan tekanan psikologis, menurunkan harga diri, meningkatkan kecemasan, serta membuat korban kesulitan mengambil jarak dari pelaku (Walker, 2017). Kondisi tersebut dapat semakin kompleks ketika korban memiliki kebutuhan untuk diterima dan mempertahankan kelompok pertemanan. Rasa takut kehilangan teman, dikucilkan, atau tidak memiliki kelompok sosial dapat membuat mahasiswa tetap mempertahankan hubungan yang sebenarnya merugikan (Rahmawati & Hidayati, 2022).

Pola kekerasan yang diselingi dengan perhatian, permintaan maaf, bantuan, dan sikap baik dapat menimbulkan kebingungan pada korban dalam menilai hubungan. Korban masih dapat melihat sisi positif teman yang melakukan kekerasan sehingga hubungan yang menyakitkan tetap dianggap memiliki nilai emosional. Pergantian perlakuan negatif dan positif tersebut dapat memperkuat keterikatan emosional yang tidak sehat atau trauma bonding dalam hubungan yang mengandung kekerasan (Dutton & Painter, 1993; Moningga & Puspitasari, 2021).

Trauma bonding merupakan keterikatan emosional yang kuat dan tidak sehat antara korban dan pelaku dalam hubungan yang ditandai oleh perlakuan menyakitkan yang diselingi dengan perlakuan positif secara tidak konsisten. Dutton dan Painter menjelaskan bahwa intermittent reinforcement menjadi

salah satu mekanisme penting dalam terbentuknya trauma bonding, yaitu ketika perlakuan negatif atau kekerasan diselingi perhatian, kasih sayang, permintaan maaf, atau perlakuan positif lainnya. Pola tersebut dapat membuat korban tetap mempertahankan harapan terhadap perubahan pelaku dan sulit melepaskan diri dari hubungan (Dutton & Painter, 1993).

Karakteristik *trauma bonding* dapat terlihat dari kesulitan mengakhiri hubungan, harapan agar pelaku berubah, kecenderungan membenarkan atau memaklumi perilaku buruk, serta meminimalkan kekerasan yang dialami. Korban dapat mengalami konflik antara keinginan untuk menjauh dan ketakutan kehilangan teman atau menghadapi kehidupan sosial tanpa teman tersebut (Lahav dkk., 2019).

Trauma bonding juga berpotensi muncul dalam hubungan pertemanan karena adanya kedekatan emosional, sejarah hubungan yang panjang, pengalaman bersama, kebutuhan akan penerimaan sosial, serta pergantian perlakuan negatif dan positif. Keterikatan tersebut dapat membuat mahasiswa menganggap teman sebagai bagian penting dalam kehidupannya dan lebih mudah memaklumi perilaku buruk demi mempertahankan hubungan (Lahav dkk., 2019; Moningka & Puspitasari, 2021).

Dampak *trauma bonding* dapat memengaruhi kondisi psikologis dan kehidupan sosial mahasiswa. Korban dapat mengalami penurunan harga diri, tekanan emosional, hilangnya kepercayaan terhadap orang lain, serta menarik diri dari lingkungan sosial. Pengaruh teman yang melakukan kekerasan juga

dapat menyebabkan korban menjauh dari teman-teman lainnya (Lahav dkk., 2019; Moningka & Puspitasari, 2021).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti terhadap 30 mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang pada tanggal 30 Juni 2026 menggunakan angket sederhana, ditemukan data sebagai berikut:

Tabel 1. 1
Hasil Survei Awal *Trauma Bonding* Pada Mahasiswa
UIN Imam Bonjol Padang

No	Pernyataan	Ya	Tidak	Total
1.	Saya sering mengikuti keinginan teman meskipun tidak sesuai dengan keinginan saya.	23 Orang (76,7%)	7 Orang (23,3%)	30 Orang (100%)
2.	Teman saya menyakiti saya di satu waktu, tetapi bersikap baik di waktu lain.	25 Orang (83,3%)	5 Orang (16,7%)	30 Orang (100%)
3.	Teman saya berulang kali menyakiti saya, kemudian meminta maaf atau kembali bersikap baik.	24 Orang (80,0%)	6 Orang (20,0%)	30 Orang (100%)
4.	Saya sulit menjauh dari teman yang sering menyakiti saya.	22 Orang (73,3%)	8 Orang (26,7%)	30 Orang (100%)
5.	Saya memaklumi perlakuan buruk teman karena memahami keadaannya.	21 Orang (70,0%)	9 Orang (30,0%)	30 Orang (100%)
6.	Saya menjauh dari teman lain karena pengaruh teman tersebut.	18 Orang (60,0%)	12 Orang (40,0%)	30 Orang (100%)
Rata-rata		73,9%	26,1%	

Berdasarkan hasil studi pendahuluan ditemukan adanya kecenderungan karakteristik *trauma bonding* dalam hubungan pertemanan. Sebanyak 76,7% responden mengaku sering mengikuti keinginan teman meskipun tidak sesuai dengan keinginannya, 83,3% menyatakan teman menyakiti mereka pada satu waktu tetapi bersikap baik pada waktu lainnya, dan 80,0% menyatakan teman berulang kali menyakiti kemudian meminta maaf atau kembali bersikap baik. Selain itu, 73,3% responden mengaku sulit menjauh dari teman yang sering menyakiti mereka, sedangkan 70,0% memaklumi perlakuan buruk karena memahami keadaan temannya. Sebanyak 60,0% responden juga menyatakan menjauh dari teman lain karena pengaruh teman tersebut. Secara keseluruhan, rata-rata 73,9% jawaban responden menunjukkan adanya indikasi karakteristik *trauma bonding* berdasarkan pernyataan dalam studi pendahuluan.” Temuan tersebut menjadi indikasi awal bahwa fenomena *trauma bonding* dalam hubungan pertemanan mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang relevan untuk diteliti lebih lanjut (Dutton & Painter, 1993).

Fenomena *trauma bonding* menunjukkan adanya faktor psikologis yang dapat membuat seseorang tetap mempertahankan hubungan yang menyakitkan. Salah satu faktor yang diduga berpengaruh adalah empati, yaitu kemampuan memahami sudut pandang dan kondisi emosional orang lain serta memberikan respons terhadap keadaan tersebut. Davis (1983) membagi empati menjadi empat aspek, yaitu *perspective taking*, *fantasy*, *empathic concern*, dan *personal distress*. Empati pada dasarnya dapat membantu membangun hubungan pertemanan yang sehat melalui kepedulian, pemahaman, dan komunikasi.

Empati dapat memiliki dinamika berbeda ketika diterapkan dalam hubungan pertemanan yang mengandung kekerasan. Mahasiswa yang memiliki empati tinggi dapat lebih mudah memahami dan memaklumi perilaku teman yang menyakitinya, misalnya dengan menganggap teman sedang menghadapi masalah atau tekanan. Kondisi tersebut dapat menjadi kurang adaptif apabila membuat individu mengabaikan dampak kekerasan terhadap dirinya dan terus memberikan kesempatan kepada teman yang melakukan perlakuan buruk (Davis, 1983; Indriani, 2020).

Kemampuan memahami kondisi teman perlu disertai kesadaran terhadap kebutuhan dan batasan diri. Individu yang lebih berfokus pada keadaan pelaku dapat mengalami kesulitan menolak, menetapkan batasan, atau mengambil jarak dari hubungan yang tidak sehat. Kondisi tersebut dapat membuat korban terus memaafkan dan mempertahankan hubungan meskipun perlakuan menyakitkan terjadi berulang kali (Pratiwi & Nashori, 2024).

Empati diduga menjadi salah satu faktor yang memengaruhi *trauma bonding* ketika kemampuan memahami dan memaklumi kondisi teman tidak diimbangi dengan kemampuan menjaga batasan diri. Hubungan tersebut perlu dibuktikan secara empiris untuk mengetahui pengaruh empati terhadap *trauma bonding* pada mahasiswa korban kekerasan dalam pertemanan (Davis, 1983; Dutton & Painter, 1993; Effiong dkk., 2022).

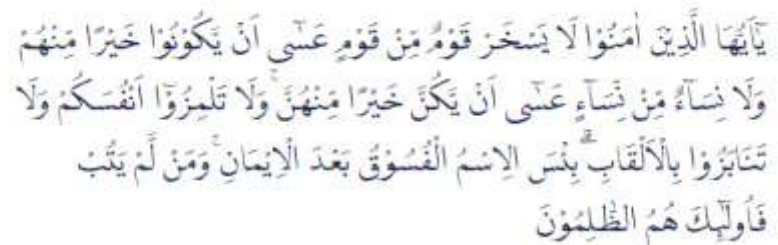
Penelitian Effiong, Ibeagha, dan Iorfa (2022) menunjukkan bahwa empati dapat memperkuat *trauma bonding* pada korban kekerasan dalam hubungan. Individu yang memiliki kecenderungan empati tertentu dapat lebih

mudah memahami kondisi emosional pelaku sehingga mengalami kesulitan melepaskan diri dari hubungan yang mengandung kekerasan. Temuan tersebut memberikan dasar bahwa empati perlu dikaji sebagai faktor psikologis yang mungkin berperan dalam mempertahankan keterikatan emosional korban terhadap pelaku (Effiong dkk., 2022).

Penelitian Pratiwi dan Nashori (2024) menunjukkan pentingnya batasan diri dalam hubungan yang tidak sehat. Empati yang tidak disertai batasan diri dapat membuat individu lebih mudah memahami dan memaklumi perilaku orang lain, termasuk perilaku yang merugikan dirinya sendiri. Kondisi tersebut relevan dengan *trauma bonding* karena korban dapat menggunakan pemahaman terhadap kondisi pelaku sebagai alasan untuk terus mempertahankan hubungan (Pratiwi & Nashori, 2024).

Perspektif Islam memberikan landasan penting dalam memahami empati, hubungan sosial, kekerasan, dan perlindungan diri. Islam mengajarkan hubungan sosial berdasarkan kasih sayang, penghormatan, kepedulian, dan menjauhi kezaliman. Hubungan pertemanan seharusnya memberikan kemaslahatan bagi kedua pihak dan tidak menjadi sarana untuk merendahkan atau menyakiti orang lain. Kekerasan dalam pertemanan bertentangan dengan prinsip hubungan sosial yang mengedepankan penghormatan terhadap sesama (An-Nawawi, 2012).

Larangan melakukan penghinaan dan merendahkan orang lain juga terdapat dalam QS. Al-Hujurat ayat 11 yang berbunyi:



يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا يَسْخَرُ قَوْمٌ مِنْ قَوْمٍ عَسَىٰ أَنْ يَكُونُوا خَيْرًا مِنْهُمْ وَلَا نِسَاءٌ مِنْ نِسَاءٍ عَسَىٰ أَنْ يَكُنَّ خَيْرًا مِنْهُنَّ وَلَا تَلْمِزُوا أَنْفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا بِالْأَلْقَابِ بِئْسَ الْأَسْمُ الْفُسُوقُ بَعْدَ الْإِيمَانِ وَمَنْ لَمْ يَتُبْ فَأُولَٰئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ

Artinya “Wahai orang-orang yang beriman! Janganlah suatu kaum mengolok-olok kaum yang lain, boleh jadi mereka lebih baik daripada mereka.” (QS. Al-Hujurat: 11).

Ayat tersebut menunjukkan pentingnya menjaga martabat dan kehormatan orang lain dalam hubungan sosial. Perilaku mengolok-olok, merendahkan, dan memberikan panggilan yang buruk dapat menyakiti perasaan serta merusak hubungan sosial. Nilai tersebut relevan dengan pertemanan mahasiswa karena ejekan, penghinaan, dan tindakan merendahkan yang dilakukan secara berulang tidak seharusnya dianggap sebagai bentuk pertemanan yang wajar (Shihab, 2002).

Perspektif Psikologi Islam memaknai empati sebagai bentuk kepedulian dan kasih sayang terhadap sesama. Empati membantu seseorang memahami keadaan orang lain tanpa mengharuskan dirinya menerima atau membenarkan perlakuan yang merugikan. Kemampuan memahami kondisi teman perlu diimbangi dengan kesadaran untuk menjaga batasan dan kesejahteraan diri (Al-Ghazali, *Ihya' 'Ulum al-Din*; Hamed dkk., 2020).

Kajian *trauma bonding* selama ini lebih banyak membahas hubungan romantis dan kekerasan dalam hubungan pasangan. Penelitian mengenai

trauma bonding dalam hubungan pertemanan masih relatif terbatas, padahal mahasiswa memiliki intensitas interaksi yang tinggi dengan teman sebaya serta kebutuhan terhadap penerimaan sosial. Kajian dalam konteks pertemanan dapat memperluas pemahaman mengenai keterikatan emosional yang tidak sehat di luar hubungan romantis (Dutton & Painter, 1993; Lahav dkk., 2019).

Kesenjangan penelitian juga terlihat dalam kajian mengenai empati dan *trauma bonding*. Beberapa penelitian telah menunjukkan adanya keterkaitan antara kedua variabel tersebut, tetapi kajian yang secara khusus melibatkan mahasiswa korban kekerasan dalam pertemanan, terutama mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang, masih terbatas. Kondisi tersebut menjadi dasar penelitian untuk menguji pengaruh empati terhadap *trauma bonding* pada mahasiswa korban kekerasan dalam pertemanan (Effiong dkk., 2022; Pratiwi & Nashori, 2024).

Studi pendahuluan pada mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang menunjukkan adanya indikasi *trauma bonding* dalam hubungan pertemanan. Indikasi tersebut terlihat dari kecenderungan mengikuti keinginan teman, menerima perlakuan menyakitkan yang kemudian diselingi perlakuan baik, mengalami kesulitan untuk menjauh, serta memaklumi perilaku buruk teman. Sebanyak 73,9% responden memberikan jawaban “Ya” pada pernyataan yang menggambarkan karakteristik tersebut. Temuan awal tersebut menunjukkan bahwa fenomena *trauma bonding* dalam hubungan pertemanan mahasiswa relevan untuk dikaji lebih lanjut.

Penelitian ini menggunakan konsep empati dari Davis (1983) yang terdiri atas *perspective taking*, *fantasy*, *empathic concern*, dan *personal distress*. Konsep *trauma bonding* mengacu pada Dutton dan Painter (1993), khususnya keterikatan emosional yang terbentuk melalui pola perlakuan negatif dan positif yang berlangsung secara tidak konsisten. Kedua konsep tersebut menjadi landasan untuk menguji pengaruh empati terhadap *trauma bonding* pada mahasiswa korban kekerasan dalam pertemanan (Davis, 1983; Dutton & Painter, 1993).

Empati merupakan kemampuan psikologis yang pada dasarnya bersifat positif dalam membangun hubungan sosial. Empati yang tidak disertai kemampuan menetapkan batasan diri dapat membuat korban lebih mudah memahami, memaafkan, dan memaklumi perilaku pelaku. Kondisi tersebut dapat membuat korban terus memberikan kesempatan, mempertahankan harapan terhadap perubahan pelaku, serta mengalami kesulitan untuk mengakhiri hubungan yang merugikan. Empati diduga memiliki pengaruh terhadap *trauma bonding* dan hubungan tersebut perlu dibuktikan melalui penelitian empiris (Davis, 1983; Dutton & Painter, 1993; Effiong dkk., 2022).

Penelitian ini diharapkan dapat memperluas kajian psikologi mengenai *trauma bonding* dengan mengangkat hubungan pertemanan mahasiswa sebagai konteks penelitian. Penelitian ini juga diharapkan memberikan pemahaman mengenai peran empati dalam terbentuknya keterikatan emosional yang tidak sehat pada mahasiswa korban kekerasan dalam pertemanan, khususnya mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Empati terhadap *Trauma Bonding* pada Mahasiswa Korban Kekerasan dalam Pertemanan di UIN Imam Bonjol Padang.” Penelitian ini diarahkan untuk mengetahui pengaruh empati terhadap *trauma bonding* pada mahasiswa yang mengalami kekerasan dalam hubungan pertemanan.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah dikemukakan sebelumnya, rumusan masalah untuk penelitian ini adalah “Apakah ada pengaruh empati terhadap *trauma bonding* pada mahasiswa UIN Imam Bonjol Padang?”.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan, maka batasan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Apa kategorisasi tingkat empati mahasiswa korban kekerasan dalam pertemanan?
2. Apa kategorisasi *trauma bonding* yang dialami oleh korban kekerasan dalam pertemanan?
3. Apakah terdapat pengaruh antara empati terhadap *trauma bonding* pada korban kekerasan dalam pertemanan?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan dan batasan masalah yang ada, tujuan penelitian ini, yaitu:

1. Untuk mengetahui kategorisasi empati yang dimiliki oleh korban kekerasan dalam pertemanan.
2. Untuk mengetahui kategorisasi *trauma bonding* yang dialami oleh korban kekerasan dalam pertemanan.
3. Untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh antara empati dan *trauma bonding* pada korban kekerasan dalam pertemanan.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu psikologi, khususnya Psikologi Islam dan Psikologi Klinis, melalui pemahaman mengenai pengaruh empati terhadap *trauma bonding* pada mahasiswa korban kekerasan dalam pertemanan. Hasil penelitian diharapkan dapat memperkaya literatur mengenai empati, *trauma bonding*, dan hubungan interpersonal serta menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya dalam mengkaji dinamika psikologis mahasiswa dan hubungan sosial yang tidak sehat.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi mahasiswa, perguruan tinggi, konselor, dan peneliti selanjutnya. Bagi mahasiswa, penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman

mengenai empati dan *trauma bonding* sehingga mahasiswa mampu mengenali hubungan pertemanan yang tidak sehat serta membangun hubungan yang lebih positif dan seimbang. Bagi perguruan tinggi dan konselor, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi dan bahan pertimbangan dalam memberikan edukasi, layanan konseling, serta upaya pencegahan kekerasan dalam hubungan pertemanan mahasiswa. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dalam mengembangkan penelitian mengenai empati, *trauma bonding*, hubungan interpersonal, dan kesehatan psikologis mahasiswa.

F. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan dalam skripsi ini disusun secara sistematis agar memudahkan pembaca dalam memahami alur dan isi dari penelitian yang dilakukan. Skripsi ini terdiri dari lima bab utama, sebagai berikut:

BAB I : PENDAHULUAN

Pendahuluan terdiri dari latar belakang, rumusan masalah, batasan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan sistematika penulisan.

BAB II : LANDASAN TEORI

Pada bab ini membahas tentang teori-teori yang berkaitan dengan empati dan *trauma bonding* serta dinamika pengaruh empati terhadap *trauma bonding*, penelitian yang relevan, kerangka konseptual, dan hipotesis penelitian.

BAB III : METODE PENELITIAN

Metodologi penelitian terdiri dari penjelasan mengenai jenis penelitian yang digunakan, identifikasi variabel penelitian, definisi operasional, populasi dan sampel, teknik pengumpulan data, validitas dan reliabilitas, dan teknik analisis data.

BAB IV : HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian, bab ini berisi tentang deskripsi hasil temuan penelitian dan hasil analisis.

BAB V : PENUTUP

Penutup, bab ini berisikan kesimpulan dan saran.

