

PENGARUH KEKERASAN VERBAL DALAM RUMAH TANGGA TERHADAP KEPERCAYAAN DIRI DAN HARGA DIRI PASANGAN

Nurhidayati

Institut Agama Islam Lukman Edy, Indonesia

*Correspondent email: nurhidayati2189@gmail.com

Abstrak: Artikel ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kekerasan verbal terhadap kepercayaan diri dan citra diri pasangan. Adapun teknik analisis data menggunakan linear sederhana. Berdasarkan hasil uji analisis Linear Sederhana menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara Kekerasan Verbal (X) terhadap Percaya Diri (Y1) dengan nilai koefisien regresi sebesar 0,955 terdapat pengaruh yang signifikan antara Kekerasan Verbal (X) terhadap Citra Diri (Y2) dengan nilai koefisien regresi sebesar 1,241. Kepercayaan dan keyakinan pasangan berkurang seiring dengan tingkat kekerasan verbal. Ketidakpercayaan diri yang disebabkan oleh kekerasan verbal dari pasangan menimbulkan keraguan terhadap diri sendiri. Mereka yang melakukan kekerasan verbal sering kali mengubah fakta untuk membuat korban meragukan ingatan, persepsi, dan bahkan kewarasannya sendiri. Individu yang sering mengalami kekerasan verbal juga akan berusaha untuk menghindari amarah mereka atau kritik dari pasangan mereka, dan korban akan belajar untuk diam. Ia akan menekan keinginan, pendapat, dan perasaannya sendiri. Korban akan kehilangan suaranya dan identitas dirinya sebagai akibatnya. Ada kemungkinan bahwa citra diri yang negatif diinternalisasi sebagai bagian dari kepercayaan diri. Korban akan memiliki gambar tubuh atau self-image yang buruk jika pasangan terus menekankan kekurangan fisik, intelektual, atau sifatnya. Masalah kesehatan mental seperti kecemasan dan stres berkepanjangan dapat disebabkan oleh kekerasan verbal. Hal ini juga dapat menyebabkan korban kehilangan identitas diri atau mengembangkan identitas diri yang negatif.

Kata kunci: Kekerasan Verbal; Kepercayaan Diri; Citra Diri

Abstract: This article aims to determine the effect of verbal violence on the self-confidence and self-image of couples. The data analysis technique uses simple linear. Based on the results of the Simple Linear analysis test, it shows that there is a significant influence between Verbal Violence (X) on Self-Confidence (Y1) with a regression coefficient value of 0.955, there is a significant influence between Verbal Violence (X) on Self-Image (Y2) with a regression coefficient value of 1.241. The trust and confidence of couples decreases along with the level of verbal violence. Lack of self-confidence caused by verbal violence from a partner gives rise to self-doubt. Those who engage in verbal abuse often distort facts to make the victim doubt their memories, perceptions, and even their own sanity. Individuals who frequently experience verbal violence will also try to avoid their anger or criticism from their partners, and victims will learn to remain silent. He will suppress his own desires, opinions and feelings. The victim will lose their voice and identity as a result. It is possible that negative self-image is internalized as part of self-confidence. The victim will have a bad body image or self-image if the partner continues to emphasize their physical, intellectual or character deficiencies. Mental health problems such as anxiety and prolonged stress can be caused by verbal violence. This can also cause victims to lose their self-identity or develop a negative self-identity.

Keywords: Verbal Violence; Self-Confidence; Self-Image



PENDAHULUAN

Rumah tangga idealnya menjadi tempat yang penuh kasih sayang, dukungan emosional, dan rasa aman bagi setiap anggotanya. Namun, kenyataan sering kali menunjukkan hal sebaliknya. Kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) masih menjadi fenomena yang umum terjadi, salah satu bentuknya adalah kekerasan verbal. Kekerasan verbal merupakan semua bentuk tindakan berupa ucapan yang mempunyai sifat menghina, membentak, memaki, dan menakuti dengan mengeluarkan kata-kata yang tidak pantas (Sumantri.L.I, 2016). Menurut Berkowitz dalam (Nazhifah, 2017) kekerasan verbal adalah suatu bentuk perilaku kekerasan yang berbentuk umpatan, celaan atau makian, ejekan, dan juga ancaman melalui kata-kata. Dalam konteks rumah tangga, istri sering kali menjadi pihak yang mengalami kekerasan verbal dari suami. Hal ini dapat berdampak buruk pada kondisi emosional dan psikologis istri, termasuk kepercayaan diri dan citra diri mereka.

Kepercayaan diri merupakan aspek penting dalam kesehatan mental individu. Kepercayaan diri menurut Guildford dalam (Longkutoy, N., Sinolungan, J., & Opod, 2015) adalah salah satu aspek kepribadian yang perlu dicapai dalam diri manusia yang memiliki fungsi penting dalam mengaktualisasikan potensi dan kemampuan diri seseorang, yang terwujud dalam tenang dalam bersikap, sikap yakin atas perbuatan yang dilakukan, merasa bahwa dirinya diterima oleh lingkungan sekitar

(Efendi & Hilmy, 2016) mengatakan citra diri (*self image*) merupakan suatu persepsi atau penilaian diri sendiri dan bahkan tidak disadari sebab berbentuk sangat halus atau bahkan abstrak. Citra diri dominan dengan sifat global dan sebagai payung yang besar dalam menaungi seluruh kecenderungan tindakan dalam berpikir atau bertindak. Citra diri bahkan diartikan sebagai identitas diri yang memperkenalkan kepada semesta alam. Istri yang sering menerima kata-kata negatif dari suami cenderung mengalami penurunan harga diri, merasa tidak berdaya, dan menginternalisasi pandangan negatif tersebut sebagai bagian dari dirinya. Citra diri yang negatif dan kepercayaan diri yang rendah dapat menghambat istri dalam menjalankan peran sosialnya, serta berdampak pada kualitas hidup secara keseluruhan.

Hasil penelitian (Sintha & Pertiwi, 2025) menunjukkan bahwa kekerasan verbal menunjukkan pengaruh pada kesehatan mental korban, termasuk menurunnya rasa percaya diri, kecemasan, hingga depresi berkepanjangan. Adapun faktor ekonomi, budaya patriarki, dan kurangnya komunikasi yang sehat dalam keluarga menjadi pemicu utama. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang kekerasan verbal dalam rumah tangga, tujuan penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan untuk mengurangi kejadian kekerasan verbal dalam rumah tangga sehingga menciptakan lingkungan keluarga yang aman dan nyaman untuk disinggahi

METODE PENELITIAN

Pendekatan yang digunakan pada penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Menurut (Creswell, 2014) tujuan analisis korelasi kuantitatif yang menggunakan metode statistik untuk menganalisis data adalah untuk mengetahui bagaimana hubungan antar variabel akan diwakili oleh nilai signifikan. Adapun alat pengumpulan data yaitu menggunakan skala likert. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 35 orang. Metode analisa data menggunakan linear sederhana.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil uji validitas dalam seluruh item kuisioner yang telah diuji dinyatakan valid karena $r_{hitung} > r_{tabel}$ (0,3246), seluruh item juga dinyatakan reliabel dengan hasil uji $r_{hitung} > r_{table}$ (0,600). Uji analisis



Linear Sederhana menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara Kekerasan Verbal (X) terhadap Percaya Diri (Y1) dengan nilai koefisien regresi sebesar 0,955 terdapat pengaruh yang signifikan antara Kekerasan Verbal (X) terhadap Citra Diri (Y2) dengan nilai koefisien regresi sebesar 1,241. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa Kekerasan Verbal (X) memiliki pengaruh secara signifikan terhadap Kepercayaan Diri (Y1) dan Citra Diri (Y2). Kekerasan verbal bukanlah sekadar pertengkaran biasa. Ini adalah pola perilaku yang bertujuan untuk mengontrol, merendahkan, dan mengintimidasi. Ketika seseorang terus-menerus mendengar kata-kata negatif tentang dirinya dari orang yang paling dekat pasangannya ia akan mulai memercayai kata-kata tersebut. Kepercayaan diri rendah yang diakibatkan oleh kekerasan verbal dari pasangan mengakibatkan individu memiliki keraguan terhadap dirinya. Pelaku kekerasan verbal sering kali memutarbalikkan fakta untuk membuat korban meragukan ingatan, persepsi, dan bahkan kewarasannya sendiri. Individu yang sering mendapatkan kekerasan verbal akan berupaya untuk menghindari ledakan amarah atau kritik dari pasangan, korban akan belajar untuk diam. Ia akan menekan pendapat, perasaan, dan kebutuhannya sendiri. Hal ini akan membuat korban kehilangan suaranya dan identitas dirinya. Ia hidup dalam kewaspadaan terus-menerus (*walking on eggshells*), yang sangat menguras energi mental dan emosional, serta menghancurkan spontanitas dan rasa aman dalam dirinya. Rendahnya kepercayaan diri yang diakibatkan oleh kekerasan verbal dari pasangan membuat korban ragu dalam mengambil keputusan. Korban juga akan cenderung menarik diri dari aktivitas sosial, hobi, atau karier yang sebelumnya ia nikmati karena merasa tidak cukup baik atau takut akan kritik dari pasangan.

(Sintha & Pertiwi, 2025) mengatakan kekerasan verbal berdampak pada kesehatan mental korban, termasuk kehilangan rasa percaya diri, kecemasan, dan depresi yang berkelanjutan. Faktor ekonomi, budaya patriarki, dan komunikasi yang kurang. Faktor utama yang menyebabkan kekerasan verbal dalam rumah tangga adalah kesehatan keluarga. Pemahaman yang lebih baik tentang kekerasan verbal dalam rumah tangga diharapkan dapat membantu menciptakan lingkungan keluarga yang aman dan nyaman untuk disinggahi. (Rahmawati. Larisu & La, 2024) hubungan interpersonal informan berkurang. Faktor eksternal membatasi komunikasi oleh orang lain, termasuk mantan suami, sementara faktor internal menyebabkan perasaan rendah diri dan kemampuan komunikasi yang menurun. Studi ini menunjukkan bahwa diperlukan pendampingan bagi perempuan yang mengalami kekerasan verbal untuk mendapatkan bantuan psikologis dan dukungan dari lingkungan sekitar. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang cara yang lebih baik untuk membuat kebijakan yang menangani kekerasan verbal terhadap perempuan yang telah bercerai di Kota Kendari. (Jannah & Tohari, 2024) mengatakan penyebab kekerasan dalam rumah tangga terhadap perempuan adalah kesulitan ekonomi, emosi berlebihan, dan ketidakpatuhan. Beberapa dampak yang dialami korban termasuk dampak fisik dan psikis, seperti stres pascatrauma, rasa malu, dan cemas kepada pasangan yang memiliki efek seperti memar dan lebam.

Selain memberi dampak terhadap kepercayaan diri, kekerasan verbal juga memberikan dampak terhadap citra diri pasangan. Citra diri yang negatif dapat diinternalisasi menjadi bagian dari keyakinan diri. Jika pasangan terus menerus menekankan kekurangan fisik, intelektual, atau sifat, korban akan memiliki *body image* atau *self-image* yang buruk. Korban kekerasan verbal dapat mengalami masalah kesehatan mental seperti mengalami kecemasan dan stress berkepanjangan. Hal ini juga dapat membuat korban kehilangan identitas dirinya atau dapat membentuk identitas diri yang negatif. Identitas atau citra diri seseorang banyak terbentuk dari interaksi dengan orang terdekat, terutama pasangan. Identitas atau citra diri seseorang banyak terbentuk dari interaksi dengan orang terdekat, terutama pasangan. Korban yang citra dirinya rusak akan merasa tidak layak bergaul dengan orang lain. Mereka cenderung menarik diri, sulit bersosialisasi, dan takut ditolak. Hal ini menciptakan lingkaran isolasi: semakin menjauh dari dukungan sosial, semakin kuat citra diri negatifnya. (Cera Keny et al., 2023) Harga diri dan harapan mempengaruhi tingkat kebahagiaan seseorang. Dengan kata lain, seseorang yang memiliki harga diri dan harapan yang tinggi akan sangat bahagia, tetapi ketika mereka berada dalam hubungan yang merugikan, harga diri dan harapan mereka akan menurun harapan akan menurun, mengurangi kebahagiaan



KESIMPULAN

Kekerasan verbal memiliki pengaruh secara signifikan terhadap kepercayaan diri dan citra diri pasangan. Kekerasan verbal dalam rumah tangga terbukti berpengaruh negatif terhadap kepercayaan diri pasangan. Pasangan yang sering mendapatkan perlakuan verbal yang merendahkan, seperti hinaan, bentakan, atau kata-kata kasar, mengalami penurunan rasa percaya diri, merasa tidak berdaya, dan meragukan kemampuan dirinya. Kekerasan verbal juga berpengaruh signifikan terhadap harga diri pasangan. Perlakuan yang merendahkan martabat, pelecehan verbal, dan perkataan yang penuh kritik membuat pasangan merasa tidak berharga, kehilangan penghargaan terhadap diri sendiri, dan merasa rendah dibandingkan orang lain. Semakin tinggi intensitas kekerasan verbal, semakin rendah tingkat kepercayaan diri dan harga diri pasangan. Hal ini menunjukkan adanya hubungan yang kuat antara frekuensi dan tingkat keparahan kekerasan verbal dengan kondisi psikologis korban.

DAFTAR PUSTAKA

- Cera Keny, W., Febrian Syahputra, R., & Pratomo, D. R. (2023). Pengalaman Toxic Relationship dan Dampaknya Pada Kalangan Generasi Muda. *Prosiding Seminar Nasional*, 918–926.
- Creswell, J. W. (2014). *Penelitian Kualitatif & Desain Riset*. Pustaka Pelajar.
- Efendi & Hilmy. (2016). Hubungan antara citra diri dengan self-esteem terhadap remaja pelaku selfie yang diunggah di media sosial pada siswa Madrasah Aliyah Tawakkal Denpasar. *Tesis*.
- Jannah, M., & Tohari, M. A. (2024). Analisis Deskriptif Penyebab Kekerasan Dalam Rumah Tangga Terhadap Perempuan. *TERANG : Jurnal Kajian Ilmu Sosial, Politik Dan Hukum*, 1(1), 247–254.
- Longkutoy, N., Sinolungan, J., & Opod, H. (2015). Hubungan pola asuh orang tua dengan kepercayaan diri siswa SMP kristen Ranotongkor Kabupaten Minahasa. *Jurnal E-Biomedik*, 3(1), 93–99.
- Nazhifah, N. (2017). Pengaruh Verbal Abuse, Kualitas Komunikasi Orang Tua dan Konformitas Teman Sebaya Terhadap Perilaku Agresif Remaja. *Jurnal Ilmu Komunikasi*, 15(3), 262. <https://doi.org/10.31315/jik.v15i3.2177>.
- Rahmawati. Larisu, Z. I., & La. (2024). Dampak Psikologis Kekerasan Verbal Pada Perempuan Bercerai Di Kendari. *Newcomb : Jurnal Ilmu Komunikasi Dan Media*, 1(2), 238–248.
- Sintha, J. M., & Pertiwi, Y. W. (2025). *Kekerasan Verbal Terhadap Istri Di Dalam Rumah Tangga*. 25(1), 51–60.
- Sumantri.L.I. (2016). Hubungan Persepsi Keharmonisan Keluarga dengan Perilaku Prosocial Remaja (Studi Deskriptif Korelasional tentang Hubungan Persepsi Keharmonisan Keluarga dan Perilaku Prosocial Peserta didik Kelas VIII di SMP Negeri 3 Lembang Tahun Ajaran 2016/2017). *Universitas Pendidikan Indonesia Repository.Upi.Edu Perpustakaan.Upi.Edu*.

