

GAMBARAN GAMOPHOBIA PADA WANITA YANG MEMILIKI RIWAYAT KDRT

Ravasha Marits¹, Eko Hardi Ansyah²

^{1,2} Program Studi Psikologi FPIP Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

[¹ravashamarits14@gmail.com](mailto:ravashamarits14@gmail.com), [²ekohardi1@umsida.ac.id](mailto:ekohardi1@umsida.ac.id)

ABSTRACT

This study aims to explore the phenomenon of gamophobia among early adult women with a history of domestic violence. Applying a qualitative approach through design of case study, the study used two female participants aged 20–30 years who were unmarried and had overcome domestic violence within their family. Data were taken by using kind of in-depth semi-structured interviews done in three sessions for each participant and analyzed by applying the interactive Miles, Huberman, and Saldaña model, complemented by thematic coding. The findings reveal that gamophobia does not emerge as an isolated condition, but is shaped by early relational experiences within the family, particularly those characterized by emotional distance, verbal abuse, and psychological insecurity. Both participants demonstrated anxiety responses, emotional regulation difficulties, and negative perceptions of marriage as a potentially harmful and unsafe institution. Furthermore, participants exhibited avoidant tendencies in romantic relationships, including emotional distancing and reluctance to engage in long-term commitment. These patterns are closely related to observational learning processes from parental relationships and unmet psychological needs for relatedness. Despite these negative perceptions, the findings also indicate an ambivalent stance toward marriage, where participants still acknowledge the possibility of marriage under conditions of trust, emotional readiness, and a supportive partner. This study highlights the complex interplay between traumatic family experiences, psychological responses, and the construction of meaning toward marriage. The results underscore the importance of trauma-informed psychological interventions to support individuals with similar backgrounds in developing healthier relational perspectives

Keywords: gamophobia, domestic violence, early adulthood, trauma, romantic relationship

ABSTRAK

Kajian ini ditujukan guna mengeksplorasi fenomena gamophobia pada perempuan dewasa awal yang mempunyai riwayat KDRT. Kajian memakai pendekatan kualitatif melewati desain studi kasus dengan melibatkan dua wanita kisaran usia 20–30 tahun yang belum menikah serta pernah mengalami maupun menyaksikan KDRT di lingkungan keluarga. Data dihimpun memakai wawancara mendalam semi-terstruktur selama tiga sesi pada tiap subjek, lalu dianalisis melalui model interaktif Miles, Huberman, serta Saldaña memakai teknik pengkodean tematik. Hasil kajian memperlihatkan bahwasannya gamophobia tidak terbentuk secara instan, melainkan berkembang akibat pengalaman relasi keluarga yang ditandai jarak emosional, kekerasan verbal, serta rasa tidak aman secara psikologis. Kedua subjek menunjukkan respons kecemasan, kesulitan dalam regulasi emosi,

serta persepsi negatif terhadap pernikahan sebagai institusi yang berpotensi menghadirkan penderitaan. Selain itu, ditemukan kecenderungan perilaku avoidant dalam relasi romantis, seperti menjaga jarak emosional dan menghindari komitmen jangka panjang. Pola ini berkaitan dengan proses pembelajaran melalui observasi terhadap hubungan orang tua serta tidak terpenuhinya kebutuhan psikologis akan keterhubungan. Penelitian ini menegaskan bahwa gamophobia merupakan hasil dari interaksi kompleks antara pengalaman traumatis, kondisi psikologis, dan proses pembentukan makna terhadap pernikahan. Temuan ini mengimplikasikan pentingnya intervensi psikologis yang sensitif terhadap trauma untuk membantu individu dengan latar belakang serupa dalam membangun relasi yang lebih adaptif.

Kata Kunci: gamophobia, kekerasan dalam rumah tangga, dewasa awal, trauma, hubungan romantis

A. Pendahuluan

Fenomena ketakutan terhadap pernikahan atau komitmen jangka panjang dalam hubungan romantis semakin menjadi perhatian dalam kajian psikologi, khususnya dalam ranah psikologi perkembangan dan psikologi klinis. Kondisi ini dikenal sebagai gamophobia, yaitu rasa takut secara berlebih dan persisten kepada pernikahan atau keterikatan dalam relasi jangka panjang yang tidak hanya bersifat sementara, tetapi menetap dan memengaruhi cara individu mengambil keputusan hidup (Chang, 2024). Diperlukan pemahaman terhadap faktor-faktor yang mempengaruhi gamophobia, mencakup trauma masa lalu serta tekanan sosial, guna memberikan dukungan yang tepat kepada individu yang mengalaminya (Brillyan, 2025). Peran keluarga yang kuat dapat

membantu individu dalam mengatasi gamophobia, melalui pemberian keamanan emosional serta pemahaman yang diperlukan untuk menghadapi ketakutan tersebut (Ulfah, 2024). Dukungan emosional dari keluarga juga dapat membantu meminimalkan dampak negatif dari gamophobia, mendorong individu supaya lebih percaya diri dalam mengatasi ketakutan akan pernikahan. Gamophobia tidak dapat disederhanakan sebagai bentuk ketidaksiapan menikah semata, melainkan merupakan kondisi psikologis yang rumit serta melibatkan ikatan antar aspek kognitif, emosional, serta perilaku pada individu (Cyntiawati, Hermanto, dan Abraham, 2023). Kondisi ini sering kali memengaruhi pada pengalaman masa lalu serta tekanan sosial, yang dapat memperburuk

ketakutan terhadap komitmen jangka panjang. Penting untuk memahami bahwa gamophobia dapat menghambat individu pada saat menciptakan korelasi yang sehat serta berkesinambungan, serta mempengaruhi dinamika sosial di masyarakat. Oleh sebab itu, pendekatan yang holistik serta komprehensif dibutuhkan guna mengatasi gamophobia, termasuk dukungan psikologis dan pendidikan tentang nilai-nilai pernikahan yang sehat. Individu dengan kecenderungan gamophobia umumnya menunjukkan kekhawatiran yang intens terhadap kemungkinan konflik dalam pernikahan, ketakutan akan kehilangan kebebasan pribadi, serta kecemasan terhadap kegagalan dalam mempertahankan hubungan jangka panjang (Septiana dan Khoiriyah, 2024). Selain itu, muncul pula respons fisiologis seperti jantung berdebar, tangan gemetar, hingga perasaan panik ketika individu dihadapkan pada pembahasan mengenai pernikahan atau komitmen (Yoon dan Zinbarg, 2007). Dalam konteks ini, gamophobia perlu dipahami sebagai fenomena psikologis yang terbentuk melalui pengalaman hidup individu, bukan

sekadar pilihan rasional untuk menunda atau menghindari pernikahan.

Dalam perspektif perkembangan, masa dewasa awal merupakan fase yang memiliki peran krusial dalam pembentukan relasi interpersonal yang lebih matang dan bermakna. Pada fase ini, individu difokuskan pada tuntutan untuk menciptakan koelastir intim yang stabil serta mengembangkan komitmen jangka panjang dengan pasangan. Hurlock (1996) menjelaskan bahwa bagian dari tugas perkembangan utama pada masa dewasa awal yakni menentukan dan mempunyai pasangan hidup serta membangun keluarga sebagai bagian dari proses mencapai kematangan psikososial (Nurwahidah, 2025). Keberhasilan dalam menyelesaikan tugas perkembangan ini berkontribusi terhadap kesejahteraan psikologis individu, termasuk dalam hal stabilitas emosi, rasa aman, serta kepuasan hidup. Namun, kegagalan menjalin relasi intim berpotensi menyebabkan berbagai permasalahan psikologis, seperti kecemasan, kesepian, serta kesulitan dalam membangun hubungan interpersonal yang positif

(Nurwahidah, 2025). Pada kondisi tertentu, rasa takut akan pernikahan dapat menghambat individu dalam mencapai tugas perkembangan tersebut, Khususnya apabila ketakutan tersebut berkembang menjadi pola pikir yang berkelanjutan serta memengaruhi perilaku individu dalam menjalin hubungan romantis.

Perubahan sosial dalam masyarakat modern turut memengaruhi pandangan generasi muda kepada pernikahan serta komitmen jangka panjang. Data dari BPS memperlihatkan bahwasannya jumlah pernikahan justru menurun dalam beberapa tahun terakhir, sehingga mengindikasikan adanya pergeseran nilai serta preferensi kehidupan sosial masyarakat (Adhani dan Aripudin, 2024). Fenomena ini tidak sekadar dipengaruhi aspek ekonomi maupun pendidikan, tetapi juga berkaitan melalui aspek psikologis yang kian rumit. Generasi muda cenderung lebih berhati-hati ketika mempertimbangkan pernikahan melalui pertimbangan risiko relasi jangka panjang, seperti konflik, perceraian, serta ketidakstabilan emosional. Dalam konteks ini, ketakutan kepada pernikahan bukan lagi fenomena

langka, melainkan bagian dari dinamika psikososial masyarakat modern. Oleh sebab itu, pemahaman fenomena ini perlu dikaji tidak sekadar dari perspektif sosial, tetapi juga melalui sudut pandang psikologis yang lebih mendalam.

Salah satu faktor yang berperan penting dalam terbentuknya ketakutan terhadap pernikahan ialah pengalaman hubungan dalam keluarga, khususnya yang melibatkan KDRT. Keluarga ialah lingkungan awal individu dalam mempelajari regulasi emosi, pola interaksi, serta konstruksi makna tentang hubungan interpersonal (Barus dan Annisa, 2024). Pengalaman relasi yang tidak sehat, seperti komunikasi yang buruk, konflik berkelanjutan, serta kekerasan fisik maupun verbal, berpotensi membentuk pandangan negatif kepada hubungan serta komitmen jangka panjang (Ryani dan Suherman, 2024). Dalam kondisi ini, keluarga tidak lagi berfungsi sebagai sumber keamanan emosional, melainkan sebagai sumber tekanan psikologis yang dapat memengaruhi perkembangan individu secara signifikan. Pengalaman tersebut kemudian dapat terbawa hingga masa dewasa dan memberikan

pengaruh serta cara individu dalam membangun serta bertahan dalam hubungan romantis. Dengan demikian, pengalaman relasi dalam keluarga mempunyai peran krusial pada saat membentuk persepsi individu terhadap pernikahan.

KDRT ialah bagian dari pengalaman traumatis yang memiliki dampak psikologis jangka panjang, baik bagi korban langsung maupun individu yang menyaksikan peristiwa tersebut. Paparan terhadap kekerasan dalam keluarga dapat menimbulkan berbagai konsekuensi psikologis, seperti kecemasan, ketakutan, ketidakpercayaan terhadap orang lain, serta kesulitan dalam mengelola emosi secara adaptif (Septiana dan Khoiriyah, 2024). Individu yang tumbuh pada lingkungan keluarga penuh ketidakamanan bisa mengembangkan persepsi bahwa hubungan interpersonal merupakan sesuatu yang berisiko dan berpotensi menimbulkan penderitaan. Pengalaman ini kemudian membentuk skema kognitif negatif mengenai relasi, di mana kedekatan emosional dipersepsikan sebagai ancaman terhadap keamanan diri (Ashari, Lifia, dan Komalasari, 2025).

Dalam jangka panjang, kondisi ini dapat berkembang menjadi kecenderungan untuk menghindari keterikatan emosional, termasuk dalam konteks hubungan romantis dan pernikahan. Oleh karena itu, pengalaman KDRT menjadi aspek krusial yang perlu dikaji guna memahami fenomena gamophobia (Sri, 2025).

Berlandaaskan pendapat Bdanura (1977) pada teori pembelajaran sosial, seseorang belajar dari adanya pengamatan kepada lingkungan sekitarnya, termasuk hubungan yang ditampilkan oleh orang tua. Proses modeling ini memungkinkan individu untuk menginternalisasi pola perilaku, sikap, serta nilai-nilai yang diamati dalam lingkungan keluarga (Bandura, 1977). Ketika individu secara berulang menyaksikan konflik atau kekerasan dalam hubungan orang tua, maka pengalaman tersebut dapat membentuk ekspektasi negatif terhadap pernikahan sebagai institusi sosial. Individu kemudian memaknai pernikahan sebagai sesuatu yang identik dengan konflik, ketidakbahagiaan, atau bahkan kekerasan. Proses pembelajaran ini berlangsung secara tidak disadari

dan menjadi bagian dari pembentukan skema kognitif individu (Wibowo, Salfadilah, dan Alfani, 2023). Dalam konteks ini, ketakutan terhadap pernikahan tidak muncul secara instan, melainkan terbentuk dari proses pembelajaran yang berlangsung terus-menerus sepanjang kehidupan individu.

Selain itu, *attachment theory* yang dikemukakan oleh Ainsworth (1978) memberikan penjelasan mengenai bagaimana pengalaman relasi awal memengaruhi pola hubungan individu di masa dewasa. Seseorang yang tumbuh didalam lingkungan keluarga tidak aman kemungkinan akan membentuk pola keterikatan tidak aman (*insecure attachment*), seperti *avoidant attachment*, yang ditandai melalui kecenderungan menjaga jarak emosional serta rasa tidak nyaman kepada kedekatan interpersonal. Pola keterikatan ini mempunyai peran krusial dalam membentuk cara individu menjalin hubungan romantis, termasuk memaknai komitmen jangka panjang seperti pernikahan (Fatihati dan Nugraha, 2026). Individu melalui pola keterikatan tidak aman umumnya menghindari keterlibatan emosional mendalam guna

melindungi diri dari kemungkinan luka emosional di masa depan (Bartholomew dan Horowitz, 1991). Keadaan tersebut memperlihatkan bahwasannya pengalaman relasi awal menghasilkan pengaruh sangat kuat kepada dinamika hubungan interpersonal saat dewasa.

Lebih lanjut, SDT yang dikemukakan oleh Deci serta Ryan menekankan krusialnya pemenuhan kebutuhan dasar psikologis, yakni kompetensi, keterhubungan (*relatedness*), serta otonomi. Pada kondisi keluarga yang tidak harmonis, kebutuhan interaksi sering kali tidak terpenuhi secara optimal yang menyebabkan individu mengalami kesulitan menjalin relasi sehat saat dewasa. Kurangnya kedekatan emosional yang aman dalam keluarga berpotensi menyebabkan individu mempunyai keraguan terhadap hubungan jangka panjang serta ketidakpercayaan pada pasangan (Wadi dan Mukminin, 2024). Akibat kondisi tersebut, individu memilih menghindari komitmen yang dinilai berisiko bagi kesejahteraan psikologisnya. Dalam hal ini, gamophobia dapat dipahami sebagai manifestasi dari kebutuhan psikologis yang tidak terpenuhi dalam

lingkungan keluarga, yang kemudian memengaruhi perilaku individu dalam hubungan romantis (Muyassaroh, 2023).

Beberapa penelitian sebelumnya menelaah fenomena ketakutan pada pernikahan dari berbagai perspektif, seperti faktor budaya, sosial, serta religius. Akan tetapi, mayoritas belum secara spesifik menelaah keterkaitan antara pengalaman KDRT dengan pembentukan gamophobia, khususnya pada wanita dewasa tahap awal di Indonesia. Mayoritas penelitian berfokus pada persepsi terhadap pernikahan, kesiapan menikah, ataupun faktor keluarga secara umum, tanpa mengeksplorasi secara mendalam tentang dinamika psikologis individu yang mempunyai pengalaman traumatis dalam keluarga. Hal tersebut mendanakan adanya keterbatasan dalam literatur, sehingga diperlukan kajian yang mampu mengeksplorasi pengalaman subjektif individu secara lebih mendalam dan kontekstual.

Dalam konteks budaya Indonesia, Gamophobia memperlihatkan adanya dinamika yang kompleks serta tidak mudah dipahami secara sederhana. Namun,

pernikahan masih dianggap sebagai norma sosial yang penting serta menjadi harapan bagi individu dewasa. Akibat pengalaman relasi yang negatif dalam suatu keluarga, akan dapat memicu individu untuk mengembangkan ketakutan terhadap institusi tersebut. Kondisi ini menimbulkan konflik batin antara nilai sosial yang tertanam dengan pengalaman psikologis individu. Konflik tersebut dapat berdampak pada pengambilan keputusan oleh individu terkait hubungan romantis serta pernikahan. Oleh karena itu, diperlukan pemahaman yang lebih komprehensif dari perspektif psikologi.

Berlandaskan uraian tersebut, bisa dipahami bahwasannya gamophobia ialah fenomena kompleks yang tidak bisa dijelaskan melalui satu aspek saja. Ketakutan kepada pernikahan terbentuk dari interaksi pengalaman masa lalu, keadaan psikologis, serta proses pembelajaran sosial yang dialami individu sepanjang hidupnya. Pengalaman KDRT dalam keluarga menjadi aspek yang berperan dalam pembentukan persepsi negatif kepada pernikahan serta kecenderungan menghindari

komitmen jangka panjang. Oleh sebab itu, fenomena ini krusial dikaji lebih mendalam guna memahami dinamika psikologis yang mendasarinya secara komprehensif.

Penelitian ini dilaksanakan untuk mengeksplorasi dinamika gamophobia pada wanita dewasa awal yang pernah menjadi korban atau saksi KDRT. Khususnya membahas tentang upaya memahami pengalaman relasi keluarga dalam membentuk kondisi emosional, persepsi, dan pola perilaku individu dalam menafsirkan pernikahan serta komitmen jangka panjang. Melalui pendekatan kualitatif, penelitian ini diharapkan mampu mengungkap korelasi antara pengalaman relational trauma dengan munculnya perilaku kecemasan, penghindaran, serta ambivalensi terhadap pernikahan secara lebih mendalam serta kontekstual.

B. Metode Penelitian

Kajian ini memakai pendekatan kualitatif melalui desain studi kasus. Kajian kualitatif ialah pendekatan yang digunakan guna mengeksplorasi serta memahami pola pikir maupun makna individu atau kelompok yang berkaitan melalui

persoalan sosial dan manusia. Data yang dihasilkan berupa narasi atau teks yang dianalisis secara tematik. Pendekatan kualitatif dijalankan sebab kajian ini ditujukan guna memberikan pemahaman secara mendalam pengalaman subjektif individu, khususnya dinamika psikologis yang melatarbelakangi munculnya ketakutan kepada pernikahan (*gamophobia*) (Creswell dan Creswell, 2018). Desain studi kasus dipakai karena kajian berfokus memahami fenomena *gamophobia* dalam konteks pengalaman hidup individu, terutama pada perempuan dewasa awal yang mempunyai riwayat sebagai korban atau saksi KDRT (Tiara, Komaruddin, dan Jannati, 2022). Studi kasus memungkinkan pengkaji mengeksplorasi pengalaman subjektif, makna, serta dinamika psikologis subjek secara kontekstual serta komprehensif dalam kehidupan nyata. Dalam konteks ini, kajian tidak ditujukan guna melakukan generalisasi statistik, melainkan mendapati pemahaman mendalam mengenai fenomena yang diteliti (Sugiyono, 2020).

Subjek kajian terdiri dari dua perempuan dewasa awal yang dipilih

memakai *purposive sampling*, yakni menentukan informan berlandaskan kriteria tertentu yang relevan melalui sasaran kajian. Kriteria subjek meliputi: (1) perempuan; (2) berusia 20–30 tahun; (3) belum menikah; serta (4) mempunyai riwayat sebagai korban atau saksi KDRT dalam keluarga asal. Kedua subjek diberi inisial K (S1) serta F (S2) guna menjaga kerahasiaan identitas (Himam dan Anam, 2026). Jumlah subjek yang terbatas tidak ditujukan guna merepresentasikan populasi, melainkan memungkinkan eksplorasi mendalam kepada pengalaman subjektif masing-masing subjek sehingga diperoleh pemahaman lebih kaya terkait fenomena yang diteliti.

Kajian ini dilaksanakan di wilayah Sidoarjo, Jawa Timur, menyesuaikan domisili subjek kajian. Proses kajian berlangsung sekitar dua bulan, yakni Januari hingga Februari 2026. Pengumpulan data dilakukan secara bertahap guna memungkinkan pengkaji membangun hubungan baik (*rapport*) melalui subjek, memperoleh data lebih mendalam, reflektif, serta mencapai data jenuh (Sugiyono, 2020). Proses tersebut krusial dalam kajian kualitatif karena kualitas data sangat

dipengaruhi tingkat kepercayaan antar pengkaji serta subjek, terutama ketika membahas pengalaman sensitif seperti kekerasan dalam keluarga serta pengalaman emosional terkait hubungan interpersonal.

Sumber data yang dipakai yakni jenis data primer serta data sekunder. Data primer dihasilkan dari proses wawancara mendalam dengan jenis semi-terstruktur kepada kedua subjek kajian. Masing-masing subjek diwawancarai dalam tiga sesi secara bertahap guna menggali pengalaman secara lebih komprehensif. Tiap sesi mempunyai fokus berbeda, yakni penggalian latar belakang kehidupan serta persepsi awal kepada pernikahan, eksplorasi pengalaman KDRT beserta dampaknya kepada keadaan psikologis, serta pemaknaan hubungan romantis dan pandangan mengenai pernikahan di masa depan. Data sekunder dihasilkan dari rujukan studi literatur yang berisi jurnal ilmiah, buku psikologi, serta sumber akademik lainnya yang relevan melalui topik kajian.

Teknik pengumpulan data diterapkan melalui teknik wawancara yang memudahkan fleksibilitas dalam memperoleh informasi sesuai

respons subjek. Tiap sesi wawancara sekitar 45–90 menit, tergantung pada intensitas respons subjek. Wawancara dilakukan secara langsung serta melalui media online (*WhatsApp*) dengan mempertimbangkan kenyamanan serta keadaan subjek. Selama proses wawancara, teknik *probing* digunakan oleh pengkaji untuk menggali informasi serta mencatat poin penting selama interaksi. Seluruh wawancara direkam atas persetujuan subjek, lalu ditranskripsikan secara *verbatim* guna menjaga keutuhan data. Proses transkripsi dilakukan segera setelah wawancara agar meminimalkan kehilangan informasi serta menjaga akurasi data.

Sebelum pengumpulan data dilakukan, pengkaji memberikan penjelasan kepada subjek mengenai sasaran kajian, prosedur wawancara, serta hak subjek sebagai partisipan kajian. Persetujuan partisipasi (*informed consent*) diperoleh secara sadar serta sukarela dari masing-masing subjek, baik lisan maupun tertulis. Pengkaji juga menjaga kerahasiaan identitas subjek melalui penggunaan inisial serta menjaga keamanan data selama kajian berlangsung. Selain itu, aspek etis

turut diperhatikan, terutama karena topik kajian berkaitan melalui pengalaman traumatis, sehingga proses wawancara dilakukan secara empatik tanpa memunculkan tekanan psikologis tambahan kepada subjek.

Analisis data dalam kajian ini memakai analisis tematik berlandaskan model interaktif Miles & Huberman yang mencakup tiga tahapan utama, yakni reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan dan verifikasi. Pada tahap reduksi data, pengkaji menyaring serta mengorganisasi data yang relevan melalui fokus kajian. Selanjutnya, data tersaji dengan pemaparan narasi deskriptif yang dilengkapi kutipan langsung dari subjek guna memperkuat temuan. Tahap akhir dilakukan melalui penarikan kesimpulan berdasarkan identifikasi pola, tema, serta makna yang muncul dari data. Proses analisis dijalankan dengan berulang serta reflektif yang memungkinkan hasil interpretasi sudah dapat mewakili pengalaman subjek secara akurat (Qomaruddin dan Sa'diyah, 2024).

Guna menjamin kredibilitas serta keabsahan data, diterapkan sejumlah teknik, yakni triangulasi

waktu, reflektivitas pengkaji *prolonged engagement*, serta *member checking*. Triangulasi waktu dilakukan melalui wawancara dalam beberapa sesi guna melihat konsistensi data dari subjek. *Member checking* dilakukan melalui konfirmasi ulang hasil wawancara kepada subjek agar data yang ditafsirkan sesuai melalui pengalaman yang dimaksud. *Prolonged engagement* dilakukan melalui keterlibatan pengkaji secara bertahap dalam beberapa sesi wawancara guna membangun kepercayaan subjek. Selain itu, pengkaji juga melakukan refleksi kepada potensi bias subjektif selama proses kajian guna menjaga objektivitas analisis data.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hasil kajian memperlihatkan bahwasannya kecenderungan ketakutan kepada pernikahan pada kedua subjek tidak muncul secara instan, melainkan terbentuk melalui pengalaman relasi keluarga yang tidak aman sejak masa perkembangan awal. Pengalaman tersebut terutama berkaitan melalui dinamika KDRT, baik berupa kekerasan verbal, emosional,

maupun fisik, yang kemudian memengaruhi cara subjek memaknai hubungan interpersonal pada masa dewasa (Pertiwi dan Kusumiati, 2024).

1. Pengalaman Relasi Keluarga yang Tidak Aman

Pada Subjek 1 (S1), pengalaman relasi keluarga ditandai dengan pola komunikasi yang minim dan adanya praktik silent treatment yang berlangsung dalam durasi cukup lama. S1 mengungkapkan bahwa dalam keluarganya “paling lama itu... seminggu, seminggu tidak ada obrolan sama sekali,” serta menggambarkan suasana rumah sebagai “lebih ke sunyi, dan tidak ada obrolan... jadi terasa ke pressure” . Kondisi ini menunjukkan bahwa relasi keluarga tidak berfungsi sebagai sumber kelekatan emosional yang aman, melainkan menghadirkan pengalaman keterputusan relasional yang berulang. Selain itu, S1 juga mengalami penolakan terhadap ekspresi diri, sebagaimana diungkapkan bahwa “aku pernah mengungkapkan suatu opini... tapi ditolak dan gak mau lagi mengungkapkan opiniku” . Pengalaman tersebut membentuk kecenderungan untuk memendam

emosi dan menarik diri dari interaksi interpersonal.

Berbeda dengan S1, Subjek 2 (S2) menunjukkan pengalaman KDRT yang lebih eksplisit dalam bentuk kekerasan fisik dan verbal. S2 mengungkapkan bahwa dirinya “pernah mengalami... tendangan dan pukulan” yang dilakukan oleh kakak laki-laki ketika melakukan kesalahan. Selain itu, situasi keluarga yang tidak stabil, termasuk perpisahan orang tua dan ketidakmampuan figur orang tua dalam memberikan perlindungan, memperkuat pengalaman ketidakamanan tersebut. S2 menggambarkan pengalaman emosionalnya sebagai “marah, sedih, dan takut.. semuanya campur aduk,” yang menunjukkan kompleksitas respons afektif terhadap pengalaman kekerasan.

2. Dampak terhadap Regulasi Emosi

Dampak dari pengalaman relasi keluarga tersebut terlihat pada kondisi psikologis kedua subjek, terutama dalam aspek regulasi emosi. dimana lingkungan keluarga memiliki peran penting dalam membentuk kemampuan individu dalam mengelola emosi sejak awal perkembangan. Selain itu, pengalaman dalam keluarga yang

disfungsional atau penuh kekerasan juga berkaitan dengan rendahnya kemampuan regulasi emosi pada individu di masa dewasa awal (Savitri, 2025). S1 cenderung menunjukkan pola internalisasi emosi, di mana dirinya memilih “diam lalu nangisnya jauh” dan tidak mengekspresikan emosi secara langsung. Selain itu, S1 juga mengalami reaksi kecemasan ketika membahas pernikahan, seperti “lebih ke *panic attack*... tanganku rasanya gemetar, seperti panik”. Sementara itu, S2 menunjukkan pola regulasi emosi yang lebih eksternal, seperti menghindari lingkungan keluarga dengan cara “tidak pulang tiga hari, untuk meredakan emosi”. S2 juga mengungkapkan adanya kecenderungan emosi yang “meledak-ledak saat marah” serta penggunaan strategi koping maladaptif seperti merokok dan menjauh dari lingkungan rumah (Tipani, Cahaya, dan Iskdanardinata, 2025).

3. Kecenderungan Avoidant dalam Hubungan Romantis

Dalam hubungan romantis, memperlihatkan kedua subjek cenderung menjaga jarak emosional serta menghindari keterlibatan yang

intens. S1 secara tegas mengungkapkan bahwa dirinya “tidak pernah berhubungan dengan laki-laki... tidak ada mempunyai keterikatan hubungan” serta menyatakan bahwa dirinya cenderung “*avoidant*”. Selanjutnya, S1 juga secara sadar membatasi kedekatan dengan lawan jenis, dan menyatakan bahwa dirinya “memberi batas serta tidak ingin menjalin hubungan lebih lagi”. *avoidant attachment*, yaitu kecenderungan individu untuk menjaga jarak, menghindari keintiman, dan membatasi keterlibatan emosional dalam hubungan romantis Sementara itu, S2 menunjukkan pola serupa, meskipun masih memungkinkan interaksi sosial terbatas. S2 mengungkapkan bahwa dirinya “takut melakukan hubungan romantis” dan merasa “canggung jika ada laki-laki yang memberikan komitmen”.

Keadaan tersebut memperlihatkan adanya kecenderungan menghindari kedekatan emosional yang lebih intens. Temuan ini sejalan melalui kajian yang memperlihatkan bahwasannya individu dengan *attachment avoidance* tinggi cenderung tidak melibatkan diri

secara emosional dalam hubungan, sehingga kualitas relasi menjadi lebih rendah akibat minimnya keterlibatan serta kedekatan interpersonal. Selain itu, gaya kelekatan, khususnya dimensi *avoidant*, terbukti menghasilkan pengaruh signifikan kepada dinamika serta kepuasan hubungan romantis pada masa dewasa awal (Putri, 2025), (Angela dan Ariela, 2021).

4. Konstruksi Makna Negatif terhadap Pernikahan

Konstruksi makna terhadap pernikahan pada kedua subjek juga cenderung negatif dan dipengaruhi oleh pengalaman relasi dalam keluarga. Hal ini sejalan dengan temuan bahwa pengalaman kekerasan dalam rumah tangga dapat membentuk cara individu memandang hubungan dan kesiapan menikah. Ghufroon & Raihana (2025) S1 memandang pernikahan sebagai sesuatu yang “penting tapi tidak terlalu mendesak” dan menunjukkan sikap abai terhadap topik tersebut. Selain itu, S1 juga mengaitkan pernikahan dengan kemungkinan terulangnya pengalaman keluarga, sebagaimana diungkapkan bahwa “aku tidak ingin menikah... karena takut terulang kembali” (Ghufroon dan

Raihana, 2025). Temuan ini didukung oleh penelitian yang menyatakan bahwa KDRT dalam keluarga memengaruhi persepsi dewasa awal terhadap pernikahan dan membentuk cara mereka memaknainya. Marpaung (2025) S2 juga menunjukkan pola serupa dengan menyatakan bahwa dirinya “takut pernikahan...karena tidak ingin mendapakan perlakuan yang sama seperti ibu”. Ketakutan ini mencakup aspek emosional, finansial, dan relasional dalam kehidupan pernikahan. yang juga ditemukan dalam fenomena “marriage is scary” dimana pernikahan diklaim sebagai bentuk ancaman kepada stabilitas emosional dan kehidupan pribadi akibat pengalaman negatif sebelumnya . Alimudin & Syafruddin (2025) menyatakan pengalaman KDRT diketahui dapat memberikan citra negatif terhadap institusi pernikahan sehingga individu menjadi lebih berhati-hati atau bahkan menghindari komitmen jangka panjang (Pangesti, Sihombing, dan Wardhani, 2026), (Alimuddin dan Syafruddin, 2025).

Untuk merangkum seluruh dinamika psikologis yang telah diuraikan pada setiap sub-tema di

atas, peneliti menyusun sebuah model visual. Model ini mengilustrasikan alur pembentukan *gamophobia* yang bermula dari kondisi kausal di lingkungan keluarga hingga bertransformasi menjadi respons psikologis dan perilaku penghindaran pada subjek, sebagaimana dipaparkan pada Gambar 1 dibawah:



Gambar 1 Model Dinamika Psikologis Terbentuknya Gamophobia

Gambar 1 di atas mengonfirmasi bahwa gamophobia pada subjek S1 dan S2 merupakan hasil dari internalisasi pengalaman traumatik yang membentuk internal working model yang negatif terhadap relasi intim. Hal ini menciptakan disonansi antara anjuran agama dengan realita yang disaksikan, sehingga subjek memilih orientasi pengembangan diri sebagai bentuk strategi protektif. Dinamika kompleks yang melibatkan aspek kognitif, emosional, dan perilaku ini akan dipaparkan dalam pembahasan dibawah.

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa kecenderungan gamophobia pada kedua subjek terbentuk melalui interaksi kompleks antara pengalaman relational trauma dalam keluarga, pembentukan skema kognitif terhadap relasi, serta kesulitan dalam regulasi emosi. Pengalaman kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) tidak sekedar memengaruhi kondisi emosional sesaat, namun juga memunculkan gangguan psikologis yang berkelanjutan seperti trauma, depresi, dan perubahan pola relasi sosial pada korban. Zuhaira *et al.*, (2025) Selain itu, ketidakmampuan individu dalam meregulasi emosi berkaitan dengan meningkatnya respons emosional negatif dan pola perilaku relasional yang maladaptif (Zuhaira *et al.*, 2025). Megawati *et al.*, (2019) mengemukakan bahwa pengalaman KDRT yang dialami oleh kedua subjek tidak hanya berdampak pada kondisi emosional sesaat, tetapi juga membentuk pola relasi yang menetap hingga masa dewasa awal.

Pada S1, pengalaman berupa silent treatment, minimnya komunikasi, serta penolakan terhadap ekspresi diri membentuk pola relasi yang ditandai dengan

keterputusan emosional. *Silent treatment* sendiri merupakan bentuk komunikasi disfungsional yang dapat merusak kualitas hubungan interpersonal dan memicu stres emosional serta kecemasan. Azizah (2025) Pengalaman ini berkontribusi pada terbentuknya representasi mental mengenai relasi sebagai sesuatu yang tidak responsif terhadap kebutuhan emosional individu, karena terputusnya komunikasi dalam keluarga dapat menimbulkan perasaan diabaikan dan memperlebar jarak emosional (Azizah dan Sulidar, 2025). Pola ini tampak dalam kecenderungan S1 untuk memendam emosi, menghindari konflik, serta menjaga jarak dalam hubungan interpersonal. Karakteristik tersebut menunjukkan kecenderungan yang konsisten dengan pola avoidant attachment, di mana individu cenderung menarik diri dan menjaga jarak emosional sebagai strategi menghadapi tekanan relasional. Nada *et al.*, (2026) Dalam konteks konflik, individu dengan *avoidant attachment* juga cenderung menggunakan penarikan komunikasi atau *silent treatment* sebagai bentuk regulasi emosi dan strategi penghindaran kedekatan emosional

(Assegaf dan Asih, 2025); (Nada, Halimatus, dan Mualifah, 2026).

Kejadian yang dialami S2, ialah kekerasan fisik dan verbal yang lebih intens menciptakan dinamika psikologis yang berbeda. S2 tidak sekadar merasakan kurang aman dalam relasional, melainkan memperlihatkan respons emosional yang lebih reaktif, seperti emosi yang meluap-luap serta perilaku menghindar secara ekstrem. Hal tersebut sejalan dengan penemuan pengalaman KDRT dapat memicu gangguan perilaku dan emosi serta kesulitan beradaptasi dalam lingkungan sosial. Widyatmika *et al.*, (2020) menunjukkan bahwa pengalaman relational trauma pada S2 berdampak pada ketidakstabilan regulasi emosi, di mana individu mengalami kesulitan dalam mengelola emosi secara adaptif. Penelitian menunjukkan bahwa korban KDRT sering mengalami hambatan dalam regulasi emosi dan membutuhkan intervensi untuk meningkatkan kemampuan tersebut (Widyatmika, Kurniawan, dan Ariani, 2020). Soemarmi *et al.*, (2024) Bahkan, kesulitan regulasi emosi berkaitan dengan munculnya perilaku reaktif dan agresif dalam relasi

interpersonal (Soemarmi, Ariyanti, dan Sunarmi, 2024), (P, Anwar, dan Masturah, 2019). Dengan demikian, meskipun kedua subjek memiliki latar pengalaman KDRT, manifestasi psikologis yang muncul menunjukkan variasi, di mana S1 lebih dominan pada penekanan emosi (*emotional suppression*), sedangkan S2 lebih dominan pada ekspresi emosi yang tidak terkontrol. Variasi ini sejalan dengan temuan bahwa pengalaman kekerasan dalam keluarga dapat menghasilkan respons psikologis yang berbeda-beda tergantung pada dinamika individu dan pengalaman traumatis yang dialami (Sulistiyawati dan Nadirah, 2025).

Dalam perspektif *attachment theory*, pengalaman relasi awal yang tidak aman pada kedua subjek berperan dalam membangun *internal working model* yang negatif kepada ikatan interpersonal. Internal working model ini merupakan representasi mental tentang diri dan orang lain dari hasil interaksi awal dengan figur kelekatan. Kasdim (2024) model ini kemudian memengaruhi cara individu memandang, merasakan, dan berperilaku dalam hubungan interpersonal, termasuk membentuk ekspektasi bahwa relasi intim

berpotensi menimbulkan konflik atau ketidaknyamanan (Kasdim dan Budiarto, 2024). Pada S1, terlihat kecenderungan untuk menarik diri serta menghindari dari keterikatan emosional, sedangkan pada S2 ketakutan pada komitmen serta ketidaknyamanan terhadap kedekatan yang lebih serius. Kondisi tersebut selaras dengan karakteristik *insecure attachment*, yang ditandai dengan berkembangnya mekanisme protektif berupa sikap menghindari atau kecemasan dalam relasi sebagai upaya melindungi diri dari penolakan serta pengalaman emosional negatif. Aji (2010) Dengan demikian, gamophobia dalam konteks ini dapat dipahami sebagai manifestasi dari strategi protektif individu dalam menghadapi potensi ancaman emosional dalam relasi yang berakar pada *internal working model* yang terbentuk dari pengalaman kelekatan awal (Aji, 2010).

Selain itu, temuan penelitian juga menunjukkan adanya peran *observational learning* dalam pembentukan persepsi terhadap pernikahan. Kedua subjek secara konsisten mengaitkan ketakutan terhadap pernikahan dengan pengalaman yang diamati dalam

relasi orang tua atau anggota keluarga lainnya, dimana individu cenderung menganggap pernikahan akan mengulang pengalaman negatif yang dialami orang tuanya. Marpaung (2016) Pernikahan dipersepsikan sebagai institusi yang tidak stabil, penuh konflik, serta berpotensi mengulang pengalaman traumatis yang pernah dialami, karena persepsi individu terhadap pernikahan sangat dipengaruhi oleh lingkungan keluarga, terutama pengalaman yang diamati dari orang tua (Marpaung, 2016). Wahyuni *et al.*, (2023) Proses ini memperlihatkan bahwa individu tidak sekedar belajar dari pengalaman langsung, namun juga melalui pengamatan terhadap dinamika relasi dalam keluarga, yang kemudian diinternalisasi menjadi keyakinan tentang hubungan jangka panjang (Wahyuni, Khumas, dan Jafar, 2023).

Temuan lain yang membuktikan adanya kesulitan regulasi emosi (*emotional dysregulation*), yang berkontribusi dalam memperkuat pola penghindaran terhadap hubungan interpersonal. Kondisi tersebut selaras dengan temuan bahwasanya individu dengan regulasi emosi

maladaptif mempunyai kecenderungan mengalami kesulitan dalam pengelolaan emosi yang sehat, yang kemudian mendorong peningkatan perilaku negatif dalam relasi interpersonal. Jannah *et al.*, (2026) seperti pada S1, kesulitan tersebut terlihat dalam bentuk represi emosi serta kecemasan internal, sementara pada S2 diperlihatkan melalui bentuk perilaku maladaptif berupa menjauh dari lingkungan serta pelarian terhadap tekanan emosional. Hal ini sejalan dengan temuan bahwa rendahnya kemampuan regulasi emosi berkaitan dengan meningkatnya respons emosional negatif dan kecenderungan perilaku disfungsional dalam hubungan (Jannah, Noviekayati, dan Rina, 2026). Megawati *et al.*, (2019) Kondisi ini menunjukkan bahwa ketidakmampuan dalam mengelola emosi secara adaptif dapat memperkuat persepsi bahwa relasi intim merupakan sumber distress, sehingga individu cenderung menghindari komitmen sebagai bentuk perlindungan diri. Temuan ini mendukung studi bahwa kesulitan regulasi emosi dapat memicu konflik dan perilaku negatif dalam hubungan, termasuk kecenderungan menarik diri

atau menghindari relasi interpersonal (Permadi dan Pertiwi, 2024). Temudanari penelitian ini menegaskan bahwa gamophobia pada wanita dewasa awal dengan riwayat KDRT bukan sekadar bentuk ketidaksiapan menikah, melainkan merupakan respons psikologis yang kompleks terhadap pengalaman relational trauma. Kecenderungan ini melibatkan interaksi antara pembentukan internal working model, pola attachment yang tidak aman, serta kesulitan dalam regulasi emosi, yang secara bersama-sama memengaruhi cara individu memaknai dan merespons pernikahan sebagai bentuk komitmen jangka panjang.

D. Kesimpulan

Hasil penelitian serta analisis memperlihatkan bahwasanya kecenderungan ketakutan terhadap pernikahan (gamophobia) pada wanita dewasa awal dengan riwayat kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) terbentuk melalui pengalaman relasi keluarga yang tidak aman. Lingkungan keluarga yang ditandai dengan konflik, kekerasan, serta minimnya kehangatan emosional berkontribusi

dalam membentuk representasi mental bahwa relasi intim merupakan sesuatu yang tidak stabil dan berpotensi menyakitkan. Pengalaman tersebut berdampak pada kondisi psikologis individu, khususnya dalam aspek rasa aman, regulasi emosi, serta kepercayaan terhadap orang lain. Kondisi ini terlihat dari adanya kecenderungan memendam, kecemasan, ataupun meluapkan emosi secara maladaptif, serta kesulitan dalam membangun kedekatan emosional dalam hubungan interpersonal. Akibatnya muncul persepsi negatif terhadap pernikahan sebagai institusi yang dianggap penuh risiko, baik secara emosional maupun relasional. Dalam konteks hubungan romantis, kedua subjek memperlihatkan perilaku avoidant sebagai bentuk strategi perlindungan diri, seperti membatasi interaksi dengan lawan jenis, menjaga jarak emosional, serta menghindari komitmen jangka panjang. Temuan penelitian ini secara umum menegaskan bahwasanya gamophobia lebih dari bentuk ketidaksiapan menikah, melainkan respons psikologis yang terbentuk dari pengalaman relational trauma, dan berdampak pada cara

individu memaknai serta merespons komitmen dalam hubungan jangka panjang.

Berdasarkan temuan penelitian, disarankan agar individu yang memiliki pengalaman relasi keluarga yang tidak aman mendapatkan ruang refleksi dan dukungan psikologis untuk memahami pengalaman masa lalunya. Intervensi seperti konseling atau psikoedukasi dapat membantu individu dalam memberikan pengembangan pemahaman yang lebih adaptif terkait relasi interpersonal. Selain itu, penelitian berikutnya diharapkan mampu menambahkan jumlah subjek yang lebih beragam serta mempertimbangkan perspektif significant others untuk memperkaya data. Pendekatan longitudinal juga dapat digunakan untuk melihat bagaimana perubahan pengalaman relasi memengaruhi persepsi terhadap pernikahan dari waktu ke waktu.

DAFTAR PUSTAKA

- Adhani, A. F., dan A. Aripudin. 2024. "Perspektif Generasi Z Di Platform X Terhadap Penurunan Angka Pernikahan Di Indonesia." *J-KIS: Jurnal Komunikasi Islam* 5(1):185–98.
- Aji, P. 2010. "Kelekatan (Attachment) Pada Remaja Kembar." (*Disertasi*

- Doktoral, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Alimuddin, A., dan R. A. Syafruddin. 2025. "Analisis Fenomena Marriage Is Scary Pada Kalangan Mahasiswa IAIN Parepare: Dampak Psikososial Dan Media Sosial Terhadap Kesiapan Pernikahan." *Al-Hukamaa: Jurnal Hukum Keluarga Islam*, 3(3), 80-107.
- Angela, I., dan J. Ariela. 2021. "Pengaruh Dimensi Attachment Avoidance Dan Anxiety Terhadap Kualitas Hubungan Berpacaran Dewasa Muda." *Jurnal Psikologi Udayana*, 8(1).
- Ashari, D. A., E. Lifa, dan M. D. Komalasari. 2025. "Dampak Kekerasan Dalam Rumah Tangga Terhadap Psikologis Anak." *AT-TAKLIM: Jurnal Pendidikan Multidisiplin*, 2(1), 758-767.
- Assegaf, S., dan S. Asih. 2025. "Perlakuan Diam: Komunikasi Yang Menyakitkan Tanpa Sepatah Kata." *Character Jurnal Penelitian Psikologi*, 12(03), 1114-1125.
- Azizah, L. N., dan S. Sulidar. 2025. "Nilai-Nilai Al-Quran Dalam Mengatasi Fenomena Silent Treatment: Studi Kasus Di Medan Marelan Lingkungan V." *Jurnal Tana Mana*, 6(2), 151-169.
- Bdanura, A. 1977. "Social Learning Theory." *Prentice Hall*.
- Bartholomew, K., dan L. M. Horowitz. 1991. "Attachment Styles among Young Adults: A Test of a Four-Category Model." *Journal of Personality dan Social Psychology*, 61(2), 226-244. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.61.2.226>.
- Barus, J. B., dan A. Annisa. 2024. "Pengaruh Isu Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) Terhadap Kesiapan Perempuan Untuk Menikah: Studi Kasus: Mahasiswa Program Studi Ilmu Politik Universitas Sumatera Utara." *Sosial Simbiosis: Jurnal Integrasi Ilmu Sosial Dan Politik*, 1(3), 01-10.
- Brillyan, Z. K. 2025. "Analisis Terhadap Penundaan Pernikahan Oleh Penderita Gamophobia Perspektif Hukum Islam (Studi Di Desa Rawaharum, Kecamatan Pagelaran, Kabupaten Pringsewu)." *Doctoral Dissertation, UIN RADEN INTAN LAMPUNG*.
- Chang, J. N. 2024. "Why Do Chinese Women Experience Gamophobia? Psychoanalytic Theory Assisted Discourses Analysis." *Frontiers in Psychology*, 15, 1357795.
- Creswell, J. W., dan J. D. Creswell. 2018. "Research Design: Qualitative, Quantitative, dan Mixed Methods Approaches (5th Ed.)." *SAGE Publications*.
- Cyntiawati, D., Y. P. Hermanto, dan J. E. Abraham. 2023. "Pastoral Care Bagi Jemaat Dewasa Muda Dengan Gamophobia Menuju Pernikahan Kristen." *Manna Rafflesia*, 9(2), 248-259.
- Fatihati, A. W. D., dan S. Nugraha. 2026. "Hubungan Gaya Kelekatan Dengan Tingkat Komitmen Kalangan Emerging Adulthood Di Kota Bdanung." *In Bdanung Conference Series: Psychology Science (Vol. 6, No. 1, Pp. 641-650)*.
- Ghufron, S. N., dan S. N. Raihana. 2025. "Relational Trauma dan Distrust: The Impact of Violence dan Infidelity on Women's Readiness for Marriage." *Dimensia: Jurnal Kajian Sosiologi*, 14(2), 106-118.
- Himam, M. K., dan S. Anam. 2026. "Teknik Pemilihan Informan Dalam Penelitian Kualitatif: Strategi Dan Implementasi." *Jurnal Pendidikan Sosial Dan Humaniora*, 5(2), 1688-

- 1696.
- Jannah, A. R., I. G. A. A. Noviekayati, dan A. P. Rina. 2026. "Hubungan Antara Regulasi Emosi Dan Komunikasi Interpersonal Dengan Perilaku Kekerasan Dalam Berpacaran Pada Pelaku Kekerasan." *Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya*.
- Kasdim, R., dan Y. Budiarto. 2024. "Attachment Style Dalam Hubungan Romantis Pada Wanita Emerging Adulthood Yang Mengalami Fatherlessness." *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran (JRPP)*, 7(4).
- Marpaung, W. 2016. "Persepsi Pernikahan Bagi Dewasa Dini Dari Keluarga Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT)." *J. Univ. Medan Area*, 2, 1-11.
- Muyassaroh, H. F. 2023. "Fenomena Gamophobia Dalam Pdanangan Tokoh Agama Di Kabupaten Banyumas." *Skripsi. Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri, Purwokerto*. <https://Repository.Uinsaizu.Ac.Id/>.
- Nada, A. Z., E. Halimatus, dan Mualifah. 2026. "Attachment Dan Penyesuaian Emosional Pasangan Pada Masa Awal Pernikahan." *Universitas Islam Negeri Malik Ibrahim Malang*.
- Nurwahidah, N. 2025. "Pengaruh Kecerdasan Emosional Dan Keberfungsian Keluarga Terhadap Kesiapan Menikah Pada Dewasa Awal." *Doctoral Dissertation, Universitas Pendidikan Muhammadiyah Sorong*.
- P, Megawati, Z. Anwar, dan A. N. Masturah. 2019. "Hubungan Regulasi Emosi Dengan Perilaku Kekerasan Dalam Berpacaran Pada Mahasiswa." *Cognicia*, 7(2), 214-227.
- Pangesti, A. I., G. P. A. Sihombing, dan M. O. W. Wardhani. 2026. "Stigma Kekerasan Dan Pudarnya Institusi Pernikahan: Analisis Kualitatif Pdanangan Karyawan PT. SiCepat Ekspres Indonesia." *Universitas Terbuka*.
- Permadi, F. R., dan Y. W. Pertiwi. 2024. "Pengaruh Regulasi Emosi Terhadap Kekerasan Dalam Pacaran Pada Mahasiswa." *Universitas Bhayangkara Jakarta Raya*.
- Pertiwi, S. K., dan R. Y. E. Kusumiati. 2024. "Fear of Intimacy Pada Dewasa Awal Dengan Orang Tua Yang Melakukan Kekerasan Dalam Rumah Tangga." *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(2), 640-652.
- Putri, E. C. K. 2025. "Pengaruh Attachment Style Dan Kepuasan Hubungan Romantis Pada Dewasa Awal Yang Mengalami Perceraian Orang Tua." *Didaktik: Jurnal Ilmiah PGSD STKIP Subang*, 11(02), 250-266.
- Qomaruddin, Q., dan H. Sa'diyah. 2024. "Kajian Teoritis Tentang Teknik Analisis Data Dalam Penelitian Kualitatif: Perspektif Spradley, Miles Dan Huberman." *Journal of Management, Accounting, dan Administration*, 1(2), 77-84.
- Ryani, A. P., dan A. Suherman. 2024. "Dampak Kekerasan Fisik Dalam Hubungan Pacaran Pada Remaja Dan Solusinya." *Jurnal Kajian Hukum Dan Kebijakan Publik| E-ISSN: 3031-8882*, 2(1), 360-366.
- Savitri, N. M. R. 2025. "Sumber Resiliensi Pada Remaja Korban Kekerasan Dalam Keluarga Source OF Resillience In Adolescent Victim OF Domestic Violence." *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 5(2), 4009-4023.
- Septiana, N. N., dan Z. Khoiriyah. 2024. "Metode Penelitian Studi

- Kasus Dalam Pendekatan Kualitatif." *Didaktik: Jurnal Ilmiah PGSD STKIP Subang*, 10(04), 233-243.
- Soemarmi, S., M. P. Ariyanti, dan F. R. Sunarmi. 2024. "Filial Therapy Untuk Meningkatkan Regulasi Emosi Dan Empati Anak Korban KDRT Dan Perceraian Orang Tua." *Journal of Education Research*, 5(4), 4746-4752.
- SRI, J. R. S. 2025. "Trend Marriage Is Scary Pada Generasi Z Era Modern Perspektif Hukum Islam (Studi Pada Kota Bdanar Lampung)." *Doctoral Dissertation, UIN Raden Intan Lampung*.
- Sugiyono, M. R. 2020. "Metode Penelitian Kualitatif." . . *Untuk Penelitian Yang Bersifat Eksploratif, Enterpretif, Interaktif, Dan Konstruktif. Cocok Untuk 1. Mahasiswa SI, S2, Dan S3. 2. Dosen Dan Peneliti Ed. 3 Cet. 3 Thn. 2020*.
- Sulistiyawati, W., dan Y. F. Nadirah. 2025. "Trauma KDRT Dan Perilaku Posesif Remaja: Studi Kasus Di Pusat Rehabilitasi Serang: Penelitian." *Jurnal Pengabdian Masyarakat Dan Riset Pendidikan*, 4(2), 12501-12508.
- TIARA, T., K. KOMARUDDIN, dan Z. JANNATI. 2022. "Penerapan Konseling Individu Berbasis Islam Dalam Mengatasi Gamophobia (Studi Kasus Klien 'W' Di Desa Kepala Siring Kecamatan Tanjung Sakti Pumu)." *JURNAL ILMU SOSIAL, HUMANIORA DAN SENI: CV Information Technology dan Training Center Indonesia*, 1(2), 136-140.
- Tipani, I., U. Cahaya, dan K. Iskdanardinata. 2025. "Regulasi Emosi Anak Pertama Dari Keluarga Disfungsional Pada Masa Dewasa Awal." *Journal of Life Span Development*, 2(5).
- Ulfah, M. 2024. "Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Orang Dalam Gangguan Jiwa (ODGJ) Perspektif Barat Dan Islam." *JIIP-Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 7(9), 10197-10203.
- Wadi, H., dan E. Z. Mukminin. 2024. "Dukungan Interpersonal Untuk Kebutuhan Psikologis Dasar Dan Hubungannya Dengan Motivasi, Kesejahteraan, Dan Kinerja: Analisis Meta." *HARAPAN: Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Psikologi*, 1(2), 61-70.
- Wahyuni, S., A. Khumas, dan E. S. Jafar. 2023. "Persepsi Tentang Pernikahan Pada Perempuan Dewasa Awal Yang Mengalami Fatherless." *PESHUM: Jurnal Pendidikan, Sosial Dan Humaniora*, 2(6), 1050-1066.
- Wibowo, Y. R., F. Salfadilah, dan M. F. Alfani. 2023. "Studi Komparasi Teori Keteladanan Nashih Ulwan Dan Teori Kognitif Sosial Albert Bdanura." *Mentari: Journal of Islamic Primary School*, 1(1), 43-59.
- Widyatmika, I. M. G., L. S. Kurniawan, dan N. K. P. Ariani. 2020. "Analisis Dampak Trauma Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) Terhadap Kecerdasan Emosional Anak Di Desa Beraban, Tabanan, Bali." *Intisari Sains Medis*, 11(3), 1404-1408.
- Yoon, K. L., dan R. E. Zinbarg. 2007. "Generalized Anxiety Disorder dan Entry into Marriage or a Marriage-like Relationship." *Journal of Anxiety Disorders*, 21(7), 955-965.
- Zuhaira, A., J. Sonia, K. Y. Satrio, dan Y. L. Jenita. 2025. "Analisis Dampak Kekerasan Dalam Rumah Tangga Terhadap Kesehatan Mental Korban." *Menulis: Jurnal Penelitian Nusantara*, 1(8), 23-27.