

**ANALISIS RESILIENSI PADA PEREMPUAN
KORBAN PELECEHAN SEKSUAL
DI KABUPATEN JEMBER**

SKRIPSI



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

Oleh :

Rizqiana Adhe Firdaus
NIM: 212103050002

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
FAKULTAS DAKWAH
JUNI 2025**

**ANALISIS RESILIENSI PADA PEREMPUAN
KORBAN PELECEHAN SEKSUAL
DI KABUPATEN JEMBER**

SKRIPSI

diajukan kepada Universitas Islam Negeri
Kiai Haji Achmad Siddiq Jember
untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh
gelar Sarjana Psikologi Islam (S.Psi)
Fakultas Dakwah
Program Studi Psikologi Islam



**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
JEMBER**

Oleh :

**Rizqiana Adhe Firdaus
NIM: 212103050002**

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ JEMBER
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
FAKULTAS DAKWAH
JUNI 2025**

**ANALISIS RESILIENSI PADA PEREMPUAN
KORBAN PELECEHAN SEKSUAL
DI KABUPATEN JEMBER**

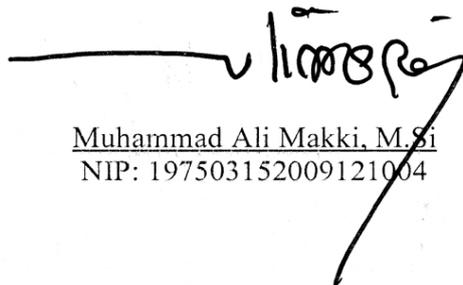
SKRIPSI

diajukan kepada Universitas Islam Negeri
Kiai Haji Achmad Siddiq Jember
untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh
gelar Sarjana Psikologi Islam (S. Psi)
Fakultas Dakwah
Program Studi Psikologi Islam



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

Disetujui Pembimbing



Muhammad Ali Makki, M.Si
NIP: 197503152009121004

**ANALISIS RESILIENSI PADA PEREMPUAN
KORBAN PELECEHAN SEKSUAL
DI KABUPATEN JEMBER**

SKRIPSI

Telah diuji dan diterima untuk memenuhi salah satu
Persyaratan memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S.Psi)
Fakultas Dakwah
Program Studi Psikologi Islam

Hari: Rabu
Tanggal: 18 Juni 2025

Tim Penguji

Ketua

Sekretaris

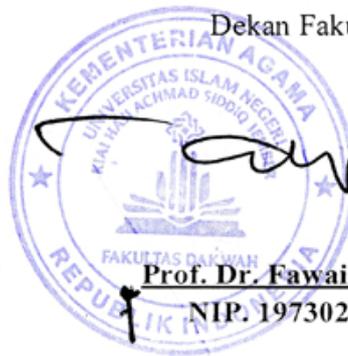

Arrumaisha Fitri, M.Psi.
NIP. 198712232019032005


Indah Roziyah Cholilah, M.Psi, Psikolog
NIP. 198706262019032008

Anggota

1. Dr. Muhammad Muhib Alwi, M.A.
2. Muhammad Ali Makki, M.Si

Menyetujui
Dekan Fakultas Dakwah



Prof. Dr. Fawaizul Umam, M.Ag.
NIP. 197302272000031001

MOTTO

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٥﴾ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ﴿٦﴾

“Maka, sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan.
Sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan.” (Q.S. Al-Insyirah,
Ayat 05-06)*



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

* Kemenag, Al-qur'an dan terjemahan (Nur Alam Semesta,2013).

PERSEMBAHAN

Penulis mengucapkan syukur dan Alhamdulillah atas limpahan rahmat dan rizki yang diberikan kepada penulis saat proses penulisan skripsi. Dengan penuh kasih skripsi ini dibuat sehingga dalam kesempatan kali ini penulis akan mempersembahkan kepada pihak-pihak yang telah memberikan dukungan, kepada:

1. Untuk kedua orang tua tercinta, bapak Basuni Firdaus dan ibu Hestiana Budiarti, yang dengan sabar dan cinta kasihnya berhasil kebersamai saya sedari kecil hingga saat ini. Terimakasih untuk setiap kerja keras dan do'a terbaik, sehingga saya bisa mencapai titik terbaik diri saya saat ini.
2. Untuk almarhum abah dan almarhum adik saya tercinta, terimakasih untuk setiap do'a dan dukungan yang diberikan kepada saya. Semoga selalu dilampirkan kuburnya dan ditempatkan di tempat terbaik di sisi Allah SWT.
3. Untuk seluruh bapak dan ibu dosen, terimakasih saya ucapkan atas ilmu, tenaga, dan waktu yang telah diluangkan untuk saya sehingga membuka pengetahuan saya jauh lebih luas lagi.
4. Untuk sahabat-sahabat saya, terimakasih telah kebersamai proses pengerjaan skripsi ini.

KATA PENGANTAR

Penulis mengucapkan syukur Alhamdulillah segala puji kepada Allah SWT, Tuhan Yang Maha Esa, atas segala nikmat, petunjuk, serta kekuatan yang diberikan, sehingga tugas akhir ini dapat terselesaikan dengan lancar. Shalawat dan salam semoga senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad SAW, sosok yang membawa perubahan besar, yang telah mengangkat umat dari masa kegelapan menuju peradaban yang penuh ilmu dan keberkahan, seperti yang kita nikmati sekarang. Proses Penyusunan karya ilmiah ini melibatkan kontribusi dari berbagai pihak, baik secara langsung maupun tidak langsung, yang telah memberikan motivasi, dukungan, dan inspirasi. Sebagai wujud apresiasi, penulis ingin menyampaikan terima kasih yang mendalam kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Hepni, S.Ag, M.M., selaku Rektor Universitas Islam Negeri KH Achmad Siddiq Jember, yang telah menyediakan berbagai fasilitas selama penulis menjalani studi di Universitas Islam Negeri KH Achmad Siddiq Jember.
2. Bapak Prof. Dr. Fawaizul Umam, M.Ag., selaku Dekan Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri KH Achmad Siddiq Jember, yang telah menyediakan berbagai fasilitas dan layanan selama penulis menempuh studi di Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri KH Achmad Siddiq Jember.
3. Ibu Arrumaisha Fitri, M.Psi, selaku Ketua Program Studi Psikologi Islam Fakultas Dakwah Universitas Islam Negeri KH Achmad Siddiq Jember, yang telah memberikan persetujuan atas judul skripsi ini.

4. Bapak Muhammad Ali Makki, M.Si., selaku pembimbing saya yang telah dengan penuh kesabaran meluangkan waktu dan tenaga untuk memberikan bimbingan, arahan, serta dukungan dalam penyelesaian skripsi ini.
5. Seluruh dosen Fakultas Dakwah yang telah memberikan bantuan dan dukungan kepada penulis dalam proses penyelesaian skripsi ini.
6. Seluruh subjek penelitian yang telah bersedia meluangkan waktu dan membantu peneliti dalam mendapatkan data yang dibutuhkan selama proses penelitian berlangsung.

Jember, 10 Juni 2025



ABSTRAK

Rizqiana Adhe Firdaus, 2025: Analisis Resiliensi Pada Perempuan Korban Pelecehan Seksual

Kata Kunci: *Pelecehan Seksual, Resiliensi*

Secara umum resiliensi merupakan kemampuan individu dalam beradaptasi serta kemampuan individu dalam mengatasi beberapa masalah yang muncul sesuai dengan kapasitas yang dimilikinya. Resiliensi akan sangat dibutuhkan individu saat menghadapi suatu permasalahan dan keadaan terdesak. Sedangkan pelecehan seksual sendiri merupakan segala bentuk perilaku seksual yang bersifat merendahkan yang dapat merugikan individu lain yang menerima perilaku tersebut.

Penelitian ini berfokus 1) bagaimana gambaran pelecehan seksual pada perempuan korban pelecehan seksual?, 2) bagaimana gambaran resiliensi pada perempuan korban pelecehan seksual?. Tujuan dalam penelitian ini yaitu mengetahui bentuk pelecehan seksual yang diterima oleh subjek serta gambaran dari proses resiliensi yang dilakukan oleh subjek penelitian.

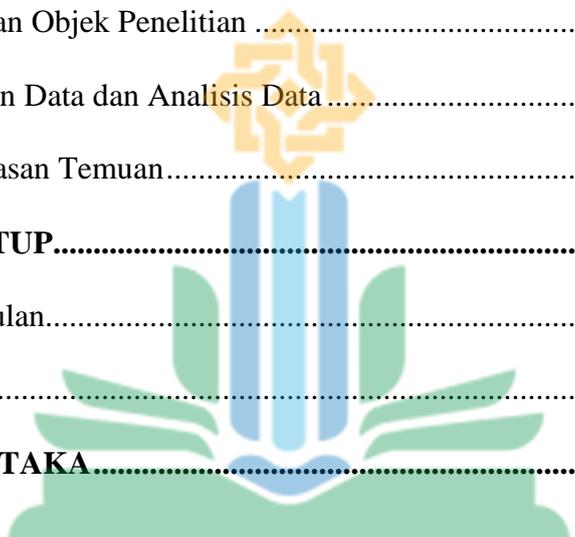
Penelitian ini menerapkan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi, dimana subjek penelitian dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Dari proses tersebut, diperoleh tiga orang subjek yang telah memenuhi kriteria yang telah ditetapkan sebelumnya. Pengumpulan data dilakukan secara sistematis melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi, yang kemudian divalidasi menggunakan triangulasi sumber dan triangulasi teknik.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa bentuk pelecehan seksual yang dialami subjek beragam, mulai dari verbal, nonverbal, hingga fisik. Pengalaman tersebut berdampak signifikan pada kondisi psikologis korban, seperti munculnya rasa takut, stres berlebihan, dan gangguan aktivitas harian. Namun, resiliensi terbukti berperan penting dalam proses pemulihan dan penerimaan diri korban. Faktor internal seperti kekuatan iman dan semangat hidup menjadi modal utama bagi korban untuk bangkit dan berkembang pasca peristiwa pelecehan seksual.

DAFTAR ISI

COVER	i
PENGESAHAN	ii
MOTTO	iv
PERSEMBAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK	viii
DAFTAR ISI	ix
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Konteks Penelitian.....	1
B. Fokus Penelitian.....	9
C. Tujuan Penelitian.....	10
D. Manfaat penelitian.....	10
1. Manfaat Teoristis.....	10
2. Manfaat Praktis.....	10
E. Definisi Istilah.....	11
F. Sistematika Pembahasan.....	12
BAB II KAJIAN PUSTAKA	13
A. Penelitian Terdahulu.....	13
B. Kajian Teori.....	17
BAB III METODE PENELITIAN	51
A. Pendekatan dan Jenis Penelitian.....	51
B. Lokasi Penelitian.....	52

C. Subyek Penelitian.....	52
D. Teknik Pengumpulan data.....	53
E. Analisis Data	55
F. Keabsahan Data.....	55
G. Tahap-Tahap Penelitian.....	56
BAB IV PENYAJIAN DATA DAN ANALISIS.....	58
A. Gambaran Objek Penelitian	58
B. Penyajian Data dan Analisis Data	62
C. Pembahasan Temuan.....	107
BAB V PENUTUP.....	119
A. Kesimpulan.....	119
B. Saran.....	119
DAFTAR PUSTAKA.....	122
LAMPIRAN.....	124



 UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
 KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
 J E M B E R

BAB I

PENDAHULUAN

A. Konteks Penelitian

Manusia pada umumnya memiliki ketertarikan sendiri kepada hal-hal yang tidak mereka punyai dari dalam dirinya. Ketertarikan tersebut juga berlaku pada perbedaan gender yang dimiliki masing-masing dari mereka. Laki-laki yang tertarik pada perempuan, lemah lembutnya, cara bicara, hingga bentuk tubuh dan penampilan yang menarik, begitupun pada diri perempuan. Perempuan sendiri merupakan makhluk yang penuh kasih sayang, lemah lembut, dan harus di lindungi oleh laki-laki¹. Secara etimologis perempuan berasal dari kata empu yang berarti “tuan” atau penguasa. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia, perempuan dikenal dengan kata wanita yaitu lawan dari laki-laki. Istilah wanita sendiri diambil dari bahasa sansekerta yang berarti “diinginkan kaum laki-laki”. Berdasarkan pemahaman tersebut dapat disimpulkan bahwa wanita memiliki peran yang pasif dan tidak memiliki peran apapun selain sebagai pelengkap kaum laki-laki. Maknanya, wanita diharapkan tidak menonjolkan diri, pasif, dan boleh memiliki profesi akan tetapi kurang diakui perannya².

Berbagai macam isu kerap menimpa perempuan, mulai dari kekerasan, tuntutan untuk menjadi sempurna, hingga pelecehan seksual. Dalam beberapa

¹ Sexual, R. I. W. V. O., Kumaradewi, H. A. P., & Winta, M. V. I. Resiliensi Pada Perempuan Korban Pelecehan Seksual.

² Mahmud, Heri Gunawan dan Yuyun Yulianingsih, 2013, Pendidikan Agama Islam Dalam Keluarga, (Akademia Permata, Jakarta), hlm. 13

tahun belakangan, isu pelecehan seksual merupakan isu sosial yang hangat dan seriangkli diperbincangkan di masyarakat. Indonesia masih memiliki kasus pelecehan seksual sering terjadi, terutama terjadi pada perempuan dan anak. Meski memiliki undang-undang dan hukum yang berbicara mengenai pelecehan seksual, tidak dapat menanggulangi hal tersebut terus terjadi. Darurat pelecehan seksual ini dibuktikan dengan data kasus yang secara signifikan meningkat terjadi baik di tempat umum maupun di sekolah sekalipun. Data kekerasan seksual dalam lima tahun terakhir sejak tahun 2018 menurut Komnas Perempuan tercatat sebanyak 18.141 kasus dari 21.666 total kasus, pada tahun 2019 tercatat 17.132 kasus dari 20.531, pada tahun 2020 sebanyak 17.575 kasus dari 20.501 total kasus, pada tahun 2021 angka kasus kekerasan seksual meningkat cukup signifikan sebanyak 21.753 dari 25.210 jumlah kasus, dan pada tahun 2022 tercatat jumlah kasus pelecehan seksula sebanyak 27.259. Selain itu, Komisi Nasional Anti Kekerasan Terhadap Perempuan (Komnas Perempuan) menyebutkan tindak kekerasan terhadap perempuan sebanyak 34.682 kasus sepanjang tahun 2024. Data tersebut meliputi 15.621 kasus kekerasan seksual, 12.878 kasus kekerasan psikis, dan 11.099 kasus kekerasan pada fisik, sedangkan 6.897 kasus lainnya³.

Kabupaten Jember menjadi salah satu lokasi yang terdampak isu pelecehan seksual, Dinas Pemberdayaan Perempuan, Perlindungan Anak dan Keluarga Berencana (DP3AKB) menyebutkan bahwa kasus kekerasan atau pelecehan seksual terhadap perempuan dan anak masih marak terjadi di kota

³ DetikNews (2024), Komisi Nasional Anti Kekerasan Terhadap Perempuan (KOMNAS) Indonesia

Jember. Hal tersebut diungkapkan oleh kepala DP3AKB bapak Suprihandoko melalui data bahwa hingga Mei 2023 tercatat sebanyak 132 kasus kekerasan dan pelecehan seksual terhadap perempuan dan anak. Melalui ratusan data setidaknya terdapat 50 kasus diantaranya merupakan kekerasan yang terjadi kepada perempuan dengan jumlah korban sebanyak 28 orang. Sementara itu, sebanyak 82 kasus kekerasan kepada anak dengan 42 korban yang melapor⁴.

Umumnya isu pelecehan seksual terjadi kepada perempuan sebagai korbannya dan laki-laki sebagai pelakunya. Berkaitan dengan sifat lemah lembut yang dimiliki oleh perempuan, masyarakat menganggap sifat tersebut sebagai sebuah kelemahan perempuan. Mereka kerap kali menjadi korban pelecehan seksual dan dipandang sebelah mata oleh masyarakat karena perlakuan yang mereka terima, meski hal tersebut diluar kendali mereka. Selain itu, pelecehan seksual merupakan salah satu dampak dari sistem patriarki dimana laki-laki dianggap lebih tinggi dibandingkan dengan perempuan dan sistem ini juga disetujui dalam masyarakat kita. Laki-laki dan perempuan diminta untuk bertindak sesuai dengan perannya masing-masing, sesuai dengan budaya yang telah berkembang dimasyarakat dan lingkungan sekitar⁵. Beberapa hal seperti cara berpakaian, karir, hingga tingkat pendidikan yang dimiliki perempuan kerap menjadi alasan bagi laki-laki untuk merendahkan dan melecehkan mereka yang dianggapnya lemah.

⁴ Imam Nawawi (2023), Dinas Pemberdayaan Perempuan, Perlindungan Anak dan Keluarga Berencana (DP3AKB) kabupaten Jember

⁵ Karliana, A., & Prabowo, H. (2014). Pelecehan seksual di angkutan krl ekonomi dari perspektif pelaku. In *The 17th FSTPT International Symposium, August* (pp. 22-24).

Dalam karya yang ditulis oleh Immanuel, definisi pelecehan seksual menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) adalah pelecehan yang merupakan bentuk kata kerja dari melecehkan, menghinakan, dan mengabaikan, sedangkan seksual memiliki makna yang berkaitan dengan seks atau jenis kelamin, hak yang berkenaan dengan persetubuhan laki-laki dan perempuan⁶. Sedangkan menurut Farley pelecehan seksual merupakan rayuan-rayuan seksual yang tidak dikehendaki penerimanya, dimana rayuan tersebut muncul baik dalam bentuk halus ataupun kasar, dan dilakukan secara verbal maupun non verbal⁷. Collier juga berpendapat bahwa pelecehan seksual merupakan bentuk perilaku individu yang bersifat seksualitas dimana perilaku tersebut tidak diinginkan oleh korban⁸. Rubenstein menyatakan bahwa pelecehan seksual merupakan suatu perilaku yang terjadi berdasarkan seks dan tidak diinginkan oleh penerima perilaku.

Secara garis besar, pelecehan seksual adalah segala bentuk perilaku seksual yang bersifat merendahkan yang dapat merugikan individu lain yang menerima perilaku tersebut⁹. Berdasarkan beberapa penjelasan diatas, disimpulkan bahwa pelecehan seksual merupakan suatu tindakan merugikan yang dilakukan seseorang atau sekelompok orang berdasarkan dorongan seksual dan dapat merugikan serta menurunkan martabat individu yang

⁶ Esakkiraj, P., Prabakaran, G., Maruthiah, T., Immanuel, G., & Palavesam, A. (2016). Purification and characterization of halophilic alkaline lipase from *Halobacillus* sp. *Proceedings of the National Academy of Sciences, India Section B: Biological Sciences*, 86, hlm. 314.

⁷ Kurnianingsih, S. (2003). Pelecehan seksual terhadap perempuan di tempat kerja. *Buletin Psikologi*, 11(2).

⁸ Rohan Colier, 1998, Pelecehan Seksual Hubungan Dominasi Masyarakat dan Minoritas, Yogyakarta: PT. Tiara Yogya Cet. Ke-1 Hlm. 4.

⁹ Rohan Colier, 1998, Pelecehan Seksual Hubungan Dominasi Masyarakat dan Minoritas, Yogyakarta: PT. Tiara Yogya Cet. Ke-1.

menerima¹⁰. Bentuk pelecehan seksual yang diterima berbeda-beda, ada yang berbentuk pelecehan verbal dan pelecehan non verbal. Pelecehan seksual secara verbal yang sering terjadi dalam kegiatan sehari-hari dapat berupa catcalling, siulan, komentar seksi yang dilontarkan kepada korban, suara kecupan, dan lain sebagainya. Sedangkan pelecehan seksual non verbal berupa sentuhan di beberapa bagian tubuh korban¹¹. Dalam beberapa kasus pelecehan seksual seringkali pelaku mengkaitkan tindakan yang dilakukan dengan cara berpakaian korban, cara korban berperilaku, kehidupan sosial, hingga bagaimana korban bekerja. Alasan tersebut tentu sangat merugikan korban.

Beberapa dampak akan dirasakan oleh korban pelecehan seksual. Pertama, korban akan merasakan dampak psikologis berupa munculnya trauma yang berasal dari stress pasca mendapat perilaku pelecehan seksual yang kemudian dapat mengganggu fungsi kerja otak pada korban. Dampak kedua yaitu dampak fisik, dimana korban berpotensi tertular atau mendapatkan penyakit menular seksual (PMS), berpotensi mendapatkan luka pada organ internal, hingga kematian. Ketiga, dampak sosial yang akan mempengaruhi penerimaan lingkungan terhadap korban, dijauhi teman hingga keluarga. Ketiga dampak tersebut tentu akan mempengaruhi kehidupan korban selanjutnya pasca pelecehan seksual yang diterimanya¹².

¹⁰ Esakkiraj, P., Prabakaran, G., Maruthiah, T., Immanuel, G., & Palavesam, A. (2016). Purification and characterization of halophilic alkaline lipase from *Halobacillus* sp. *Proceedings of the National Academy of Sciences, India Section B: Biological Sciences*, 86.

¹¹ N.K. Endah Trwijati, Pelecehan Seksual : Tinjauan Psikologis, fakultas psikologi Universitas Surabaya, Savy Amira Women's Crisis Center.

¹² Karliana, A., & Prabowo, H. (2014). Pelecehan seksual di angkutan krl ekonomi dari perspektif pelaku. In *The 17th FSTPT International Symposium, August* (pp. 22-24).

Isu pelecehan seksual juga masih sering terjadi bahkan dilingkungan akademisi. Isu tersebut terjadi dikalangan siswa, mahasiswa, maupun masyarakat sekitar. Perlakuan yang diterima korban pun beragam, mulai dari cat calling, sentuhan pada bagian tubuh tertentu seperti pantat dan payudara, hingga percobaan pemerkosaan¹³. Observasi yang dilakukan oleh peneliti menunjukkan bahwa pelaku pelecehan seksual yang terjadi di salah satu lokasi akademisi memiliki banyak sekali motif, seperti iseng, hanya ingin menggoda, dan memiliki ketertarikan kepada korban¹⁴. Berkaitan dengan observasi yang dilakukan, peneliti juga melakukan wawancara secara langsung kepada beberapa orang yang berada di lokasi tersebut. Mayoritas dari mereka menyebutkan bahwa isu pelecehan yang terjadi berasal dari ketertarikan yang dimiliki oleh pelaku kepada korban. Ketertarikan yang dimaksud bisa berupa perasaan suka terhadap bentuk tubuh tertentu pada diri korban, ketertarikan pelaku kepada hal berbau seksualitas, ataupun ketertarikan yang berasal dari godaan dari korban itu sendiri. Selanjutnya, mereka juga berpendapat pelecehan seksual terjadi akibat dari pola hidup korban itu sendiri. Aturan dan norma yang berlaku di masyarakat mengajarkan batasan-batasan yang harus dimiliki oleh perempuan, cara berpakaian, pergaulan, hingga batas waktu bermain¹⁵.

Peneliti juga menemui tiga orang subjek yang merupakan korban pelecehan seksual. Melalui ketiga korban, peneliti mendapatkan motif yang

¹³ Hasil Wawancara Peneliti di Lokasi Penelitian. 24 Desember 2024.

¹⁴ Hasil Observasi Peneliti di Lokasi Penelitian. 24 Desember 2024.

¹⁵ Hasil Wawancara Peneliti Bersama 10 Orang Mahasiswa. 24 Desember 2024.

sama dari pelaku, yakni ketertarikan pelaku kepada korban secara seksualitas. Korban pertama berinisial PN, korban kedua berinisial AS, dan korban ketiga berinisial FA. Dua diantaranya menerima pelecehan seksual dari anggota keluarga yaitu korban PN dan FA, sedangkan AS menerima pelecehan seksual dari mantan kekasihnya. Ketiga korban sama-sama tidak berani menceritakan kejadian yang dialaminya kepada keluarga yang lain maupun orang terdekat. Mereka menyimpan kecemasan yang dirasakan sendiri, seringkali mereka juga merasa takut saat melihat pelaku yang melecehkan mereka berada di lingkungan sekitar¹⁶. Berdasarkan fenomena yang terjadi kepada tiga orang korban, proses penguatan dari dalam diri mereka sendiri menjadi faktor utama untuk sembuh dari trauma yang pernah dialami.

Resiliensi menjadi salah satu cara yang dapat membantu individu mengatasi efek buruk yang diterimanya. Reivich dan Shatte mengatakan bahwa resiliensi merupakan kemampuan individu dalam beradaptasi serta kemampuan individu dalam mengatasi beberapa masalah yang muncul sesuai dengan kapasitas yang dimilikinya¹⁷. Bentuk resiliensi yang dimiliki oleh setiap individu berbeda-beda, sesuai dengan bagaimana individu tersebut dapat menahan stress yang diterimanya dalam upaya mencapai sebuah tujuan. Terdapat beberapa macam sumber yang dapat menambah resiliensi dalam diri individu, salah satunya melalui dorongan moral dari keluarga. Sebagaimana yang telah dikemukakan oleh Mawarpury dan Mirza bahwa keluarga

¹⁶ Hasil Wawancara Peneliti Bersama 10 Orang Mahasiswa. 24 Desember 2024.

¹⁷ Reivich, K., & Shatté, A. (2002). *The resilience factor: 7 essential skills for overcoming life's inevitable obstacles*. Broadway books.

merupakan unit terpenting dalam kehidupan bermasyarakat dalam menentukan pulihnya individu pasca mengalami peristiwa traumatik dalam hidupnya¹⁸. Menurutnya, keluarga merupakan inti utama dalam proses penyembuhan pasca terjadinya peristiwa traumatik karena keluarga merupakan lingkup terdekat dalam kehidupan sosial individu.

Selanjutnya, Masten dan Reed menyebutkan terdapat tiga sumber resiliensi yang meliputi *In the Child* yaitu kemampuan kognitif yang baik dari individu, kemampuan problem solving, kemampuan dalam mengembangkan persepsi diri yang lebih positif, serta kemampuan efikasi diri dan iman. Sumber kedua yaitu *in the family and close relationship*, meliputi hubungan yang dekat dengan orang tua, kedekatan dengan teman yang taat aturan, serta lingkungan rumah yang mendukung dan suportif. Sumber terakhir yaitu *in the community and relationship with organization*, meliputi kegiatan positif dalam sekolah seperti organisasi, ekstrakurikuler, serta keamanan dan budaya yang efektif¹⁹.

Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh Berliana Widi, dkk, mengenai studi fenomenologi resiliensi pada perempuan korban kekerasan seksual, dimana penelitian tersebut melibatkan tiga orang subjek korban kekerasan seksual yang berbeda-beda. Keberadaan resiliensi pada dalam diri subjek dan lingkungan secara signifikan membantu subjek untuk keluar dari trauma dan permasalahan yang dapat menghadirkan dampak lebih buruk.

¹⁸ Marti Mawarpury, Mirza, "Resiliensi Dalam Keluarga: Perspektif Psikologi", Jurnal Psikoslamedia (2017), Vol.2 No.1, hlm.97

¹⁹ Masten, A. S. (2002). Resilience in development. *Hand book of positive psychology/Oxford University Press*.

Selain itu, dukungan sosial dan motivasi terutama dari pihak keluarga merupakan salah satu faktor utama dari resiliensi individu²⁰.

Beberapa penelitian terdahulu lainnya juga menjelaskan bahwa resiliensi berkembang melalui dukungan sosial dan motivasi keluarga sehingga meningkatkan kembali rasa percaya diri dalam diri individu. *American Psychological Association* (APA) berpendapat bahwa resiliensi merupakan proses penyesuaian individu ketika menghadapi suatu permasalahan, kejadian traumatis, dan tragedi yang berdampak stress.

Berdasarkan latar belakang yang telah dideskripsikan diatas dan fenomena yang terjadi di lapangan maka peneliti bertujuan untuk melakukan penelitian dengan judul “Analisis Resiliensi Pada Perempuan Korban Pelecehan Seksual” sebagai sumber informasi baru dan lebih mendalam terkait upaya-upaya resiliensi secara internal. Dengan melibatkan tiga orang korban pelecehan seksual yang berstatus sebagai seorang mahasisiwi, peneliti mengharapkan hasil dan penyajian data yang cukup terperinci.

B. Fokus Penelitian

1. Bagaimanakah Gambaran Pelecehan Seksual Pada Perempuan Korban Pelecehan Seksual?
2. Bagaimanakah Gambaran Resiliensi Pada Perempuan Korban Pelecehan Seksual?

²⁰ Muhammad K Soehardiman, Berliana W Scarnovi, Laelatus S Sari, “Studi Fenomenologi Resiliensi Pada Perempuan Korban Kekerasan Seksual”, *Jurnal Ilmiah Psikologi Candradiwa* (2024), Vol.9 No.1, 28-43

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk Mengetahui Gambaran Pelecehan Seksual Pada Perempuan Korban Pelecehan Seksual.
2. Untuk Mengetahui Gambaran Resiliensi Pada Perempuan Korban Pelecehan Seksual.

D. Manfaat penelitian

Terdapat dua manfaat yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis dan penulis mengharapkan dapat menjadi manfaat yang benar-benar aplikatif, dan tidak hanya menjadi manfaat ala kadarnya, tetapi juga dapat di kembangkan lagi bagi peneliti selanjutnya.

1. **Manfaat Teoritis:** peneliti di harapkan mampu memberikan pengetahuan dan wawasan lebih luas pada kajian ilmu psikologi sosial terkait isu pelecehan seksual dan bagaimana cara resiliensi bekerja pada korban yang pernah mengalami pelecehan seksual.
2. **Manfaat Praktis:** di harapkan penelitian ini memberi manfaat, terutama dalam menyikapi fenomena pelecehan seksual yang mungkin membawa dampak buruk bagi korban yang menerimanya. Sehingga, perempuan yang menjadi korban pelecehan seksual mendapatkan informasi lebih dalam menanggulangi dampak-dampak yang telah diterimanya.

E. Definisi Istilah

1. Resiliensi

Resiliensi berasal dari kata *Resilience* yang berarti kemampuan untuk kembali dalam bentuk semula²¹. Resiliensi merupakan proses penyesuaian individu ketika menghadapi suatu permasalahan, kejadian trumatis, dan tragedi yang berdampak stress. Resiliensi merupakan sebuah kemampuan yang dimiliki individu untuk menyelesaikan suatu permasalahan dan resiliensi merupakan kemampuan saat individu berhasil keluar dari permasalahan tersebut. Kesimpulannya, resiliensi merupakan kemampuan beradaptasi yang dimiliki individu untuk bertahan dan keluar dari sebuah permasalahan yang terjadi dalam hidupnya.

2. Pelecehan Seksual

Secara umum, pelecehan seksual didefinisikan sebagai perilaku merendahkan yang berfokus pada dorongan seksual atau paksaan yang diberikan kepada orang lain untuk berhubungan secara seksual dengan dirinya, sehingga menyebabkan individu yang menerima perilaku tersebut merasa tidak nyaman, tersinggung, hingga mengalami traumatis. Pelecehan seksual merupakan suatu kondisi dimana korban melakukan penolakan terhadap perilaku yang dimunculkan oleh pelaku, baik secara verbal maupun non verbal.

²¹ Fuad Nashori, Iswan Saputro. 2021. "Psikologi Resiliensi". Hlm. 1

F. Sistematika Pembahasan

Peneliti berpedoman pada pedoman penulisan karya ilmiah yang diterbitkan oleh UIN Kiai Haji Achmad Siddiq Jember pada tahun 2024. Berikut merupakan sistematika penelitian dalam 5 Bab, sebagai berikut:

1. **BAB I PENDAHULUAN** yang mencakup Konteks Penelitian, Fokus penelitian, Tujuan Penelitian, Definisi Istilah, dan Sistematika Pembahasan.
2. **BAB II KAJIAN PUSTAKA** yang mencakup Penelitian Terdahulu dan Kajian Teori. Pada bab ini menjelaskan tentang Pelecehan Seksual dan Teori Resiliensi.
3. **BAB III METODE PENELITIAN** yang mencakup Pendekatan dan Jenis Penelitian, Lokasi Penelitian, Subjek Penelitian, Teknik Pengumpulan Data, Analisis Data, Keabsahan Data, dan Tahap-tahap Penelitian.
4. **BAB IV PENYAJIAN DATA DAN ANALISIS** yang mencakup gambaran objek penelitian, penyajian data dan analisis, dan pembahasan temuan.
5. **BAB V PENUTUP** yang berisikan Kesimpulan dan Saran.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Penelitian Terdahulu

Penelitian yang dilakukan saat ini merujuk kepada beberapa penelitian terdahulu yang telah dilakukan. Hal ini bertujuan untuk memperkaya teori dalam mengkaji hasil penelitian yang dilakukan. Penelitian terdahulu membantu penulis menemukan beberapa jurnal dengan judul dan topik yang serupa dengan judul penelitian penulis. Berikut merupakan beberapa jurnal yang penulis temukan sebagai kajian penelitian terdahulu.

Pertama, yaitu penelitian yang dilakukan oleh Muhammad Krisnadiva Soehardiman, Berliana Widi Scarvanovi, Laelatus Syifa Sari Agustina dengan judul Studi Fenomenologi Resiliensi pada Perempuan Korban Kekerasan Seksual yang diterbitkan pada tahun 2024. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dinamika resiliensi pada perempuan korban kekerasan seksual, dimana jenis metode penelitian yang digunakan yaitu metode kualitatif. Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan 3 orang sampel yang diambil berdasarkan kualifikasi tertentu yaitu berjenis kelamin perempuan dan pernah mengalami kekerasan seksual dengan teknik purposive sampling. Kesimpulan dari hasil penelitian ini adalah aspek-aspek positif dalam diri individu dapat membantu proses resiliensi dari perempuan korban pelecehan seksual. Selain itu faktor

eksternal dan dukungan sosial emosional dari lingkungan juga membantu proses resiliensi dari perempuan korban pelecehan seksual²².

Selanjutnya, penelitian yang dilakukan oleh Anjarima Devitri Kase, Dwi Sarwindah Sukiatni, Rahma Kusumandari dengan judul Resiliensi Remaja Korban Kekerasan Seksual di Kabupaten Timor Tengah Selatan: Analisis Model Miles dan Huberman yang diterbitkan pada tahun 2023. Penelitian ini menggunakan tiga orang sampel yang diambil dengan teknik purposive sampling. Dalam proses pengumpulan data, peneliti menggunakan wawancara, observasi dan dokumentasi dengan teknik analisis data model Miles dan Huberman serta menggunakan teknik triangulasi yang bertujuan untuk melihat kredibilitas data yang diperoleh. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, diperoleh hasil bahwa terdapat beberapa aspek yang menjadi sumber resiliensi bagi korban kekerasan seksual. Aspek-aspek tersebut diantaranya yaitu, perasaan tanggung jawab yang dimiliki individu terhadap dirinya sendiri, dukungan sosial dan emosional dari keluarga, teman dan lingkungan sekitar, adanya fasilitas, serta kemampuan dan keinginan dalam diri individu untuk keluar dari permasalahan yang sedang dihadapi²³.

Penelitian terdahulu yang ketiga yaitu penelitian yang dilakukan oleh Ayu Afriliyani, Listya Istiningtyas dengan judul Resiliensi pada Remaja Putri Pelapor Korban Kekerasan Seksual. Penelitian ini menggunakan metode

²² Muhammad K Soehardiman, Berliana W Scarnovi, Laelatus S Sari, "Studi Fenomenologi Resiliensi Pada Perempuan Korban Kekerasan Seksual", *Jurnal Ilmiah Psikologi Candrajiwa* (2024), Vol.9 No.1, 28-43

²³ Kase, A. D., Sukiatni, D. S., & Kusumandari, R. (2023). Resiliensi remaja korban kekerasan seksual di Kabupaten Timor Tengah Selatan: Analisis Model Miles dan Huberman. *INNER: Journal of Psychological Research*, 3(2), 301-311.

penelitian kualitatif yaitu menggunakan pendekatan fenomenologi, dimana proses pengambilan data dilakukan dengan teknik wawancara, observasi, dan dokumentasi. Subjek dalam penelitian ini berjumlah dua orang remaja perempuan yang merupakan korban pelecehan seksual. Berdasarkan data yang telah terkumpul, peneliti mendapatkan hasil bahwa faktor terbesar resiliensi pada remaja perempuan korban pelecehan seksual adalah adanya dukungan keluarga. Penerimaan dan bantuan berupa dukungan motivasi dari keluarga terhadap remaja perempuan yang mengalami pelecehan seksual dapat meningkatkan rasa percaya diri pada korban, sehingga korban bisa keluar dari permasalahan yang dialaminya dan kembali menjalani kesehariannya dengan baik²⁴.

Selanjutnya, pada penelitian yang dilakukan oleh Risma Inayah dan Sara Palila yang diterbitkan pada tahun 2022 dengan judul *Resilience Process of a Victim Sexual Violence in Women: Transformation from Victim to Activist*. Penelitian ini dilakukan menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi dan teknik pengumpulan berupa wawancara. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah tiga orang sampel yang menjadi korban pelecehan seksual. Kesimpulan dari hasil penelitian ini yaitu tiga aspek yang mempengaruhi resiliensi pada korban, yaitu aspek emosi, empati, dan motivasi sosial dari keluarga²⁵.

²⁴ Afriliyani, A., & Istiningtyas, L. (2023, December). Resiliensi pada Remaja Putri Pelapor Korban Kekerasan Seksual di Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Provinsi Sumatera Selatan. In *Proceeding Conference on Genuine Psychology* (Vol. 3, pp. 184-191).

²⁵ Inayah, R., & Palila, S. (2022). Resilience process of a victim sexual violence in women: Transformation from victim to activist. *Humanitas: Indonesian Psychological Journal*, 1-12.

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Ayu Rahmawati dengan judul Resiliensi Santri Korban *Sexual Harassment* Oleh Pengasuh Pesantren diterbitkan pada tahun 2023. Tujuan dari penelitian tersebut yaitu guna melakukan analisis pada posisi yang dimiliki perempuan dalam sebuah pesantren dan bentuk resiliensi dari perempuan yang mendapatkan deskriminasi berbentuk pelecehan seksual dari pengasuh pesantren tersebut. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode penelitian kualitatif, dimana teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu observasi dan wawancara. Selanjutnya, penulis memilih subjek beberapa orang santri yang merupakan korban kekerasan seksual oleh pengasuh pada sebuah pondok pesantren di Jawa Timur. Dari penelitian yang dilakukan, penulis mendapatkan hasil bahwa respon yang diberikan korban berbeda-beda. Dalam hal ini ada korban yang dapat bangkit dari permasalahan yang dihadapi karena adanya resiliensi yang kuat dalam dirinya, sedangkan ada juga korban yang tidak dapat mengkondisikan resiliensi nya dengan baik sehingga untuk mengalihkan kekecewaan yang dimilikinya dia melakukan hal-hal negatif seperti minum-minuman keras, merokok, dan sebagainya²⁶.

²⁶ Rahmawati, A. (2023). RESILIENSI SANTRI KORBAN SEXUAL HARASSMENT OLEH PENGASUH PESANTREN:(Analisis Dampak Psikologis Perempuan dalam Bingkai Pesantren dan Stereotype Patriarki). *Aflah Consilia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 1(2), 64-74.

B. Kajian Teori

1. Pelecehan Seksual

a. Pengertian Pelecehan Seksual

Pelecehan seksual memiliki banyak sekali definisi. Secara umum, pelecehan seksual merupakan tindakan atau perilaku individu yang tidak diinginkan oleh korban, dimana perilaku tersebut berkaitan secara langsung dengan jenis kelamin korban dan dapat mengganggu martabat korban²⁷. Selanjutnya, Komisi Nasional Hak Asasi Manusia (KOMNAS HAM) menyebutkan bahwa pelecehan seksual merupakan segala bentuk tindakan atau perilaku seksualitas yang merugikan salah satu pihak baik dalam bentuk fisik maupun verbal berupa perkataan atau tulisan, sehingga korban merasa terhina, malu, dan tidak memiliki rasa aman²⁸. MacKinnon berpendapat bahwa pelecehan seksual merupakan perilaku seksual yang muncul dari individu ditujukan kepada individu lain yang memiliki ketidaksetaraan dalam relasi dan kekuatan²⁹. Poerwandari juga menjelaskan definisi pelecehan seksual sebagai suatu tindakan yang bersifat memaksa dalam bentuk apapun, baik dalam bentuk ajakan kepada korban untuk menonton atau memperagakan adegan pronografi, mencium, meraba, menggoda

²⁷ Bagong Suyanto, *Masalah Sosial Anak*, Jakarta: Prenada Media, 2013, h. 92

²⁸ M. Sudrajat Bassar, 1986, *Tindak-Tindakan Tertentu di dalam KUHP*, Bandung, Remaja Karya. h. 170

²⁹ MacKinnon, C. A. (1979). *Sexual harassment of working women: A case of sex discrimination* (No. 19). Yale University Press.

korban dengan candaan seksualitas, sehingga berdampak merendahkan atau menyakiti korban³⁰.

Menurut Shannon, dkk bahwa pelecehan seksual merupakan perilaku seksual yang bersifat memaksa dan tidak diinginkan yang dapat merugikan individu lain³¹. Selanjutnya, Webb berpendapat bahwa terdapat tiga indikator yang menjadikan sebuah perilaku menjadi pelecehan seksual. Indikator yang pertama yaitu terdapat unsur seksualitas dalam perilaku tersebut meskipun bertujuan untuk candaan semata. Kedua yaitu terdapat kesengajaan dalam perilaku tersebut. Ketiga, munculnya kerugian karena perilaku tersebut tidak dapat diterima oleh korban. Melalui penjelasan diatas, disimpulkan bahwa Webb menyebutkan pelecehan seksual sebagai perilaku merugikan dan memaksa yang memiliki unsur seksualitas. Matlin juga berpendapat bahwa pelecehan seksual merupakan perilaku yang dilakukan seorang individu kepada individu lain untuk mendapatkan kepuasan seksual dengan cara memaksa atau sembunyi-sembunyi³².

Penjelasan lain mebutkan bahwa pelecehan seksual mencakup perilaku yang tidak diinginkan, baik secara verbal maupun non verbal yang mengandung unsur seksualitas baik secara sengaja ataupun tidak

³⁰ Poerwandari, E. K., Kekerasan terhadap perempuan: tinjauan psikologi feministik, dalam Sudiarti Luhulima (ed) "Pemahaman Bentukbentuk tindak kekerasan terhadap perempuan dan alternative pemecahannya", Jakarta: Kelompok kerja "convention watch" Pusat Kajian Wanita dan Jender, Jakarta: Universitas Indonesia, 2000.

³¹ Shannon, C. A., Rospenda, K. M., & Richman, J. A. (2007). *Workplace harassment patterning, gender, and utilization of professional services: findings from a US national study. Social science & medicine*, 64(6), 1178-1191.

³² Matlin, M. W. (2011). *The psychology of women. Stamford: Cengage Learning*.

sengaja³³. Winarsunu berpendapat bahwa pelecehan seksual merupakan segala bentuk perilaku seksualitas yang tidak diharapkan oleh korban atau dilakukan secara sepihak³⁴. Bentuk perilaku yang dimaksud dapat berupa ucapan, tindakan non verbal baik secara disengaja atau tidak disengaja, tulisan, dan isyarat yang menggoda dan membuat korban tidak nyaman. Menurut Utamadi, pelecehan seksual merupakan segala bentuk perilaku yang berbau hal-hal seksualitas yang dilakukan secara sepihak dan menimbulkan reaksi negatif seperti marah, benci, malu, dan sebagainya³⁵. Definisi diatas selaras dengan definisi yang dikemukakan oleh Lahey yang menyebutkan bahwa pelecehan seksual dapat ditandai dengan adanya perilaku yang dilakukan oleh pelaku namun tidak diinginkan oleh korban, adanya perkataan-perkataan seksualitas, dan segala bentuk perlakuan seksualitas dan mengancam³⁶.

Berdasarkan penjelasan beberapa tokoh diatas, dapat disimpulkan bahwa pelecehan seksual merupakan perilaku seksualitas yang tidak diinginkan oleh penerimanya dan menimbulkan kerugian kepada penerima perilaku. Pelaku pelecehan seksual seringkali memaksa korban untuk melakukan hal yang berbau seksualitas. Dalam hal ini, pelaku melakukan aksinya bisa secara sengaja maupun tidak

³³ King, L. A. (2010). Psikologi umum: Sebuah pandangan apresiatif. Jakarta: salemba humanika.

³⁴ Winarsunu, T. (2024). Psikologi keselamatan kerja. UMMPress.

³⁵ Utamadi, G. "Kekerasan Dalam Pacaran", Harian Kompas, 4 Mei 2001, hlm. 37.

³⁶ Lahey, K. A. (1999). *Are We 'persons' Yet?: Law and Sexuality in Canada*. University of Toronto Press.

disengaja seperti saat pelaku ada dalam pengaruh alkohol atau minuman keras.

b. Jenis-Jenis Pelecehan Seksual

Pelecehan seksual dapat terjadi dimanapun dan dalam situasi apapun. pelaku pelecehan seksual juga dapat dilakukan oleh siapapun baik rekan kerja, teman, guru, bahkan keluarga korban³⁷. Menurut Farley, secara umum pelecehan seksual terbagi menjadi tiga jenis atau kategori, diantaranya³⁸:

1) Pelecehan seksual secara verbal

Pelecehan seksual secara verbal biasanya dilakukan dengan ucapan atau ungkapan yang ditujukan kepada korban dan berkaitan dengan seksualitas. Bentuk pelecehan seksual secara verbal dapat berupa:

- a) Perkataan menggoda atau bercandaan yang dilontarkan kepada lawan jenis yang mengarah kepada seksualitas.
- b) Berisul dan melontarkan orientasi seksualitas.
- c) Memberikan pertanyaan kepada orang lain tentang keinginan seksual atau perilaku seksual yang pernah dilakukan orang tersebut sehingga membuatnya merasa tidak nyaman.
- d) Memberikan kritik atau komentar terhadap bentuk tubuh orang lain, dimana kritikan tersebut mengarah pada bagian-bagian

³⁷ Artaria, M. D. (2012). Efek Pelecehan Seksual di Lingkungan Kampus: Studi Preliminer. *Biokultur*, 1(1), 53-72.

³⁸ Farley, L. 1978. *Sexual Shakedown: The Sexual Harassment of Women on The Job*. New York: McGraw Hill.

seksualitas misalnya bentuk payudara atau ukuran alat kelamin orang tersebut.

2) Pelecehan seksual non verbal

Bentuk pelecehan seksual ini berkebalikan dengan pelecehan seksual secara verbal. Pelecehan seksual non verbal terjadi dengan tindakan yang dilakukan oleh pelaku, akan tetapi tindakan tersebut tidak ada kontak fisik secara langsung dengan korban, seperti contoh:

- a) Memberikan tatapan menggoda saat melihat bagian tubuh tertentu dari korban.
- b) Menggesekkan alat kelamin kepada orang lain.
- c) Memperlihatkan alat kelamin kepada korban baik secara personal maupun didepan umum.

3) Pelecehan seksual secara fisik

Pada jenis ini, pelaku memberikan sentuhan fisik secara langsung kepada korban, misalnya :

- a) Pamerkosaan atau memaksa korban untuk berhubungan seksual dengan pelaku.
- b) Mencium atau memeluk korban secara paksa.
- c) Meraba tubuh korban dengan konteks seksualitas dan tidak diinginkan oleh korban.

Selanjutnya, Artaria menyebutkan terdapat beberapa jenis pelecehan seksual, diantaranya³⁹:

- 1) *Liquid Pro Quo* atau pemain-kekuasaan, dalam hal ini pelaku pelecehan seksual menggunakan kekuasaan yang dimilikinya dengan menawarkan imbalan kepada korban sebagai benefit untuk perilaku pelecehan seksual yang diterima korban dari pelaku. Benefit tersebut dapat berupa nilai, pangkat, promosi, dan sebagainya⁴⁰.
- 2) Bermain peran seperti figur ayah atau ibu, dimana pelaku pelecehan seksual memainkan peran sebagai mentor atau guru dengan korbannya. Perilaku seksual yang ditunjukkan biasanya ditutupi dengan alibi berupa profesionalitas, atensi akademik, dan sebagainya. Pelecehan seksual jenis ini sering terjadi kepada siswa dimana pelaku pelecehan seksual merupakan gurunya sendiri.
- 3) Selanjutnya, pelecehan seksual yang dilakukan sebagai bentuk syarat dari pelaku kepada korban untuk masuk dalam suatu komunitas atau kelompok. Pelecehan ini biasanya dilakukan oleh anggota senior dari komunitas tersebut kepada calon anggota baru.
- 4) Pelecehan seksual yang dilakukan ditempat tersembunyi atau markas pelaku, hal ini bertujuan untuk menghilangkan jejak

³⁹ Artaria, M. D. (2012). Efek Pelecehan Seksual di Lingkungan Kampus: Studi Preliminer. *Biokultur*, 1(1), 53-72.

⁴⁰ MacKinnon, C.A. 1979. *Sexual Harassment of Working Women*. London: Yale University Press

pelecehan seksual yang terjadi dan mencegah adanya saksi dari perilaku tersebut.

- 5) *Groper*, pelaku pelecehan seksual yang melakukan aksinya ditempat umum. Bentuk perilaku yang ditunjukkan dapat berupa memegang daerah tertentu dari tubuh korban.
- 6) *Opurtunis*, pelecehan seksual jenis ini biasa terjadi di tempat umum yang sedang ramai dan sesak. Dimana pelaku biasanya memantau keadaan disekitar korban dan pelaku, sehingga pelaku dengan leluasa memegang daerah tubuh korban tanpa diperhatikan oleh banyaknya orang yang berada dilokasi tersebut.
- 7) *Confidante*, dimana pelaku secara paksa menjadikan korban sebagai pelipur lara atas penderitanya. Modus yang seringkali dilakukan oleh pelaku yaitu dengan mengarang cerita dengan dramatis, sehingga korban merasa iba dan mau menemani pelaku, saat itulah pelaku akan melancarkan aksi pelecehannya.
- 8) *Incompetent*, dalam jenis ini pelaku merupakan individu yang berusaha menarik perhatian dan perasaan korban secara sosial. Ketika terjadi penolakan yang diberikan korban kepada pelaku, maka pelaku akan melakukan balas dendam kepada korban dengan cara melecehkannya.
- 9) *Lingkungan*, pelecehan ini biasa terjadi secara tidak sengaja dimana pelaku bermaksud memberikan candaan atau gurauan berbau seks kepada korban yang berakibat kepada lingkungan yang

kemudian ofensif kepada korban. Candaan yang dimaksud tidak hanya berbentuk verbal, bisa juga dalam bentuk grafiti atau gambar tertentu.

Pendapat lain menyebutkan bahwa terdapat tiga tingkat jenis pelecehan seksual, yaitu :

- 1) Pelecehan seksual kategori ringan, dalam kategori ini pelecehan seksual yang terjadi berupa pelecehan seksual verbal seperti mengedipkan mata, siulan-siulan menggoda, serta ajakan pelaku kepada korban untuk melihat gambar-gambar yang berbau seksualitas.
- 2) Pelecehan seksual kategori sedang, biasanya pelaku seringkali memberikan topik obrolan seputar seksualitas kepada korban hingga melakukan gerakan-gerakan yang berhubungan dengan seks.
- 3) Pelecehan seksual kategori berat, dalam kategori ini pelaku melakukan tindakan secara fisik seperti memegang, meremas, menekan atau menggesekkan alat vitalnya ke bagian tubuh korban. Pada kategori ini pula, pelaku pelecehan seksual yang melakukan pemerkosaan terhadap korban⁴¹.

Dalam dasar pengukuran Sexual Experience Questionnaire (SEQ) yang dikemukakan oleh Sandra, et all, mengkategorikan bentuk pelecehan seksual secara sistematis, yaitu :

⁴¹ Bagong Suyanto, Masalah Sosial Anak, Jakarta: Prenada Media, 2013, h. 93

- 1) *Gender Harassment*, merupakan perilaku yang merendahkan seseorang berdasarkan jenis kelamin.
- 2) *Seductive Behaviour*, merupakan bentuk rayuan yang tidak senonoh, permintaan seksual tanpa paksaan, dan merendahkan korban.
- 3) *Sexual Bribery*, merupakan ajakan untuk melakukan kegiatan seksual dengan janji akan memberikan imbalan kepada korban.
- 4) *Sexual Coercion*, merupakan perilaku memaksa korban untuk melakukan kegiatan seks dengan pelaku.
- 5) *Sexual Assault*, merupakan perilaku dimana pelaku secara terang-terangan menyerang korban untuk melakukan kegiatan seks.

Menurut Imran, bentuk-bentuk pelecehan seksual ialah sebagai berikut :

- 1) Memberikan godaan atau mencari perhatian lawan jenis dengan siulan.
- 2) Mengundang lelucon berbaur seksualitas sehingga orang yang menerimanya merasa direndahkan.
- 3) Menunjukkan atau memasang gambar porno kepada orang lain yang tidak menyukainya.
- 4) Memberikan pertanyaan kepada orang lain mengenai kehidupan atau kegiatan seksualnya.
- 5) Melontarkan komentar-komentar tidak senonoh kepada penampilan orang lain.

- 6) Memaksa orang lain untuk berkencan.
- 7) Melontarkan komentar yang menjatuhkan dan merendahkan atas dasar perbedaan gender.
- 8) Menunjukkan gerakan tangan atau tubuh yang tidak sopan dihadapan orang lain.
- 9) Memandang tubuh orang lain tanpa dikehendaki.
- 10) Menyentuh bagian tertentu pada tubuh orang lain tanpa dikehendaki.
- 11) Mengamati secara berlebihan tubuh orang lain tanpa dikehendaki.
- 12) Menciu dan memeluk orang lain secara paksa.
- 13) Meminta imbalan atas pekerjaan yang telah diselesaikan.
- 14) Memamerkan tubuh atau alat kelamin kepada orang lain sehingga orang tersebut merasa terhina.
- 15) Melakukan telepon dan menghasilkan suara-suara cabul.
- 16) Pemerksaan⁴².

Selanjutnya, tiga bentuk pelecehan seksual menurut Kusmana yaitu :

- 1) Bentuk Visual, berupa tatapan atau pandangan yang penuh nafsu.
- 2) Bentuk Verbal, berupa gurauan, suara, pertanyaan, komentar yang merendahkan atau berbau seksualitas, serta paksaan untuk berkencan sehingga korban merasa terancam dan tidak nyaman.
- 3) Bentuk Fisik, berupa gerakan, sentuhan, maupun pemerksaan⁴³.

⁴² Imran, I. 1998. Perkembangan Seksualitas Remaja. Bandung: PKBI Jawa Barat.

c. Faktor-Faktor Pelecehan Seksual

Secara umum, Annisa dan Hendro merumuskan ada dua faktor yang menyebabkan terjadinya pelecehan seksual, diantaranya :

- 1) Faktor Biologis, Pada dasarnya, laki-laki memiliki dorongan seksual yang lebih besar dibandingkan perempuan. Dorongan tersebut yang menyebabkan laki-laki cenderung menjadi pelaku dari isu pelecehan seksual yang terjadi. Dalam faktor ini, asumsi yang diberikan bahwa laki-laki dan perempuan memiliki perbedaan terkait dorongan seksualitas, namun memiliki ketertarikan yang sama besar antara satu dengan lainnya. Sehingga respon yang diharapkan bahwa perempuan akan merasa tersanjung atau tidak merasa dirugikan dan terganggu dari tindakan yang dilakukan oleh laki-laki tersebut. Akan tetapi kenyataannya, perempuan yang merupakan korban pelecehan seksual merasa terganggu dan dirugikan akibat dari perilaku yang diterimanya dan merasa dilecehkan akan hal tersebut.
- 2) Faktor Sosial dan Budaya, Faktor ini menjelaskan bahwa pelecehan seksual merupakan salah satu dampak dari sistem patriaki dimana laki-laki dianggap lebih tinggi dibandingkan dengan perempuan dan sistem ini juga disetujui dalam masyarakat kita. Laki-laki dan perempuan diminta untuk bertindak sesuai dengan perannya masing-masing, sesuai dengan budaya yang telah

⁴³ Kusmana, G. (2005). Pelecehan seksual di tempat kerja (kondisi di Indonesia) dan cara mengatasinya. Online: www.nakertrans.go.id.

berkembang dimasyarakat dan lingkungan sekitar. Akibatnya, pemikiran tersebut mendatangkan laki-laki yang menjadi pelaku pelecehan seksual karena sistem yang telah tertanam dalam dirinya melalui sosial dan budaya yang ada dimasyarakat⁴⁴.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Ahmad Saifuddin, bahwa faktor-faktor pelecehan seksual berkaitan dengan tempat dimana pelecehan tersebut terjadi, diantaranya⁴⁵ :

- 1) Pelecehan seksual di lokasi kerja, Pelecehan seksual yang terjadi ditempat kerja dapat disebabkan karena budaya dalam lingkungan kerja tersebut didominasi oleh laki-laki yang bersifat maskulin, memiliki jabatan yang lebih tinggi daripada korban, dan karakter korban yang rentan mendapatkan pelecehan seksual⁴⁶. Selain itu, status pendidikan yang lebih rendah dari perempuan, sehingga perempuan tidak mendapatkan jabatan yang lebih tinggi daripada laki-laki juga dapat menjadi penyebab terjadi pelecehan seksual. Jabatan yang dimiliki menjadi stereotip bagi laki-laki bahwa dia memiliki kewenangan dan kekuasaan untuk melakukan apapun terhadap perempuan yang berada di bawahnya, sehingga sikap

⁴⁴ Karliana, A., & Prabowo, H. (2014). Pelecehan seksual di angkutan krl ekonomi dari perspektif pelaku. In *The 17th FSTPT International Symposium, August* (pp. 22-24).

⁴⁵ Saifuddin, A. (2021). Merumuskan Faktor Penyebab Dan Solusi Pelecehan Seksual Menggunakan Perspektif Psikologi, Sosial, Dan Agama. *Academica: Journal of Multidisciplinary Studies*, 5(2), 381-420.

⁴⁶ Dwiyantri, F. (2014). *Pelecehan seksual pada perempuan di tempat kerja (studi kasus kantor satpol PP Provinsi DKI Jakarta)*. University of Indonesia.

profesionalitas dalam bekerja tidak lagi di hiraukan sebagai suatu sikap yang perlu dimiliki⁴⁷.

- 2) Pelecehan Seksual di Sekolah, Salah satu faktor yang dapat menyebabkan pelecehan seksual di lingkungan sekolah yaitu dikarenakan rendahnya peraturan terkait upaya pencegahan pelecehan tersebut terjadi⁴⁸. Kebutuhan pengetahuan yang tidak memadai terkait bentuk-bentuk perilaku seksualitas pada siswa maupun mahasiswa menyebabkan mereka kekurangan informasi terkait dampak atau akibat dari perbuatan yang mereka lakukan. Selain itu, kurangnya tingkat pengawasan dari orang tua, tidak adanya kesadaran diri, serta adanya pengalaman masa lalu yang belum selesai juga dapat menjadi faktor pelecehan seksual terjadi. Pelecehan seksual yang terjadi di lingkungan akademik tidak hanya terjadi pada siswa atau mahasiswa, namun juga terjadi dikalangan guru atau dosen dan staff akademik lainnya. Kekuasaan dan kewenangan yang dimiliki memberikan peluang bagi para pengajar untuk melakukan tindakan yang melecehkan kepada anak didiknya. Biasanya, pengajar akan memberikan janji berupa kenaikan nilai atau prestasi jika korban bersedia melakukan kegiatan seks dengannya.

⁴⁷ Merkin, D. R. (2012). *Introduction to the Theory of Stability* (Vol. 24). Springer Science & Business Media.

⁴⁸ Sang, R. K. A., Kemboi, J. K., & Omenge, R. O. (2016). Sexual harassment among university students within university of Eldoret, Uasin Gishu County, Kenya. *IOSR Journal of Dental and Medical Sciences*, 15(08), 142-151.

- 3) Pelecehan Seksual di Transportasi Umum, Faktor penyebab pelecehan seksual dalam transportasi umum adalah pelaku menggunakan keramaian yang ada sebagai tameng dari perbuatan yang sedang dilakukannya. Dalam situasi ramai dan berdesakan, pelaku dapat dengan leluasa melakukan tindakan seksualitas tanpa diketahui dan tanpa adanya saksi sehingga pelaku merasa aman. Selain itu, kurangnya alat untuk mengawasi kegiatan penumpang dalam transportasi umum, penumpang dengan pakaian yang minim, serta tidak adanya aparat keamanan yang berjaga juga menjadi faktor terjadinya pelecehan seksual⁴⁹.
- 4) Pelecehan Seksual di Media Sosial, Tidak hanya dalam dunia nyata saja, pelecehan seksual juga dapat terjadi dalam dunia maya atau situs online. Hal ini disebabkan karena rendahnya kendali diri yang dimiliki oleh pengguna internet atau media sosial, sehingga terpengaruh dengan pelaku-pelaku pelecehan seksual yang ada⁵⁰. Disisi lain, banyaknya sosok cyberstalking yang memiliki ketertarikan pada hal-hal berbau seks dan melampiaskan keinginan tersebut kepada pengguna media sosial lainnya. Umumnya, sosok tersebut muncul akibat adanya situs pornografi yang mudah diakses secara luas oleh pengguna media sosial.

⁴⁹ Karliana, A., & Prabowo, H. (2014). Pelecehan seksual di angkutan krl ekonomi dari perspektif pelaku. In *The 17th FSTPT International Symposium, August* (pp. 22-24).

⁵⁰ Chawki, M., & El Shazly, Y. (2013). Online sexual harassment: Issues & solutions. *J. Intell. Prop. Info. Tech. & Elec. Com. L.*, 4, 71.

Faizah dan Solehati dalam penelitiannya merumuskan beberapa faktor penyebab terjadinya pelecehan seksual, antara lain⁵¹ :

- 1) Faktor Keluarga, dimana menurutnya mayoritas korban pelecehan seksual berasal dari keluarga yang tidak utuh atau broken home. Faktor ini juga menjadi penyebab pelaku dari pelecehan seksual, keadaan keluarga yang tidak harmonis, tekanan ekonomi yang mengganggu emosional pelaku, dan lingkungan keluarga yang tidak baik.
- 2) Faktor Lingkungan, pelecehan seksual dapat terjadi akibat dari lingkungan yang kurang baik. Khususnya dikalangan remaja, dapat kita lihat banyak sekali remaja, anak-anak, bahkan orang dewasa yang salah pergaulan, sehingga mereka melakukan banyak tindak kriminalitas yang salah satunya adalah pelecehan seksual⁵².
- 3) Faktor Individu, terjadi karena kepribadian pelaku itu sendiri. Faktor internal individu dapat berupa anak dengan kebutuhan khusus, mudah terpengaruh, terlalu bergantung kepada orang lain, dan kurangnya wawasan terkait seksualitas.

Berdasarkan penjelasan diatas, secara garis besar faktor terjadinya pelecehan seksual terbagi menjadi tiga, yaitu :

- 1) Faktor Psikologis, dimana pelaku memiliki gangguan abnormalitas seksual berupa parafilia, ketidakmampuan untuk mengendalikan

⁵¹ Ahyun, F. Q., Solehati, S., & Prasetya, B. (2022). Faktor penyebab terjadinya pelecehan seksual serta dampak psikologis yang dialami korban. *Al-ATHFAL: Jurnal Pendidikan Anak*, 3(2), 92-97.

⁵² Lewoleba, K. K., & Fahrozi, M. H. (2020). Studi faktor-faktor terjadinya tindak kekerasan seksual pada anak-anak. *Jurnal Esensi Hukum*, 2(1), 27-48.

dorongan seksual dalam dirinya, rendahnya kesadaran untuk menghargai orang lain.

- 2) Faktor Sosial, dimana terdapat konstruk sosial dari masyarakat yang menempatkan anak laki-laki dan anak perempuan dalam tingkatan yang berbeda. Sehingga anak perempuan seringkali rentan menerima pelecehan seksual. Selain itu, persepsi dari masyarakat bahwa korban pelecehan seksual merupakan aib dan mendapatkan pandangan sebelah mata sehingga korban menjadi lebih asertif ketika menerima perlakuan yang melecehkan dirinya. Faktor lain berasal dari kurang tegasnya aparat keamanan yang bertugas untuk menjaga lingkungan dan seluruh lapisan masyarakat, sehingga pelaku tidak mendapatkan hukuman yang dapat membuatnya jera dalam melakukan pelecehan kepada orang lain.
- 3) Faktor Agama, karena kurangnya iman dan sikap religius dari seseorang sehingga menyebabkan dia bertingkah melanggar aturan agama yang telah ditetapkan dan menjadi pelaku pelecehan seksual.

d. Dampak Pelecehan Seksual

Perempuan yang menjadi korban pelecehan seksual tentunya akan menerima dampak atau akibat yang serius dalam hidupnya, baik dalam jangka panjang maupun jangka pendek. Karliana dan Prabowo

menyampaikan terdapat tiga dampak yang diterima korban pelecehan seksual :

- 1) Dampak Psikologis, diantaranya kepercayaan diri yang mulai menurun, kecemasan, depresi, merasa tidak memiliki harga diri, merasa terasing, masalah emosi, penyalahgunaan zat adiktif, selalu dihantui trauma dari pelecehan yang diterimanya, merasa terancam dan terhina, kurang produktif dalam melakukan pekerjaan, dan menurunnya motivasi.
- 2) Dampak Perilaku, berupa gangguan makan, gangguan tidur, hingga memiliki keinginan untuk bunuh diri.
- 3) Dampak Fisik, diantaranya gangguan pencernaan, mudah sakit kepala, rasa mual, perubahan berat badan, nyeri tulang belakang, dan terinfeksi penyakit menular kelamin⁵³.

Rubenstein juga merumuskan dampak pelecehan seksual secara lebih singkat, diantaranya merasa khawatir, lekas marah, rusaknya hubungan interpersonal, tidak mampu berkonsentrasi, mudah lelah, mudah stress, hingga depresi⁵⁴. Selanjutnya, Faizah dan Solehati menyebutkan beberapa dampak dari yang dirasakan korban pelecehan seksual, diantaranya memiliki emosi yang tidak stabil, menjadi lebih pendiam dari biasanya, suka mengurung diri, ketakutan, cemas, dan depresi, memiliki trauma berat, cenderung suka melamun, merasa

⁵³ Karliana, A., & Prabowo, H. (2014). Pelecehan seksual di angkutan krl ekonomi dari perspektif pelaku. In *The 17th FSTPT International Symposium, August* (pp. 22-24).

⁵⁴ Rohan Colier, 1998, *Pelecehan Seksual Hubungan Dominasi Masyarakat dan Minoritas*, Yogyakarta: PT. Tiara Yogya Cet. Ke-1 Hlm. 15.

malu pada orang sekitarnya, merasa hina, dan hilangnya rasa percaya diri⁵⁵.

Alter-Reid, dkk, juga menyebutkan dampak pelecehan seksual bagi psikososial korban berupa perasaan bersalah, cemas dan takut yang berlebih, depresi, *self-esteem* yang cenderung rendah, menurunnya kemampuan bersosialisasi, dan sebagainya⁵⁶. Tackett, dkk mengemukakan korban pelecehan seksual cenderung memiliki permasalahan dengan kecemasan, depresi, stress pasca trauma (PTSD), keluhan yang sifatnya somatis, memiliki perilaku agresi, serta perilaku-perilaku yang dapat merusak dirinya sendiri⁵⁷. Sementara itu, Green menjelaskan efek jangka panjang pada korban yang pernah mengalami pelecehan seksual, efek tersebut dibagi menjadi 4 kategori. Kategori pertama, yaitu korban mengalami gangguan kecemasan, rasa takut yang berlebih, mimpi buruk, gangguan tidur, dan PTSD. Kategori kedua, korban mengalami gejala histeris dan disosiasi seperti memiliki fantasi-fantasi, sering melamun, hadirnya teman khayalan, dan kondisi tidak sadarkan diri. Kategori ketiga, yaitu keadaan depresi dan *self-esteem* yang rendah. Kategori terakhir yaitu mengalami

⁵⁵ Ahyun, F. Q., Solehati, S., & Prasetya, B. (2022). Faktor penyebab terjadinya pelecehan seksual serta dampak psikologis yang dialami korban. *Al-ATHFAL: Jurnal Pendidikan Anak*, 3(2), 92-97.

⁵⁶ Alter-Reid, K., Gibbs, M. S., Lachenmeyer, J. R., Sigal, J., & Massoth, N. A. (1986). Sexual abuse of children: A review of the empirical findings. *Clinical Psychology Review*, 6(4), 249-266.

⁵⁷ Kendall-Tackett, K. A., Williams, L. M., & Finkelhor, D. (1993). Impact of sexual abuse on children: a review and synthesis of recent empirical studies. *Psychological bulletin*, 113(1), 164.

gangguan seksualitas seperti perilaku agresi dan dorongan untuk masturbasi yang tidak wajar⁵⁸

2. Resiliensi

a. Pengertian Resiliensi

Secara bahasa, resiliensi merupakan istilah dari kata resilience dalam bahasa Inggris yang artinya kegembiraan, daya pegas, dan daya kenyal⁵⁹. Resiliensi dijelaskan pertama kali oleh Block dengan sebutan *ego-resilience*, yang dimaknai dengan kemampuan umum untuk menyesuaikan diri dan luwes dalam menghadapi tekanan baik secara eksternal maupun internal⁶⁰. R-G Reed menyebutkan bahwa resiliensi merupakan kemampuan atau kapasitas yang dimiliki individu untuk beradaptasi secara positif dalam mengatasi permasalahan yang sedang dihadapinya⁶¹. Menurut Reivich dan Shatte, resiliensi merupakan kemampuan seseorang untuk memberikan respon yang sehat ketika menghadapi permasalahan atau trauma, dimana hal tersebut diperlukan untuk mengelola tekanan hidup sehari-hari⁶².

⁵⁸ Zapp, M. L., Stern, S., & Green, M. R. (1993). Small molecules that selectively block RNA binding of HIV-1 Rev protein inhibit Rev function and viral production. *Cell*, 74(6), 969-978.

⁵⁹ Echols, J., M., Shadily, H. 1976. Kamus Inggris Indonesia. Jakarta: PT. Gramedia. Hlm. 480

⁶⁰ Klohnen, E. C. (1996). Conceptual analysis and measurement of the construct of ego-resiliency. *Journal of personality and social psychology*, 70(5), 1067.

⁶¹ Nurinayanti, A. (2011). Makna Kebersyukuran dan Resiliensi: Telaah Pustaka tentang Pengaruh Kebersyukuran dan Pengaruhnya Terhadap Daya Resiliensi pada Korban Erupsi Merapi DIY 2010. *Jurnal Psikologi*, 93.

⁶² Reivich, K., & Shatté, A. (2002). *The resilience factor: 7 essential skills for overcoming life's inevitable obstacles*. Broadway books.

Istilah resiliensi juga dikemukakan oleh Emmi E. Werner, dimana resiliensi sendiri telah digunakan beberapa ahli tingkah laku untuk menggambarkan tiga keadaan, yaitu:

- 1) Hidup seorang anak yang berada dalam resiko tinggi, keadaan yang sangat miskin, dan anak yang mendapatkan perlakuan kasar dari orang tuanya agar dapat berkembang secara positif.
- 2) Berada tekanan yang berkepanjangan, seperti perceraian kedua orang tua dan individu tetap dapat memunculkan kompetensi atau kemampuan yang dimilikinya.
- 3) Sembuh dari trauma yang pernah dialami⁶³.

Menurut Grotberg resiliensi merupakan kemampuan individu untuk berhadapan, mengatasi dan keluar dari permasalahan yang menyulitkannya, sehingga resiliensi tidak dipandang sebagai sebuah magic yang hanya hadir pada orang tertentu saja dan bukan pula pemberian dari sumber yang tidak diketahui⁶⁴. Reich, Zautra, dan Hall berpendapat bahwa resiliensi merupakan bentuk dari proses adaptasi yang sukses dilakukan individu saat berada dalam kesulitan⁶⁵. Maknanya, resiliensi berbicara mengenai proses adaptasi individu dengan konteks yang positif dan signifikan untuk keberlangsungan hidup dan keberlanjutan setelah keluar dari keadaan traumatis.

⁶³ Afifah, D. R. (2011). Membangun Resiliensi: Sebuah Upaya Promosi Kesehatan Mental Dengan Kerentanan Depresi. *Counsellia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 1(2).

⁶⁴ Grotberg, E. (1999). Countering depression with the five building blocks of resilience. *Reaching Today's Youth*, 4(1), 66-72.

⁶⁵ Reich, J. W., Zautra, A. J., & Hall, J. S. (Eds.). (2010). *Handbook of adult resilience*. Guilford Press.

American Psychological Association (APA) mendefinikan resiliensi sebagai proses penyesuaian diri individu untuk menghadapi permasalahan yang cukup berat, pengalaman traumatis, dan hal-hal yang menyebabkan stress⁶⁶.

Definisi yang disampaikan oleh Connor dan Davidson menyatakan bahwa resiliensi merupakan kualitas dari kemampuan yang dimiliki individu untuk menghadapi suatu permasalahan dalam hidupnya⁶⁷. Hal senada juga disampaikan oleh Wagnild dan Young, resiliensi merupakan suatu kemampuan yang dimiliki individu untuk pulih dan kembali bangkit dari kondisi traumatis dan menjadi sebuah karakteristik kepribadian yang lebih positif⁶⁸. Karakteristik positif yang dihasilkan dari proses resiliensi dapat meningkatkan kemampuan adaptasi dalam diri individu untuk mengalihkan emosi negatif saat stress. Selanjutnya, Snyder dan Lopez menyatakan resiliensi sebagai proses adaptasi yang baik saat individu berada dalam tekanan atau dalam kondisi yang tidak menyenangkan⁶⁹. Yu dan Zang juga

⁶⁶ Southwick, S. M., Bonanno, G. A., Masten, A. S., Panter-Brick, C., & Yehuda, R. (2014). Resilience definitions, theory, and challenges: Interdisciplinary perspectives. *European Journal of Psychotraumatology*, 5(1),

⁶⁷ Connor, K. M., & Davidson, J. R. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson resilience scale (CD- RISC). *Depression and anxiety*, 18(2), 76-82.

⁶⁸ Losoi, H., Turunen, S., Waljas, M., Ohman, J., Julkunen, J. & Rosti-Otajarvi, E. (2013). Psychometric properties of the finnish version of the resilience scale and its short version. *Psychology, Community & Health*. 2(1), 1-10.

⁶⁹ Snyder, C. R. & Lopez, S. J. (2002). *Handbook of Positive Psychology*. New York: Oxford University Press

menambahkan bahwa resiliensi adalah kemampuan untuk bertahan dan beradaptasi setelah kejadian traumatis yang pernah dialami⁷⁰.

Pendapat serupa juga disampaikan oleh Rutten dkk yang menyebutkan resiliensi sebagai sebuah proses yang dinamis yang dapat membantu individu mampu mempertahankan kondisinya atau mengembalikan kondisi semula dari individu tersebut sebelum melalui pengalaman traumatis⁷¹. Roberts mengutip beberapa pengertian dari beberapa orang ahli yang menyebutkan bahwa resiliensi merupakan *presence* atau kehadiran *good outcomes* dan kemampuan dalam mengatasi sebuah ancaman guna meningkatkan kemampuan individu dalam beradaptasi dan berkembang secara positif⁷². Berdasarkan beberapa penjelasan ahli maka dapat disimpulkan bahwa resiliensi merupakan sebuah kemampuan yang ada dalam diri individu sejak kelahirannya. Resiliensi harus dimiliki oleh setiap manusia, hal ini bertujuan agar individu tersebut dapat melewati tugas-tugas perkembangannya dengan baik⁷³.

⁷⁰ Yu, X. & Zhang, J. (2007). Factor Analysis and Psychometric Evaluation of The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) with Chinese People. *Social Behavior and Personality*. 35 (1), 19-30

⁷¹ Rutten, B. P. F., et al. (2013). Resilience in Mental Health: Linking Psychological and Neurobiological Perspectives. *Acta Psychiatrica Scandinavica*. 128, 3-20.

⁷² Roberts, K. A. (2007). *Self-efficacy, self-concept, and social competence as resources supporting resilience and psychological well-being in young adults reared within the military community* (Doctoral dissertation, Fielding Graduate University).

⁷³ Nurinayanti, R., & Atiudina. *Makna kebersyukuran dan Resiliensi: Telaah Pustaka tentang Pengaruh Kebersyukuran dan Pengaruhnya Terhadap Daya Resiliensi Pada Korban Erupsi Merapi DIY 2010*. (Fakultas Psikologi Universitas Gajah Mada. 2011.)

b. Aspek Resiliensi

Reivich dan Shatte menyebutkan setidaknya terdapat tujuh buah aspek yang membentuk resiliensi, antara lain regulasi emosi, pengendalian impuls, optimisme, empati, analisis penyebab masalah, efikasi diri, dan *reaching out*⁷⁴. Lebih lanjut dijelaskan sebagai berikut:

- 1) Regulasi Emosi merupakan kemampuan yang dimiliki individu agar tetap tenang dalam suatu tekanan. Individu yang dapat mengatur emosinya dengan baik bahkan mampu memahami emosi orang lain, dia akan memiliki hubungan serta tingkat *self-esteem* yang baik. Tidak semua emosi perlu untuk dikontrol. Terkadang individu perlu untuk merasakan dan membenarkan berbagai emosi yang dirasakan baik itu emosi positif maupun emosi negatif. Perasaan yang dirasakan individu merupakan hal yang wajar dan sehat, dalam beberapa hal kemampuan untuk mengungkapkan emosi secara tepat merupakan bentuk dari resiliensi itu sendiri.
- 2) Pengendalian Impuls yang didefinisikan sebagai kemampuan setiap individu dalam mengendalikan keinginan, kesukaan, dorongan, maupun tekanan yang muncul dalam dirinya. Pengendalian ini bertujuan agar individu dapat mencegah terjadinya kesalahan dalam berpikir, sehingga respon yang diberikan saat individu tersebut menghadapi suatu permasalahan menjadi sebuah respon yang baik dan tepat.

⁷⁴ Reivich, k. dan shatter, A. The resilience factor: 7 essential skills for overcoming life's inevitable obstacles. (New York: broadway books.2002).

- 3) Optimisme merupakan pemikiran yang cemerlang saat individu memandang masa depan yang ingin di capainya. Menurut Peterson dan Chang, optimisme memiliki keterkaitan yang signifikan dengan karakteristik yang diinginkan oleh individu berupa kebahagiaan, kesehatan, prestasi dan ketekunan. Individu yang memiliki optimisme dalam dirinya adalah mereka yang percaya bahwa situasi buruk yang sedang dialami akan berlalu dan berganti menjadi situasi yang lebih baik. Mereka memiliki pandangan dan harapan yang jauh lebih baik terhadap masa depan sehingga mereka percaya bahwa hidup yang mereka jalani berjalan sesuai atas kehendak dan kendali mereka sendiri. Individu yang optimis juga memiliki kesehatan yang lebih baik, jarang mengalami stress dan depresi, serta mampu menjalankan keseharian dengan produktif dan mampu menjalankan pekerjaan dengan baik. Sikap optimisme bukanlah sebuah sikap yang dapat diberikan oleh seseorang kepada orang lain, sikap ini dapat tumbuh dan dibentuk dalam diri seorang individu⁷⁵.
- 4) *Self-Efficacy* dijelaskan sebagai sebuah kemampuan dari individu dalam mengatur dan melaksanakan tindakan guna mencapai suatu yang telah diinginkan. Singkatnya, *self-efficacy* merupakan sebuah hasil dari pemecahan masalah yang berhasil dilewati. Sikap ini menunjukkan keyakinan yang dimiliki oleh individu bahwa dia

⁷⁵ Siebert. *The Resiliency Advantage : Master Change, Thrive Under Pressure, and Bounce Back from Setbacks*. (California : Berrett-Koehler Publishers, Inc.2005).

mampu untuk menyelesaikan permasalahan yang sedang terjadi dan mencapai suatu tujuan dengan sukses⁷⁶. Dalam kehidupan sehari-hari, seseorang yang yakin akan kemampuan yang dimilikinya dalam menyelesaikan permasalahan akan selalu muncul sebagai pemimpin yang baik, berkebalikan dengan seseorang yang tidak memiliki keyakinan terhadap *self-efficacy* yang dimiliki maka mereka akan tertinggal. Atwater dan Duffy berpendapat bahwa *self-efficacy* sangat berpengaruh terhadap prestasi yang hendak dicapai, kesehatan baik secara fisik maupun mental, berkembangnya karir, dan perilaku untuk memilih sesuatu⁷⁷.

- 5) *Casual Analysis* menjelaskan tentang bagaimana individu dalam mengidentifikasi penyebab dari sebuah permasalahan yang sedang dihadapi secara akurat dan tepat. Mereka yang tidak bisa menemukan penyebab dari permasalahan yang sedang dihadapi secara tepat akan terus menerus melakukan kesalahan yang sama setelahnya. Seligman menjelaskan bahwa cara berpikir *explanatory* memiliki kaitan yang erat dengan kemampuan *casual analysis*

⁷⁶ Reivich, k. dan shatter, A. The resilience factor: 7 esential skills for overcoming life's inevitable obstacles. (New York: broadway books. 2002).

⁷⁷ Atwater, E., & Duffy, K. G. Psychology for living adjustment, growth, and behavior today. (New Jersey: Prentice Hall. 1999).

yang dimiliki individu⁷⁸. Gaya berpikir *explanatory* memiliki tiga dimensi yang ada dalam diri individu, yaitu:

- a) Personal (saya-bukan saya), artinya individu dengan pola pikir “saya percaya” yaitu individu yang yakin bahwa dia adalah penyebab permasalahan yang dihadapi. Sebaliknya, individu dengan pola pikir “bukan saya” merupakan individu yang yakin bahwa permasalahan yang sedang dihadapi bukan berasal dari dirinya melainkan dari orang lain.
- b) Permanen (selalu-tidak selalu), artinya individu dengan pola pikir “selalu percaya” adalah mereka yang percaya bahwa kondisi yang sedang terjadi tidak akan pernah berubah. Sebaliknya, individu dengan pola pikir “tidak selalu percaya” adalah mereka yang percaya bahwa kondisi yang sedang dihadapi akan berubah dan terus berlalu seiring dengan waktu menuju keadaan yang lebih baik.
- c) Pervasive (semua-tidak semua), artinya individu dengan pola pikir “semua mempercayai” adalah mereka yang percaya bahwa sebuah kegagalan akan menghasilkan kegagalan lainnya. Sebaliknya, individu dengan pola pikir “tidak semua mempercayai” adalah mereka yang percaya bahwa sebuah

⁷⁸ Reivich, k. dan shatter, A. The resilience factor: 7 essential skills for overcoming life's inevitable obstacles. (New York: broadway books.2002).

kegagalan tidak akan berpengaruh banyak dalam hidupnya melainkan sebuah pembelajaran⁷⁹

- 6) Empati merupakan sikap kepedulian dan memahami orang lain. Empati berhubungan dengan kemampuan individu untuk mengetahui tanda dari kondisi emosional dan psikologis orang lain. Beberapa individu memiliki kemampuan yang cukup dalam untuk mengetahui bahasa nonverbal yang ditunjukkan oleh orang sekitarnya, seperti mimik wajah, intonasi suara, bahasa tubuh dan mampu memahami apa yang sedang dipikirkan dan dirasakan oleh orang tersebut. Oleh karena itu, individu yang memiliki empati cukup baik akan cenderung memiliki hubungan sosial yang baik dan positif.
- 7) *Reaching Out* merupakan kemampuan individu untuk mendapatkan aspek positif dari permasalahan yang sedang dihadapi. Jarang sekali individu yang mampu melakukan *reaching out* dengan baik, hal ini disebabkan karena sedari kecil individu tersebut diajarkan untuk menghindari sebuah kegagalan dan hal-hal yang memalukan untuk dirinya maupun orang sekitarnya.

Selanjutnya, Grotberg menyebutkan terdapat tiga aspek dari resiliensi yang terdiri dari I am (Aku ini), I have (Aku punya), dan I

⁷⁹ Reivich, k. dan shatter, A. The resilience factor: 7 essential skills for overcoming life's inevitable obstacles. (New York: broadway books.2002). hlm. 41-42

can (Aku bisa)⁸⁰. Grotberg menjelaskan secara terperinci, sebagai berikut:

1) *I Am* merupakan aspek resiliensi yang berasal dari dalam diri individu. Aspek-aspek tersebut meliputi sikap dan keyakinan, serta perasaan yang dimiliki individu. Beberapa kualitas individu yang dapat mempengaruhi aspek *I am*, diantaranya :

- a) Memiliki banyak pihak yang menyayangi dan menyukai dirinya.
- b) Memiliki kemampuan untuk merasakan apa yang orang lain rasakan dan empati yang cukup tinggi.
- c) Merasa bangga terhadap dirinya sendiri.
- d) Mampu bertanggung jawab terhadap apapun yang telah dilakukan dan menerima setiap konsekuensi dari perlakuan tersebut.
- e) Percaya diri, yakin dan penuh harapan kepada dirinya sendiri.

2) *I Have* merupakan aspek resiliensi yang berasal dari luar dari dirinya sendiri. Aspek ini berupa besarnya dukungan sosial yang diberikan oleh lingkungan sekitarnya sehingga dapat sangat membantu proses resiliensi dalam dirinya. Beberapa kualitas individu yang dapat mempengaruhi aspek *I have*, yaitu :

- a) Memiliki kepercayaan terhadap hubungan interpersonal yang sedang dihadapi.

⁸⁰ Desmita. 2005. Psikologi Perkembangan. Bandung: PT Remaja Rosdakarya. Hlm. 229

- b) Membangun struktur dan aturan yang berlaku dalam keluarga maupun lingkungan.
 - c) Menjadikan orang lain sebagai panutan.
 - d) Memiliki keinginan untuk mandiri.
 - e) Mendapatkan layanan pendidikan, kesehatan, maupun keamanan dan kesejahteraan yang memadai.
- 3) *I Can* merupakan aspek resiliensi yang berasal dari keterampilan yang dimiliki oleh individu dalam membangun hubungan sosial dan interpersonal. Beberapa kualitas individu yang dapat meningkatkan aspek *I can*, yaitu :
- a) Kemampuan berkomunikasi dengan baik.
 - b) Mampu menyelesaikan suatu permasalahan.
 - c) Mampu mengendalikan perasaan dan dorongan yang dimilikinya.
 - d) Mampu mengukur tingkat emosi yang ada dalam dirinya dan orang lain.
 - e) Mampu membangun kepercayaan dengan orang lain.

Ketiga aspek yang telah dijelaskan dapat membantu individu dalam membentuk sebuah resiliensi dalam dirinya. Mereka yang hanya memiliki salah satu dari ketiga aspek tersebut tidak bisa dikatakan sebagai individu yang resilien, sehingga individu membutuhkan dukungan dari aspek lainnya untuk menjadikannya resilien meskipun tidak mencakup keseluruhan dari aspek-aspek tersebut. Melalui

penjelasan diatas, dapat disimpulkan bahwa ketiga aspek resiliensi tersebut harus saling berkaitan dan berhubungan untuk membentuk sebuah resiliensi yang nyata dalam diri individu⁸¹.

c. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Resiliensi

Menurut Dyer dan McGuinness, resiliensi memiliki dua faktor yaitu faktor protektif dan faktor resiko⁸². Beberapa penelitian setelahnya menyebutkan bahwa faktor protektif lebih besar pengaruhnya dalam sebuah resiliensi. Faktor protektif juga disebut sebagai faktor penyeimbang atau faktor yang melindungi individu yang resilien dari faktor yang menimbulkan resiko⁸³. Warner berpendapat bahwa terdapat beberapa kualitas dalam diri individu yang dapat menjadi sebuah faktor protektif, seperti kesehatan, *easy going* (sikap tenang), kompetensi intelektual, kontrol emosi, konsep diri yang positif, *internal locus of control*, dan kualitas iman⁸⁴. Faktor protektif menurut McCubbin terbagi menjadi dua, yaitu :

- 1) *Internal Protective Factor*, dimana faktor ini berasal dari dalam diri individu berupa kemampuan efikasi diri, kemampuan menyelesaikan masalah, regulasi diri, harga diri, dan sikap optimisme.

⁸¹ Desmita. 2005. Psikologi Perkembangan. Bandung: PT Remaja Rosdakarya. Hlm. 230

⁸² Earvolino-Ramirez, M. Resilience: A Concept Analysis. (Nursing Forum 2007) hal 75-76

⁸³ Peters, R., Leadbeater, B., & McMahon, J. (2005). Resilience in children, families, and communities.

⁸⁴ Werner, E. E. (2005). Resilience research: Past, present, and future. In *Resilience in children, families, and communities: Linking context to practice and policy* (pp. 3-11). Boston, MA: Springer US.

2) *External Protective Factor*, dimana faktor ini berasal dari luar diri individu berupa support, motivasi, dukungan dari keluarga dan lingkungan sekitar⁸⁵.

Berbeda dengan Schoon yang menyebutkan bahwa faktor protektif terbagi menjadi tiga aspek, yaitu :

- 1) Aspek Individu, seperti kemampuan sosial, intelegensi, dan aspek-aspek dalam individu lainnya.
- 2) Aspek Keluarga, seperti dukungan dan motivasi yang diberikan oleh pihak keluarga saat individu sedang menghadapi suatu tekanan dari orang lain.
- 3) Aspek Komunitas, seperti dukungan dari lingkungan saat individu sedang menghadapi tekanan dari orang lain⁸⁶.

Selanjutnya, faktor resiko merupakan faktor yang muncul akibat kerentanan individu terhadap distress. Faktor resiko dalam penelitian resiliensi digunakan untuk menggambarkan keadaan dimana individu mungkin memiliki ketidakmampuan dalam menyesuaikan diri (*maladjustment*) yang disebabkan oleh kondisi yang menekan, seperti anak dalam ekonomi rendah, lahir di lingkungan yang penuh dengan kekerasan, dan pengalaman traumatis yang pernah terjadi. Faktor resiko dapat hadir karena beberapa faktor, diantaranya faktor genetik seperti penyakit yang dialami sejak lahir, faktor psikologis,

⁸⁵ McCubbin, L. (2001). Challenges to the Definition of Resilience. Paper presented at The Annual Meeting of The American Psychological Association in San Francisco. Hlm. 9

⁸⁶ Schoon, I. (2006). *Risk and resilience: Adaptations in changing times*. Cambridge University Press. Hlm. 8

lingkungan, dan sosio-ekonomi yang menjadikan individu rentan terhadap stress⁸⁷. Beberapa penelitian yang dilakukan kepada kelompok beresiko mendapatkan temuan bahwa tidak semua individu yang berada dalam kelompok beresiko mengalami *maladjustment*.

Faktor resiko dan faktor protektif memiliki kaitan yang signifikan dan saling mempengaruhi satu sama lain. Terdapat beberapa cara mengenai bagaimana kedua faktor tersebut bekerja secara berhubungan, diantaranya :

- 1) Faktor protektif dapat mengurangi atau meringankan stress yang dialami akibat munculnya faktor resiko. Sebagai contoh, dukungan yang diberikan orang tua dapat mengurangi resiko anak yang mengalami hubungan interpersonal yang kurang baik.
- 2) Faktor protektif dapat mencegah faktor resiko terjadi.
- 3) Faktor protektif dapat memutus rantai dari faktor resiko. Seperti contoh, konflik yang terjadi dalam keluarga dapat membuat anak berperilaku buruk, akan tetapi dengan adanya teman sebaya yang baik maka perilaku buruk tersebut dapat diputus⁸⁸.

d. Level Resiliensi

Level dalam resiliensi merupakan tahapan-tahapan sebagai bentuk dari hasil ketika individu menghadapi sebuah tekanan atau

⁸⁷ Schoon, I. (2006). *Risk and resilience: Adaptations in changing times*. Cambridge University Press. Hlm. 14

⁸⁸ Roberts, K. A. (2007). *Self-efficacy, self-concept, and social competence as resources supporting resilience and psychological well-being in young adults reared within the military community* (Doctoral dissertation, Fielding Graduate University). Hlm. 9

permasalahan. O'Leary dan Ickovics memaparkan terdapat empat level yang ada saat individu menghadapi sebuah situasi sulit, diantaranya⁸⁹ :

- 1) Mengalah (*succumbing*) merupakan situasi menurun dimana individu menyerah setelah mengalami suatu permasalahan. Individu yang berada pada level ini merupakan individu yang menemukan permasalahan sangat berat sehingga berpotensi menimbulkan depresi, ketergantungan narkoba, hingga bunuh diri.
- 2) Bertahan (*survival*) merupakan situasi dimana individu tidak dapat mengembalikan fungsi psikologisnya setelah mengalami sebuah tekanan. Level ini menyebabkan individu mengalami gangguan emosi, kognitif, dan perilaku kearah yang negatif secara berkepanjangan berupa menarik diri dari lingkungan, tidak produktif, hingga depresi.
- 3) Pemulihan (*recovery*) merupakan situasi dimana individu dapat pulih kembali pada fungsi psikologis dan emosi secara wajar. Individu yang berada pada level ini mampu beradaptasi dengan baik apabila dihadapkan dengan suatu tekanan, meskipun masih sedikit tersisa efek dari perasaan negatif akibat tekanan yang dialami sebelumnya. Level ini juga dapat menunjukkan bahwa individu tersebut berhasil menjadi seorang yang resilien.
- 4) Berkembang Pesat (*thriving*) merupakan situasi dimana individu tidak hanya mampu kembali pada level dan fungsi sebelumnya,

⁸⁹ Coulson, R. (2006). Resilience and self-talk in University Students. Hlm.

namun mereka juga mampu melewati level ini pada beberapa aspek. Tekanan yang pernah dialami mampu menjadikan individu untuk mampu menghadapi dan mengatasi kondisi yang penuh tekanan lagi, bahkan mampu menantang hidup untuk membuat individu menjadi dirinya yang jauh lebih baik. Aspek tersebut dapat terlihat dari perubahan perilaku dan kognitif yang dimilikinya, seperti visi yang lebih jelas, lebih menghargai hidup, dan keinginan untuk berhubungan sosial secara positif.



BAB III

METODE PENELITIAN

A. Pendekatan dan Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Erickson menjelaskan bahwa penelitian dengan pendekatan kualitatif bertujuan untuk mendapatkan gambaran secara naratif suatu tindakan atau fenomena yang terjadi pada subjek⁹⁰. Maknanya, penelitian kualitatif merupakan penelitian yang bertujuan untuk menyajikan data penelitian secara deskriptif, berdasar pada teknik pengumpulan dan penyajian data yang tepat sesuai dengan pengalaman yang terjadi pada subjek⁹¹. Penelitian kualitatif berdasar pada filsafat postpositivisme, hal ini terjadi karena penelitian ini digunakan untuk meneliti keadaan subjek yang alamiah dan peneliti sebagai instrumen kunci penelitian. Pengambilan data dilakukan dengan purposive atau snowball, teknik pengumpulan data menggunakan triangulasi, analisis data bersifat kualitatif, dan hasil dari penelitian berbunyi makna yang general.

Peneliti menggunakan jenis penelitian kualitatif fenomenologi. Jenis ini merupakan jenis penelitian yang bertujuan untuk mendeskripsikan pengalaman subjek berdasarkan fenomena tertentu. Deskripsi dari hasil penelitian ini akan berujung pada inti dari pengalaman subjek sesuai dengan

⁹⁰ Anggito, A., & Setiawan, J. (2018). *Metodologi penelitian kualitatif*. CV Jejak (Jejak Publisher).

⁹¹ Sugiyono, Memahami penelitian kualitatif. (Bandung: alfabeta, 2016).

fenomena yang telah peneliti pilih⁹². Penelitian yang akan dilakukan akan melalui tahap pengambilan data berupa observasi, wawancara, dan dokumentasi. Tujuan dari penelitian ini dengan metode kualitatif fenomenologi yaitu untuk menjelaskan secara deskriptif hasil analisis resiliensi yang terjadi pada perempuan korban pelecehan seksual.

B. Lokasi Penelitian

Penelitian ini berlokasi di Kabupaten Jember provinsi Jawa Timur. Sebelum menetapkan lokasi penelitian, terlebih dahulu peneliti melakukan survey guna memastikan ketersediaan yang dibutuhkan dalam penelitian. Hasil survey yang telah dilakukan berupa ketersediaan subyek penelitian dan kesesuaian fenomena yang terjadi sesuai dengan fenomena yang peneliti tentukan.

C. Subyek Penelitian

Penelitian ini menggunakan beberapa subyek yang dapat membantu peneliti mendapatkan data penelitian yang relevan. Pemilihan subyek dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. Sugiyono menjelaskan dalam bukunya, teknik *purposive sampling* merupakan teknik yang dapat digunakan untuk menentukan sampel atau subyek penelitian dengan karakteristik tertentu sesuai dengan kebutuhan penelitian. Beberapa karakteristik subyek yang dibutuhkan dalam penelitian ini, antara lain:

- 1) Mahasiswi yang berdomisili di Kabupaten Jember
- 2) Pernah mengalami pelecehan seksual

⁹² Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2017). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. Sage publications.

Melalui karakteristik tersebut, didapatkan tiga orang subyek sebagai sumber informasi utama yang bersedia membantu peneliti. Ketiga subyek berinisial PN, AS, dan FA. Proses yang dilakukan oleh peneliti untuk menemukan ketiga sampel melalui observasi yang kemudian dilanjutkan wawancara bersama kakak dari subyek PN dan teman dekat dari subyek AS dan FA. Proses ini bertujuan untuk mendapatkan informasi tambahan terkait kebenaran dari peristiwa pelecehan seksual yang dialami oleh ketiga subyek. Selanjutnya, peneliti meminta kebersediaan masing-masing subyek untuk menjadi informan dari penelitian yang akan dilakukan dengan menggunakan media *informed concern*. Hal ini bertujuan untuk memberikan data yang lebih valid bahwa ketiga subyek bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian ini.

D. Teknik Pengumpulan data

Teknik pengumpulan data yang digunakan berupa observasi, wawancara, dan dokumentasi.

1. Observasi

Observasi merupakan teknik pengumpulan data dimana peneliti mengamati secara langsung aktivitas subyek dilokasi penelitian. Observasi digunakan guna mendapatkan data yang sesuai, spontan, dan menghindari manipulasi yang dilakukan oleh subyek. Terdapat dua macam observasi, yaitu observasi partisipan dan observasi non partisipan⁹³.

Penelitian ini menggunakan observasi partisipan dimana peneliti terlibat langsung dalam aktivitas yang dilakukan subyek. Jenis observasi

⁹³ Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2017). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. Sage publications.

ini dilakukan secara langsung, namun peneliti menyembunyikan perannya sebagai seorang observer. Tujuan dari digunakannya jenis ini adalah meminimalisir faking yang mungkin akan dilakukan oleh subyek saat proses pengambilan data dilakukan. Dengan jenis ini, peneliti akan mengikuti rangkaian kegiatan subyek secara langsung dan tersembunyi selama waktu yang telah ditentukan.

2. Wawancara

Teknik wawancara merupakan proses pengambilan data melalui interaksi dan komunikasi dengan mengajukan beberapa pertanyaan kepada subyek. Proses interaksi ini dilakukan dengan dasar ketersediaan dan dilakukan dengan setting alamiah, dimana pertanyaan yang diajukan mengarah pada tujuan yang telah ditentukan dan berlandaskan kepercayaan⁹⁴.

Teknik wawancara akan dilaksanakan kepada masing-masing subyek dalam waktu dan tempat yang berbeda. Jenis wawancara yang akan digunakan yaitu dengan wawancara semi terstruktur, dimana peneliti telah menyiapkan sejumlah pertanyaan dan akan dikembangkan saat proses wawancara berlangsung sesuai dengan kebutuhan data.

3. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan teknik pengambilan data melalui beberapa dokumen, berupa gambar, tulisan, suara, dan sebagainya yang sesuai

⁹⁴ Haris Herdiansyah, Wawancara, Observasi, Dan Fokus Group. Jakarta: Raja Grafindo persada, 2013 h. 31

dengan kebutuhan penelitian⁹⁵. Penelitian ini menggunakan teknik dokumentasi berupa pengambilan gambar dan suara yang berbentuk rekaman selama proses penelitian berlangsung bersama subyek. Hasil dari dokumentasi ini bertujuan untuk memperkuat data yang diperoleh melalui teknik observasi dan wawancara.

E. Analisis Data

Langkah selanjutnya yang dilakukan peneliti setelah proses pengambilan data yaitu proses analisis data. Sugiyono berpendapat bahwa teknik analisis data merupakan proses yang dilakukan penelitian secara sistematis. Data yang telah terkumpul kemudian dikelompokkan, digabungkan, mengordinasikan dengan pola, dan sebagainya⁹⁶.

Proses analisis data dalam penelitian ini dilakukan secara kualitatif dan disajikan dengan deskriptif guna menghasilkan penjelasan dan gambaran sesuai dengan fenomena yang diteliti. Analisis data yang dilakukan akan membantu peneliti dalam menemukan fokus penting, menarik sebuah kesimpulan, dan proses penyajian data akhir dari penelitian.

F. Keabsahan Data

Keabsahan data merupakan tingkat kepercayaan kepada data penelitian yang telah didapatkan dan bisa dipertanggung jawabkan kevalidannya⁹⁷. Sugiyono menyebutkan bahwa salah satu hal yang bisa dilakukan dalam

⁹⁵ Sanapiah Faisal, *Penelitian Kualitatif: Dasar-dasar dan Aplikasi*. Malang: Yayasan Asih Asah Asuh, 1990. h 81

⁹⁶ Sugiyono, *Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Bandung: ALFABETA). Hlm. 338

⁹⁷ Sugiyono, *Metode Penelitian: Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (Bandung: ALFABETA). Hlm. 92

memeriksa keabsahan data yaitu dengan menggunakan uji kredibilitas. Dalam penelitian ini, uji kredibilitas peneliti menggunakan teknik triangulasi. Terdapat dua teknik yang akan digunakan, yaitu triangulasi sumber dengan cara melakukan pengecekan ulang data yang telah peneliti dapatkan dengan beberapa sumber lainnya. Kedua dengan menggunakan triangulasi teknik, dengan melakukan pengecekan ulang data yang telah diperoleh dari sebuah teknik pengumpulan data dengan data yang diperoleh dengan teknik pengumpulan data yang berbeda. Misalnya, data yang diperoleh melalui observasi akan dilakukan pengecekan ulang dengan data yang diperoleh melalui wawancara dan dokumentasi. Data yang telah melalui proses keabsahan dan telah dilakukan pengecekan ulang, maka dapat dikatakan bahwa informasi atau data yang didapatkan selama proses penelitian tersebut valid adanya.

G. Tahap-Tahap Penelitian

Penelitian ini melalui tiga tahap utama, yaitu :

1. Tahap Pra Penelitian, merupakan tahap awal sebelum penelitian berlangsung. Tahap ini dilakukan dengan melakukan survey lokasi, memilih subyek yang sesuai, melakukan prosedur perizinan dengan pihak subyek penelitian, dan menyiapkan segala macam kebutuhan penelitian, seperti guide wawancara, dan sebagainya.
2. Tahap Penelitian, merupakan tahap dimana peneliti mulai turun langsung untuk mengumpulkan sejumlah data yang dibutuhkan dalam penelitian.

3. Tahap Akhir Penelitian, merupakan tahapan dimana peneliti telah selesai dalam proses pengumpulan data dan masuk pada proses penyusunan data. Dalam tahap ini, data yang telah melalui proses analisis dan keabsahan kemudian disajikan dalam bentuk deskriptif sebelum kemudian diambil kesimpulan dari data tersebut.



BAB IV

PENYAJIAN DATA DAN ANALISIS

A. Gambaran Objek Penelitian

Subjek penelitian ini merupakan perempuan yang berasal dari Kabupaten Jember Jawa Timur. Penelitian ini berfokus pada perempuan yang memiliki pengalaman sebagai korban pelecehan seksual, dengan tujuan untuk memahami bagaimana mereka membangun dan menunjukkan resiliensi dalam menghadapi dampak dari peristiwa tersebut. Meskipun penelitian ini tidak dibatasi oleh lokasi geografis tertentu, pemilihan subjek dilakukan secara purposive dengan mempertimbangkan kesesuaian karakteristik individu terhadap fokus penelitian.

Subjek 1

Subjek pertama merupakan seorang perempuan yang berinisial PN. Subjek memulai perjalanan studinya di salah satu lembaga pendidikan sejak tahun 2021, saat ini subjek sudah memasuki semester akhir dan dalam proses penyusunan tugas akhir. Peneliti memilih subjek PN karena subjek PN merupakan salah satu mahasiswi yang memiliki kesesuaian karakteristik untuk menjadi subjek dalam penelitian ini.

Proses pengambilan data bersama subjek memakan waktu cukup panjang. Hal ini dikarenakan adanya rasa cemas yang dirasakan subjek ketika peneliti menyampaikan beberapa pertanyaan yang berkaitan dengan pengalaman yang dimiliki oleh subjek. Meskipun demikian, subjek mengikuti setiap proses pengumpulan data dengan maksimal dan memberikan jawaban

yang informatif kepada peneliti. Beberapa sikap yang menunjukkan bahwa subjek kurang nyaman ditangkap peneliti saat proses wawancara berlangsung, seperti memainkan jari tangan, suara yang sedikit bergetar, hingga tangan dan kaki yang terus berkeringat. Sikap-sikap tersebut yang mendasari peneliti untuk menghentikan proses wawancara saat itu karena khawatir pada keadaan subjek.

Proses wawancara yang sempat terhenti dilanjutkan beberapa hari kemudian disaat subjek telah bersedia untuk melanjutkan wawancara dengan kondisi yang memungkinkan. Peneliti melakukan proses ini dilokasi yang sama dengan proses wawancara sebelumnya dan memberikan sejumlah pertanyaan lanjutan dari wawancara sebelumnya. Pertanyaan yang diajukan bertujuan untuk melengkapi informasi yang dibutuhkan peneliti dan belum diperoleh pada saat wawancara pertama. Peneliti juga memastikan keadaan subjek sebelum wawancara dilakukan sehingga subjek merasa lebih nyaman dan tenang dalam memberikan jawaban yang dibutuhkan. Selain itu, peneliti juga meminta agar subjek lebih terbuka kepada peneliti ketika subjek mulai merasa cemas atau tidak ingin melanjutkan proses wawancara.

Proses wawancara kedua berjalan lebih kondusif dengan keadaan subjek yang lebih stabil dari sebelumnya. Proses kedua ini berjalan lebih singkat dari proses pertama dan menjawab seluruh pertanyaan yang telah diajukan oleh peneliti kepada subjek. Pada akhirnya, proses wawancara yang dilakukan dengan subjek pertama yang berinisial PN berlangsung sebanyak dua kali wawancara dan menghasilkan data yang dibutuhkan oleh peneliti

dalam penelitian ini. Lebih jelasnya, peneliti melakukan kedua proses wawancara dengan subjek PN pada tanggal 05 Maret 2025 pukul 14.00-15.25 dan pada tanggal 07 Maret 2025 pukul 09.00-11.45 di kediaman subjek dan pada saat subjek sendiri dirumah.

Subjek 2

Subjek kedua merupakan seorang perempuan yang berinisial AS. Selain aktif di lembaga pendidikannya, subjek AS juga aktif di berbagai kegiatan luar lembaga yang membawa AS kepada berbagai macam prestasi. Subjek juga seringkali menjadi pembicara dalam beberapa kegiatan daerah maupun antar daerah di salah satu organisasi yang ditekuninya. Peneliti memilih subjek AS karena subjek AS merupakan salah satu mahasiswi yang memiliki kesesuaian karakteristik untuk menjadi subjek dalam penelitian ini.

Saat proses wawancara berlangsung, AS menunjukkan sikap yang jauh lebih tenang. AS menjawab setiap pertanyaan dengan senyum dan ekspresi wajah yang tidak menunjukkan rasa cemas. Namun meskipun sikap yang ditunjukkan cukup baik, beberapa kali AS juga terlihat berkeringat saat mendengar beberapa pertanyaan yang diajukan peneliti. Hal ini terjadi karena menurut AS beberapa pertanyaan tersebut memunculkan kembali ingatan AS pada kejadian yang ingin dilupakan. Proses wawancara pada subjek AS juga mengalami penundaan dikarenakan subjek harus menghadiri agenda yang telah dimilikinya.

Sebelum melanjutkan wawancara kedua, peneliti menghubungi subjek terlebih dahulu untuk menentukan jadwal yang sesuai. Proses wawancara

kedua dilakukan 2 hari setelah peneliti menghubungi subjek dan bertempat di lokasi yang berbeda dengan wawancara pertama. Wawancara kedua yang dilakukan bertujuan untuk melengkapi informasi terkait fokus penelitian yang telah didapatkan pada wawancara sebelumnya, serta melanjutkan beberapa pertanyaan yang belum tersampaikan pada wawancara pertama.

Proses wawancara kedua subjek ditemui saat subjek baru saja selesai berkegiatan dalam organisasi yang ditekuni. Wawancara kedua berlangsung lebih lama dari wawancara pertama, hal ini terjadi karena kondisi subjek yang sudah cukup lelah dan kurang fokus dalam memahami setiap pertanyaan yang diberikan oleh peneliti. Selain itu, subjek juga sedikit lebih emosional akibat dari kelelahan yang dirasakan sehingga membuat peneliti harus beberapa kali memberi jeda untuk menjadi kondisi subjek tetap stabil selama proses wawancara yang sedang berlangsung hingga selesai.

Proses wawancara bersama subjek AS dilakukan pada tanggal 17 Maret 2025 pukul 09.00-11.30 di kediaman subjek AS, dan dilanjutkan wawancara kedua pada tanggal 24 Maret 2025 pukul 15.30-17.00 di sebuah tempat yang tidak jauh dari kediaman AS.

Subjek 3

Subjek ketiga merupakan perempuan yang berinisial FA. Selain aktif dilembaga pendidikannya, subjek FA juga aktif di berbagai kegiatan luar lembaga yang membawa FA kepada berbagai macam prestasi. Diusianya yang masih muda subjek sudah memiliki bisnis sendiri untuk membiayai pendidikannya yang belum rampung. Peneliti memilih subjek FA karena

subjek FA merupakan salah satu perempuan yang memiliki kesesuaian karakteristik untuk menjadi subjek dalam penelitian ini.

Saat proses wawancara berlangsung, subjek menunjukkan sikap yang jauh lebih tenang. Subjek menjawab setiap pertanyaan dengan senyum dan ekspresi wajah yang menunjukkan sedikit emosi ketika mengingat perlakuan yang diterimanya. Kemarahan yang dirasakan subjek tidak disertai dengan rasa cemas ataupun ketakutan seperti yang ditunjukkan oleh dua orang subjek lainnya. Subjek AF menjawab seluruh pertanyaan yang diajukan peneliti dengan lebih menggebu dan jelas dan subjek tidak merasa terganggu dengan pertanyaan-pertanyaan tersebut. Hal tersebut membuat proses wawancara berjalan lebih cepat dari sebelumnya dan informasi yang dibutuhkan dengan mudah didapatkan peneliti.

Proses wawancara yang dilakukan peneliti bersama subjek AF terjadi selama satu hari dan tidak memerlukan wawancara lanjutan, selebihnya peneliti hanya melakukan observasi secara langsung saja ketika AF sedang melakukan aktivitas sehari-hari baik sebagai mahasiswi semester akhir atau sebagai seorang yang menjalankan bisnis nya. Wawancara berlangsung pada tanggal 02 April 2025 pukul 09.00-13.30 dan terjeda sebentar untuk melaksanakan sholat Dzuhur.

B. Penyajian Data dan Analisis Data

Penyajian data dan analisis data merupakan dua langkah penting dalam proses pengolahan data. Proses ini bertujuan untuk menyampaikan informasi dari data yang telah diperoleh secara lebih jelas, sehingga mendapat sebuah

kesimpulan yang mudah dipahami dari data tersebut. Peneliti telah menyelesaikan proses pengumpulan data lapangan melalui observasi, wawancara, dan dokumentasi, yang kemudian data tersebut akan dilakukan analisis. Penggalan data dilakukan untuk mendapatkan jawaban terkait bagaimana bentuk pelecehan yang telah diterima oleh perempuan di Kabupaten Jember dan bagaimana pula gambaran resiliensi internal yang dilakukan oleh perempuan tersebut pasca mengalami pelecehan seksual. Data yang telah diperoleh peneliti sajikan melalui deskripsi sebagai berikut:

1. Gambaran Pelecehan Seksual Pada Perempuan Korban Pelecehan Seksual

Untuk mendapatkan gambaran pelecehan seksual pada perempuan yang merupakan korban dari pelecehan seksual, peneliti melakukan wawancara kepada tiga orang subjek. Pertanyaan yang diajukan peneliti dibuat dengan berpedoman pada teori yang dikemukakan oleh Farley yang menyebutkan bahwa pelecehan seksual dikategorikan kedalam tiga jenis yaitu verbal, non verbal, dan fisik. Penyajian data yang telah diperoleh peneliti akan mengacu pada dua jenis tersebut.

1) Pelecehan Seksual Verbal

Pelecehan seksual secara verbal merupakan jenis pelecehan seksual yang dilakukan melalui ucapan atau ungkapan yang ditujukan kepada korban dan berkaitan dengan bahasan seksualitas seperti siulan menggoda, mengajukan perkataan mengenai bentuk tubuh korban, dan sebagainya.

Dari hasil wawancara yang dilakukan peneliti bersama subjek PN dengan topik bahasan tersebut, subjek menyampaikan sebagai berikut.

“saya dan pelaku masih keluarga mbak, jadi bisa dibilang kami cukup sering bertemu, pernah suatu ketika saya tegur perilaku beliau kepada saya dan jawaban beliau “makin cantik ya, badan nya makin bagus bikin adem mata jadi enak liatnya” jawabannya bikin saya risi dan selalu berusaha menghindar kalau kami sedang berada di suatu acara yang sama.”⁹⁸

Subjek PN menjelaskan bahwa pelaku pelecehan seksual yang terjadi kepadanya merupakan salah satu anggota keluarganya, pelaku kerap kali membuat subjek merasa tidak nyaman hingga puncaknya pelaku memberikan perkataan yang menjurus kepada bentuk tubuh subjek sehingga membuat subjek mulai menghindar dari pelaku.

Dari hasil wawancara yang dilakukan peneliti bersama subjek AS dengan topik bahasan tersebut, subjek menyampaikan sebagai berikut.

“sebenarnya pelaku ini pasangan saya saat itu dan beliau juga orang yang pendiam, saya juga kenal beliau dari salah satu organisasi yang saya ikuti dan penilaian awal saya terhadap pelaku juga sebagai senior yang baik. Beberapa kali saat bertemu baik ketika dalam organisasi atau sedang berdua pun tidak ada hal-hal yang memungkinkan bahwa beliau akan melakukan hal yang tidak baik kepada saya. Sampai pada suatu kesempatan saya itu punya janji untuk pergi berdua dengan beliau, dan ketika dijalan beliau nyeletuk bilang kalau badan saya lebih berisi dan lebih menggoda. Meski kurang nyaman

⁹⁸ PN, diwawancara oleh peneliti, Jember. 05 Maret 2025.

saya menganggap perkataan beliau itu hanya candaan saja dan tidak terlalu memikirkannya, saya juga katakan kalau tidak baik mengatakan hal seperti itu kepada seorang perempuan karena membuat tidak nyaman, setelahnya beliau tidak lagi mengatakan hal-hal semacam itu kepada saya.”⁹⁹

Subjek AS menjelaskan bahwa pelaku merupakan pasangannya ketika itu, subjek mengenal pelaku sebagai sosok yang baik dan pendiam sampai suatu ketika subjek mendengar pelaku melontarkan perkataan seksualitas mengenai tubuh korban sehingga membuatnya kurang nyaman, subjek juga memberikan teguran singkat kepada pelaku terkait perkataan pelaku.

Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti bersama subjek FA dengan topik bahasan tersebut, subjek menyampaikan sebagai berikut.

“pelaku ini memang bisa dibilang sudah dianggap seperti keluarga sendiri tapi saya gak terlalu dekat sih mbak sama pelaku, sempat sekali saya tegur karena beliau ini siul ke arah saya pas saya lewat, mungkin karena jarang saya tanggapi ya beliau jadi menggoda begitu, justru saya malah heran dengan yang pelaku lakukan itu karena kan tidak ada keuntungannya juga. Itu saja sih mbak, selebihnya tidak ada ucapan apapun karena memang kami tidak sering bertemu atau berinteraksi.”¹⁰⁰

Subjek FA menjelaskan bahwa pelaku merupakan orang yang cukup dekat dengan subjek, suatu ketika pelaku memberikan siulan menggoda ke arah subjek sehingga untuk pertama kalinya

⁹⁹ AS, diwawancara oleh peneliti, Jember. 17 Maret 2025.

¹⁰⁰ FA, diwawancara oleh peneliti, Jember. 02 April 2025.

subjek memberikan teguran kepada pelaku atas tindakannya, akan tetapi tidak subjek hiraukan secara berlebihan.

2) Pelecehan Seksual Non Verbal

Pelecehan seksual non verbal merupakan jenis pelecehan seksual yang berkebalikan dengan pelecehan seksual verbal. Pelecehan jenis ini terjadi dengan tindakan yang dilakukan oleh pelaku akan tetapi tanpa melibatkan tidak melibatkan kontak fisik dengan korban.

Hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti bersama subjek PN mengenai topik bahasan tersebut, subjek menyampaikan sebagai berikut.

“Awalnya setiap kali saya bertemu dengan pelaku, dia cuma senyum dan nyapa seperti biasa saja sama saya tapi lama kelamaan tatapan beliau itu membuat saya tidak nyaman. Beberapa kali kalau kami bertemu saya pergokin beliau seperti meneliti setiap bagian tubuh saya dari atas sampai bawah dan tatapannya itu bukan tatapan seperti melihat sesuatu yang aneh, tapi tatapannya seperti menelanjangi saya. Pernah saya tegur perilaku beliau karena terus melihat saya seperti itu. Sejak saat itu saya selalu merasa was-was ketika harus menghadiri sebuah acara keluarga yang juga ada beliau didalamnya mbak.”¹⁰¹

Subjek PN menjelaskan bahwa pelaku kerap kali terlihat memperhatikan subjek dengan sangat intens dengan tatapan yang menjurus ke arah seksualitas sehingga menyebabkan subjek merasa sangat tidak nyaman dan selalu merasa was-was saat berada disekitar pelaku.

¹⁰¹ PN, diwawancara oleh peneliti, Jember, 05 Maret 2025.

Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti bersama subjek AS, subjek menjelaskan sebagai berikut.

“yang saya rasakan sih saya tidak pernah yaa mbak dapat tatapan aneh yang menjurus kearah hal seperti itu, mungkin karena dari awal bertemu juga saya memandang beliau orang yang pendiam dan juga saya jarang memperhatikan beliau, ada mungkin beberapa kali saya tidak sengaja saling menatap tapi yang saya lihat hanya tatapan biasa saja.”¹⁰²

Subjek AS menjelaskan bahwa dirinya merasa tidak pernah mendapatkan tatapan menggoda atau yang mengarah kepada seksualitas, yang berarti pada pengalaman yang dimiliki subjek AS pelecehan seksual non verbal tidak pernah diterimanya.

Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti bersama subjek FA, subjek menjelaskan hal yang hamper sama dengan subjek AS sebagai berikut.

“saya kurang memperhatikan yaa mbak, karena saya juga tidak sering bertemu beliau, cuma memang beberapa kali saya merasa beliau terlalu berlebihan dalam memperhatikan saya, tapi kembali lagi tidak saya ambil pusing karena saya pikir mungkin memang beliau sedang memperhatikan titik lain yang berada diarah pandang yang sama dengan saya, jadi saya tidak pernah merasakan tatapan menggoda dari beliau sebelumnya, kecuali saat beliau mulai melakukan hal yang lebih jauh kepada saya, baru ketika itu saya melihat tatapan seksual dari beliau.”¹⁰³

Subjek FA menjelaskan bahwa sebelum kejadian yang serius pelaku tidak pernah memberikan tatapan aneh ataupun menggoda kepada subjek, selain itu subjek juga jarang bertemu

¹⁰² AS, diwawancara oleh peneliti, Jember, 17 Maret 2025

¹⁰³ FA, diwawancara oleh peneliti, Jember, 02 April 2025

dengan pelaku dan jarang berinteraksi oleh karena itu setiap tatapan yang pelaku tujukan kepada subjek tidak pernah subjek hiraukan.

3) Pelecehan Seksual Secara Fisik

Pelecehan seksual jenis ini terjadi apabila pelaku memberikan sentuhan fisik secara langsung kepada korban.

Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti bersama subjek PN, subjek menjelaskan sebagai berikut.

“pengalaman itu menjadi pengalaman yang sangat buruk untuk saya mbak, sebenarnya dari perlakuan-perlakuan sebelumnya yang sudah saya jelaskan itu saya sudah sangat menghindar untuk bertemu beliau, tapi waktu itu beliau ini tiba-tiba datang bertamu kerumah saya dan posisi saya hanya berdua dengan ibu saya dirumah. Waktu itu ibu saya sedang pergi ke sawah dan saya menemui beliau mengingat beliau juga masih keluarga saya tapi lagi-lagi saya mendapatkan tatapan yang sama dari beliau, bahkan yang kali ini lebih intens lagi. Saya coba bertanya ke beliau ada apa, jawaban beliau hanya tidak ada begitu, sampai akhirnya beliau berusaha memegang bagian tubuh saya dan berusaha lebih dekat dengan saya dan memaksa untuk mencium bibir saya mbak. Kejadian seperti itu tidak terjadi sekali mbak bahkan pernah disuatu waktu beliau berusaha mencium saya ketika saya sedang tertidur di kamar, untung saja ketika itu saya langsung terbangun dan berusaha menghindar dari beliau meskipun saat itu pun beliau masih terus memperhatikan saya sampai saya keluar dari kamar.”¹⁰⁴

Subjek PN menjelaskan bahwa perlakuan yang diterimanya sangat membekas di ingatan, pelaku yang merupakan keluarga subjek berusaha mencium dan menyentuh bagian tubuh subjek dimana perilaku seperti itu secara langsung melecehkan subjek

¹⁰⁴ PN, diwawancara oleh peneliti, Jember, 05 Maret 2025.

PN. Saat menceritakan hal tersebut, subjek berada pada kondisi yang tidak memungkinkan sehingga proses wawancara terhadap PN dihentikan dan dilanjutkan pada beberapa hari setelahnya.

Hasil wawancara yang dilakukan peneliti bersama subjek AS pada hari selanjutnya, sebelum subjek menjawab terlebih dahulu subjek meminta waktu untuk menenangkan diri kemudian subjek menjelaskan sebagai berikut.

“kejadian itu terjadi begitu saja mbak, sama sekali tidak pernah saya duga. Awalnya saya dan pelaku hanya punya janji untuk pergi jalan-jalan, lalu tiba-tiba pelaku itu bawa saya ke suatu tempat saya sempat tanya untuk apa kita ke tempat ini tapi beliau tidak menjawab saya terus setelah itu pelaku ngajak saya buat duduk dulu di tempat itu, awalnya pelaku cuma ajak saya ngobrol biasa entah apa yang waktu itu terjadi tiba-tiba pelaku ini cium bibir saya singkat, saya kaget dong mbak, saya cuma bisa diem tapi setelah itu pelaku mulai melecehkan saya, hati saya sakit sekali tapi saya juga kaget, gaada reaksi yang bisa saya kasih waktu itu tapi untungnya saya bisa cepet sadar jadi saya bisa dorong pelaku menjauh, disitu pelaku tidak merasa bersalah sama saya, malah setelah itu pelaku masih ngajak saya jalan lagi tapi saya minta untuk antarkan pulang saja, setelah itu pelaku semakin sering bertindak semaunya kepada saya, beliau suka ancam saya dan bilang kalau apa yang pernah kita lakukan akan disebarkan kalau saya meninggalkan beliau, makanya saya ketakutan dan selalu kembali lagi kepada pelaku, sampai akhirnya saya tau kalau pelaku sudah menceritakan hal itu kepada mantan pacarnya, dari situ saya mulai ga takut sama pelaku dan memutuskan untuk blokir nomor teleponnya.”¹⁰⁵

Hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti bersama subjek FA, subjek menjelaskan sebagai berikut.

¹⁰⁵ AS, diwawancara oleh peneliti, Jember, 17 Maret 2025.

“waktu itu saya masih kecil mbak, masih SMP kelas 2 sepertinya dan saya tidak tinggal bareng orang tua, saya kan memang cuek ya seperti kejadian sebelumnya saja saya cuek hanya memberi sedikit teguran karena dapat siulan menggoda. Nah ketika itu pelaku itu mendekati saya yang sedang duduk di depan rumah sendirian, pelaku ngajak saya ngobrol dan yaa saya jawab seadanya saja, lalu tiba-tiba tangan saya ini di pegang mbak dan dielus kecil, saya kaget dan reflek tarik tangan saya, ketika saya tarik itu pelaku justru tarik balik dan memaksa untuk memeluk saya, otomatis saya berusaha lari kan mbak, masuk lah saya ke dalam rumah. Pas saya masuk, pelaku malah ikut masuk dan peluk saya dari belakang, kaget lagi saya dan langsung balik badan, pas saya balik badan itu pelaku justru berusaha cium saya dan berusaha memegang payudara saya, disitu saya sudah mulai nangis sambil terus berontak, saya juga marah banget dan untungnya saya berhasil lepas lalu saya lari ke kamar dan kunci pintu. Pas saya dikamar itu saya gatau kemana pelaku, yang saya pikir cuma saya harus selamat.”¹⁰⁶

Subjek FA menjelaskan bahwa pelecehan fisik yang didapatkannya dari pelaku berupa sentuhan di beberapa bagian tubuh, pelaku juga memaksa untuk memeluk subjek meskipun subjek sudah menghindar untuk menjauh, pelaku terus saja melakukan aksinya, puncaknya pelaku mencoba untuk memberikan ciuman kepada subjek dan berusaha memegang kedua payudara subjek hingga subjek berlari ketakutan dan masuk kedalam kamarnya.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti kepada setiap subjek, hampir seluruh bentuk dari ketiga jenis pelecehan seksual didapatkan oleh mereka baik secara Verbal,

¹⁰⁶ FA, diwawancara oleh peneliti, Jember, 02 April 2025

Non Verbal, dan Fisik. Pelecehan yang dialami dua orang subjek sama-sama berasal dari keluarga sedangkan satu lainnya berasal dari mantan pasangannya. Salah satu perlakuan yang didapatkan subjek yaitu berupa paksaan untuk mencium dan menyentuh bagian-bagian tubuh tertentu dari subjek. Perlakuan yang diberikan pelaku membuat subjek merasa tidak nyaman dan dilecehkan, perilaku-perilaku itu juga berdasar pada nafsu pelaku dan bersifat memaksa sehingga dikategorikan sebagai pelecehan seksual.

Pelecehan seksual tentu akan memberikan dampak yang cukup signifikan dan berpengaruh banyak dalam kehidupan korban selanjutnya. Seperti halnya yang telah dikemukakan oleh Karliana dan Prabowo bahwa dampak pelecehan seksual yang akan dirasakan korban dikategorikan menjadi tiga bagian, yaitu dampak psikologis, dampak perilaku, dan dampak fisik. Untuk memahami lebih lanjut terkait dampak pelecehan seksual yang dirasakan korban, berikut peneliti tuangkan hasil wawancara yang telah dilakukan bersama ketiga subjek diatas.

1) Dampak Psikologis

Terdapat berbagai macam dampak psikologis yang dapat dirasakan korban pelecehan seksual, seperti menurunnya kepercayaan diri, masalah emosi, selalu teringat akan hal yang

sudah terjadi kepadanya, hingga yang terparah mengalami depresi dan putus asa.

Hasil wawancara kedua yang dilakukan oleh peneliti bersama subjek PN, subjek menjelaskan mengenai topik bahasan ini sebagai berikut.

“banyak banget mbak dampaknya untuk saya, apalagi psikis saya kerasa banget perbedaannya. Setelah kejadian terakhir itu saya benar-benar kebayang terus sama setiap detail kejadiannya, bagaimana beliau itu memaksa saya dan menyentuh beberapa bagian tubuh saya semuanya saya ingat dengan jelas, sampai ada satu moment saya itu merasa sangat amat ketakutan ketika ada yang menyentuh saya dan seketika langsung gemeteran sampe keringetan, saya juga jadi enggan berbaur mbak, kerjaan saya hanya mengurung diri dikamar dan merenung kenapa kejadian seperti itu bisa terjadi kepada saya, apalagi beliau ini sudah saya kenal sejak kecil dan masih keluarga dengan saya, saya benar-benar menghindari untuk bertemu beliau, jangankan untuk bertemu, berkomunikasi saja saya enggan mbak, saya blokir nomor teleponnya sampai beliau ini bertanya ke orang sekitar saya karena tidak pernah bisa menghubungi saya. Keadaan saya sangat kacau ketika itu mbak, rasanya tidak memiliki semangat untuk sekedar keluar dari kamar dan bertemu orang lain.”¹⁰⁷

Subjek PN menjelaskan bahwa pelecehan seksual yang dialaminya berdampak banyak dalam kesehariannya. Rasa takut mendominasi keadaan psikologis subjek setelah hal tersebut terjadi, sehingga subjek menjadi lebih pendiam dan cenderung menarik diri dari lingkungan, subjek juga lebih nyaman mengurung diri didalam kamar hanya untuk

¹⁰⁷ PN, diwawancara oleh peneliti, Jember, 07 Maret 2025.

menghindari kemungkinan yang akan mempertemukannya dengan pelaku. Terkadang reaksi tubuh seperti gemetar dan berkeringan juga kerap kali dirasakannya, bayangan dari peristiwa yang menimpa subjek tidak pernah bisa subjek hilangkan sehingga cukup sulit untuk sekedar mengendalikan dirinya dari ketakutan sosial.

Berbeda dari yang dirasakan oleh subjek AS, dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti bersama subjek AS, subjek menjelaskan dampak psikologis yang dirasakannya sebagai berikut.

“dampak psikologisnya yang pasti setelah dilecehkan itu saya stress berat dan shock, saya sering nangis kalau ingat bagaimana beliau memperlakukan saya waktu itu, saya juga sering ketakutan mbak kalau sewaktu-waktu beliau menceritakan apa yang dilakukan kepada saya itu ke orang lain bahkan teman-teman saya, saya takut akan dipandang sebelah mata, saya sangat stress waktu itu, sampai ada masa itu saya bingung sebenarnya apa yang saya rasakan ya, seperti kehilangan jati diri saya, saya sempat juga menyalahkan diri saya sendiri karena dengan mudah menerima seseorang seperti beliau menjadi pasangan saya.”¹⁰⁸

Subjek AS menjelaskan bahwa dampak psikologis yang dialaminya berupa stress yang berkepanjangan, subjek juga menjelaskan bahwa terkadang subjek menyalahkan dirinya sendiri karena kejadian buruk yang terjadi kepada subjek.

¹⁰⁸ AS, diwawancara oleh peneliti, Jember, 24 Maret 2025.

Subjek FA menjelaskan bahwa dampak psikologis yang dirasakannya hampir sama dengan subjek PN, lebih lanjutnya sebagaimana hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti bersama subjek FA, subjek menjelaskan sebagai berikut.

“sebenarnya perasaan yang sangat mendominasi saya ketika itu justru rasa marah dan benci kepada pelaku mbak, karena kan ya siapa yang tidak shock dan marah diperlakukan seperti itu, tapi disisi lain saya juga merasa sangat ketakutan mbak, saya takut kalau sampai nenek saya tau tentang kejadian yang menimpa saya karena kan saya tidak tinggal dengan orang tua saya yaa mbak, saya cemas, selalu merasa ada yang memperhatikan meskipun sebenarnya tidak ada, setelah kejadian itu, saya lebih banyak diam dirumah saja, saya juga lebih mudah marah mbak kalau ada teman atau tetangga yang memperhatikan saya, seperti melihat awal mula kejadian itu bisa menimpa saya jadi setiap ada yang memperhatikan itu saya jadi kebayang sama wajah pelaku, hampir setiap hari saya itu nangis terus melamun lagi, hanya seperti itu terus.”¹⁰⁹

Subjek FA menjelaskan dampak yang dirasakannya setelah kejadian itu hampir sama dengan dampak yang dirasakan oleh subjek PN. Subjek merasa kesulitan dalam mengontrol emosi dalam dirinya sehingga subjek seringkali merasa marah dan takut ketika ada yang memperhatikannya. Hal ini terjadi karena menurut subjek perhatian yang diberikan mengembalikan lagi ingatannya kepada kejadian yang menimpa dirinya dan memunculkan lagi wajah pelaku. Selain itu subjek juga jadi seringkali menangis dan melamun, subjek

¹⁰⁹ FA, diwawancara oleh peneliti, Jember, 02 April 2025.

mulai menarik diri dari lingkungannya dan lebih banyak menghabiskan waktu dirumah.

2) Dampak Perilaku

Dampak perilaku yang dapat dirasakan oleh korban pelecehan seksual dapat berupa gangguan makan, perubahan pola tidur, hingga memiliki keinginan bunuh diri.

Hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti bersama subjek PN mengenai topik bahasan ini, subjek menjelaskan sebagai berikut.

“setelah mendapat perlakuan itu kan saya memang jadi sering dikamar yaa mbak, jarang sekali saya keluar itu, bisa dibilang cuma kalau mau ke kamar mandi saja saya keluar dari kamar, selebihnya saya akan dikamar lagi, jadi memang beberapa perilaku saya mulai berubah, terutama pola makan dan pola tidur. Saya susah makan dan tidur mbak, ga jarang juga saya suka mimpi kejadian itu, jadi saya lebih suka begadang sambil main handphome, kalau inget lagi ya saya nangis lagi, ntar melamun lagi, kata orang tua saya seperti mayat hidup ketika itu karena kantong mata saya hitam dan pucat juga.”¹¹⁰

Subjek menjelaskan bahwa beberapa perilaku baru muncul setelah subjek menjadi korban pelecehan seksual, seperti menurunnya nafsu makan dan perubahan pola tidur. Hal ini terjadi karena subjek lebih banyak mengurung diri didalam kamarnya sehingga subjek selalu sendirian dan selalu teringat kejadian yang dialaminya, ingatan itulah yang

¹¹⁰ PN, diwawancara oleh peneliti, Jember, 07 Maret 2025.

kemudian membuat nafsu makan subjek menurun. Subjek juga mengalami perubahan pola tidur yang cukup signifikan karena kejadian yang dialaminya itu muncul dalam beberapa mimpi subjek dan membuat subjek merasa takut dan malas tidur.

Hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti bersama subjek AS, subjek menjelaskan sebagai berikut.

“perilaku ya mbak, awal-awal itu saya menarik diri dari sosial saya, tapi lama kelamaan saya justru mencari pelarian dan mencari kesibukan, saya jadi suka mengabaikan jam istirahat dan makan saya, bisa dibilang sampai sekarang saya masih suka insomnia, bahkan waktu itu pola makan saya buruk sekali mbak, jadi perubahan perilaku saya yang paling terlihat itu ya itu tadi saya jadi lebih suka sibuk dan pergi keluar, pola makan yang berantakan dan abai sama waktu-waktu istirahat”¹¹¹

Subjek AS menjelaskan bahwa dampak perilaku yang dirasakan yaitu pola makan yang buruk dan pengabaian subjek terhadap waktu yang seharusnya digunakan untuk istirahat, hal ini terjadi karena subjek menjadi individu yang suka pada banyak sekali pekerjaan yang membuatnya sibuk.

Lain halnya dengan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti bersama subjek FA, subjek menjelaskan sebagai berikut.

“kalau dampak perilaku mungkin lebih ke menarik diri dari lingkungan sama perubahan pola tidur saja sih mbak, yang paling ketara ya di pola tidur ini, saya jadi suka insomnia mbak, jarang saya itu bisa

¹¹¹ AS, diwawancara oleh peneliti, Jember, 24 Maret 2025.

tidur nyenyak waktu malam, kadang itu saya sudah tidur terus tiba-tiba kebangun setelah itu jadi gabisa tidur lagi, waktu itu saya mikirnya mungkin karena saya masih marah dan sangat membenci pelaku yaa, makanya saya jadi terus kepikiran dan jadi sulit tidur, itu berdampak banget sih sama sekolah saya mbak, jadi suka ketiduran dikelas, sulit fokus juga karena kurang istirahat, sering kena hukuman saya itu karena katanya saya sering melamun dikelas, pokoknya kata teman-teman saya mendadak jadi sangat pendiam dan suka marah.”¹¹²

Subjek FA menjelaskan bahwa dampak perilaku yang dialaminya berupa perubahan pola tidur dan menarik diri dari lingkungan. Subjek menyatakan bahwa ia seringkali kesulitan untuk tertidur karena perasaan marah dan benci yang dimilikinya kepada pelaku yang sudah melecehkannya, akibatnya subjek seringkali tertidur saat jam sekolah, kehilangan fokus, dan seringkali mendapatkan hukuman di sekolah.

3) Dampak Fisik

Dampak fisik yang dapat dirasakan oleh korban pelecehan seksual dapat berupa gangguan pencernaan, perubahan berat badan, dan beberapa sakit lainnya.

Hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti bersama subjek PN, subjek menjelaskan topik bahasan ini sebagai berikut.

¹¹² FA, diwawancara oleh peneliti, Jember, 02 April 2025.

“dampak fisik nya yang jelas ke penurunan berat badan mbak karena pola makan saya jadi hancur juga kan, saya jadi kena asam lambung itu mbak, sempat saya dirawat karena asam lambung saya kambuh, malah ketika saya sakit itu pelaku sempat datang untuk jenguk saya, tapi saya gabisa kabur dan untungnya saya ditemani orang tua juga jadi tidak berdua sama pelaku. Itu ajasih mbak, bahkan sampai sekarang pun asam lambung saya masih suka kambuh, mengganggu ke produktifitas saya tentunya ya.”¹¹³

Subjek menjelaskan bahwa hilangnya nafsu makan yang dimiliki berdampak pada penurunan berat badan, subjek juga divonis menderita sakit asam lambung akibat dari kejadian itu yang mengharuskan subjek dirawat lebih intensif di salah satu puskesmas dekat dengan kediaman subjek.

Hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti bersama subjek AS, subjek menjelaskan sebagai berikut.

“dampak fisik yang saya dapet yang pasti di penurunan berat badan karena stress itu ajasih mbak, kalau lagi stress saya kan jadi susah makan juga, kepikiran juga jadi pikirannya lebih berisik dari biasanya, jadi otomatis berat badan turun, selain itu juga saya sering sakit-sakit an juga waktu itu, karena saya kurang istirahat sepertinya jadi kepikiran sedikit sudah ngerasa sakit kepala yang sakit banget, bahkan sampai sekarang saya harus rutin kontrol dokter buat sakit-sakit yang saya derita sejak kejadian itu.”¹¹⁴

Subjek As menjelaskan bahwa dampak fisik yang dialami berupa penurunan berat badan dan beberapa sakit fisik lainnya seperti sering sakit kepala, subjek juga menjelaskan

¹¹³ PN, diwawancara oleh peneliti, Jember 07 Maret 2025.

¹¹⁴ AS, diwawancara oleh peneliti, Jember, 24 Maret 2025.

bahwa hingga saat ini subjek harus melakukan cek kesehatan rutin akibat kejadian tersebut.

Selanjutnya, hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti bersama subjek FA, subjek menjelaskan sebagai berikut.

“dampak fisik, saya cuma mengalami penurunan berat badan saja sih mbak, waktu berat badan saya turun sekitar 12kg, jadi kurus banget saya akibat dari kejadian gaenak itu, selebihnya gaada sih, saya merasa tidak ada perubahan yang ketara dari fisik saya selain berat badan itu tadi.”¹¹⁵

Subjek FA menjelaskan bahwa dampak fisik yang dirasakannya hanya sebatas penurunan berat badan yang diakibatkan oleh pola makan subjek yang berantakan, subjek tidak merasakan dampak fisik lainnya akibat dari kejadian buruk yang menimpanya.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti bersama masing-masing subjek terkait dampak psikologis, dampak perilaku, dan dampak fisik yang dirasakan oleh subjek akibat dari pelecehan seksual yang dialami, dampak yang terlihat cukup signifikan terjadi kepada ketiga subjek adalah dampak psikologis. Masing-masing subjek sama-sama merasakan ketakutan yang besar dan rasa cemas akan kemungkinan terjadinya hal yang sama akan menimpanya,

¹¹⁵ FA, diwawancara oleh peneliti, Jember, 02 April 2025.

selain itu salah satu subjek merasakan kesulitan tidur akibat mimpi buruk dan ingatan akan kejadian yang menimpanya. Subjek tersebut menjadi lebih mudah merasa cemas dan berkeringat jika teringat kejadian yang menimpanya, puncaknya subjek tersebut kehilangan semangat dan produktifitas untuk melanjutkan keseharian yang biasa dilakukan dan cenderung menarik diri dari lingkungan sosialnya.

2. Gambaran Resiliensi Pada Perempuan Korban Pelecehan Seksual

a. Gambaran Aspek Resiliensi Pada Perempuan Korban Pelecehan Seksual

Menurut Reivich dan Shatte seorang individu setidaknya membutuhkan tujuh aspek untuk membentuk resiliensi dalam dirinya, yaitu regulasi emosi, pengendalian impuls, *optimisme*, empati, *self-efficacy*, *casual analysis*, dan *reaching out*. Selanjutnya akan dibahas berdasarkan hasil wawancara peneliti bersama subjek penelitian sebagai berikut.

1) Regulasi Emosi

Regulasi emosi merupakan salah satu kemampuan yang dimiliki individu agar tetap tenang saat menghadapi suatu tekanan. Dalam beberapa situasi, kemampuan individu untuk mengungkapkan emosi yang dirasakan secara tepat adalah bentuk dari resiliensi itu sendiri.

Hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti bersama subjek PN menjelaskan bahwa subjek sudah cukup mampu untuk mengungkapkan dan mengendalikan emosi yang dirasakannya diwaktu dan kondisi yang tepat.

“kalau soal emosi dan perasaan, saya itu memang cukup perasa orangnya mbak, saya juga mudah terbawa suasana, mungkin ketika saya merasa emosi saya itu akan mengganggu suatu keadaan, saya akan menyimpannya sendiri, tapi kalau saya merasa sudah sangat kewalahan dengan berbagai macam emosi yang saya rasakan yaa saya akan cerita dan meluapkan emosi saya ke orang terdekat, apalagi kalau saya merasa capek dan butuh menangis, saya akan memilih untuk meluapkan dulu emosi saya itu sampai saya merasa lega, karena kan kadang emosi negatif itu suka berdampak sama aktifitas ataupun orang sekitar yaa, jadi kayak ga baik aja kalau orang lain yang harus terdampak.”¹¹⁶

Subjek PN menjelaskan bahwa regulasi emosi yang dimilikinya sudah cukup baik, dalam beberapa hal subjek sudah bisa untuk menentukan emosi yang lebih baik di simpan atau emosi yang bisa diluapkan. Selain itu, subjek juga mampu untuk mengetahui kapan waktu yang tepat dan kepada siapa subjek harus meluapkan emosi yang dirasakannya sehingga emosi itu tidak berdampak negatif pada lingkungan sekitarnya.

Berbeda dengan yang disampaikan oleh subjek PN, subjek AS menjelaskan mengenai regulasi emosi yang dimilikinya sebagai berikut.

¹¹⁶ PN, diwawancara oleh peneliti, Jember, 07 Maret 2025.

“saya itu cukup sulit mbak mengenal dan mengendalikan emosi saya, kalau kata orang saya itu moody dan sulit menyembunyikan bentuk emosi yang saya miliki, mungkin memang saya itu tidak meledak setiap saya merasa marah atau tidak menangis kencang saat saya merasa sedih, tapi ekspresi wajah saya itu selalu saja terlihat jelas sesuai dengan emosi yang saya rasakan, kadang juga saya suka mendadak diem kalau sudah merasakan sesuatu, bukan cuma di emosi negatif aja, bahkan di emosi positif saya juga begitu.”¹¹⁷

Subjek AS menjelaskan bahwa dalam aspek regulasi emosi, subjek mengalami kesulitan untuk mengenali dan mengendalikan emosi yang sedang dirasakan. Subjek menjelaskan tidak jarang emosi yang dirasakannya itu meledak tanpa melihat kapan waktu yang tepat untuk meluapkannya.

Subjek FA menjelaskan hal yang hampir sama dengan subjek AS mengenai regulasi emosi yang dimiliki sebagai berikut.

“wah saya memang temperamental mbak, sebelum kejadian itu saya memang sudah pemarah orangnya, cuma kalau setelah kejadian emosi saya bener-bener meledak-ledak ga seperti biasa, ada hal yang salah sedikit saja saya bisa sangat marah ketika itu juga, ga peduli apapun saya itu mbak kalau sudah emosinya meledak dan memang sampai sekarang pun pengendalian emosi itu jadi tantangan sulit banget buat saya, masih belum menemukan solusi yang tepat ya mungkin karena saya tidak tinggal dengan orang tua jadi saya kurang bisa memahami emosi saya sendiri.”¹¹⁸

Subjek FA menjelaskan bahwa regulasi emosi yang ada dalam dirinya tidak cukup baik, subjek cenderung mudah meledak tanpa melihat kondisi yang tepat kapan emosi tersebut bisa diluapkan. Subjek juga menjelaskan bahwa sampai saat ini,

¹¹⁷ AS, diwawancara oleh peneliti, Jember, 24 Maret 2025.

¹¹⁸ FA, diwawancara oleh peneliti, Jember, 02 April 2025.

regulasi emosi masih menjadi sebuah tantangan yang cukup sulit untuk diri subjek, hal ini terjadi karena subjek merasa tidak mendapatkan keberadaan orang tua secara langsung sehingga subjek kesulitan dalam memahami sebuah emosi.

Dalam memahami aspek regulasi emosi, hasil wawancara dengan salah satu subjek menjelaskan kemampuan regulasi emosi yang cukup baik telah dimiliki. Kemampuan subjek dalam mengenali situasi dan bagaimana emosi yang dirasakan membantu subjek untuk menjadi individu yang tetap tenang dalam beberapa kondisi atau masalah tertentu. Sedangkan regulasi emosi yang dimiliki oleh dua subjek lainnya menunjukkan bahwa subjek belum cukup mampu untuk mengenali dan mengendalikan emosi yang dirasakan, sehingga kemampuan regulasi emosi yang dimiliki oleh kedua subjek ini belum cukup baik.

2) Pengendalian Impuls

Aspek ini didefinisikan sebagai kemampuan individu untuk mengendalikan keinginan, dorongan, maupun tekanan yang ada dalam dirinya. Aspek ini dapat membantu individu dalam mencegah terjadinya kesalahan dalam berpikir, sehingga ketika individu dihadapkan dengan suatu permasalahan individu akan cenderung memberikan respon yang tepat.

Hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti bersama subjek PN, subjek menjelaskan sebagai berikut.

“dari kecil orang tua selalu ngajarin saya untuk melakukan atau mendapatkan sesuatu itu sesuai dengan kebutuhan saya, karena kata beliau sesuatu yang saya inginkan belum tentu saya butuhkan tapi sesuatu yang saya butuhkan meskipun bukan yang saya inginkan pasti akan berguna buat saya, jadi dari kecil saya memang sudah belajar untuk menekan keinginan saya terhadap sesuatu mau itu benda, makanan, atau bahkan keinginan seperti jalan-jalan dan liburan, tapi kalau sama tekanan saya memang lebih mudah merasa down kalau terlalu banyak ditekan, karena kan tekanan dari luar pasti akan berpengaruh ke diri saya mbak, jadi secara otomatis diri saya sendiripun akan memberikan tekanan yang sama dengan yang diberikan oleh lingkungan saya.”¹¹⁹

Dalam hal ini subjek menjelaskan bahwa pengendalian impuls yang dimiliki oleh subjek sudah diajarkan sejak subjek masih kecil. Subjek sudah terbiasa untuk memilih sesuatu yang benar-benar subjek butuhkan daripada yang subjek inginkan, hal ini yang kemudian menguntungkan subjek hingga saat ini karena subjek dapat mengendalikan keinginan-keinginan yang ada dalam dirinya dengan cukup baik.

Hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti bersama subjek AS, subjek menjelaskan sebagai berikut.

“pengendalian diri saya untuk sebuah keinginan ataupun kesukaan itu sudah bisa saya lakukan dengan cukup baik, waktu kecil saya sudah diajarkan kalau saya ingin sesuatu saya harus berusaha sendiri dan pastikan kalau sesuatu yang saya dapatkan nanti bisa berguna untuk saya, saya juga punya tabungan yang memang saya targetkan untuk beberapa hal dan pasti sebelum saya mendapatkan hal itu saya sudah pikirkan sangat matang kalau pasti akan berguna untuk saya dan tidak akan saya sesali.”¹²⁰

¹¹⁹ PN, diwawancara oleh peneliti, Jember, 07 Maret 2025.

¹²⁰ AS, diwawancara oleh peneliti, Jember, 24 Maret 2025.

Hasil wawancara ini menjelaskan bahwa sama halnya dengan subjek PN, kemampuan pengendalian impuls dalam diri subjek AS sudah dapat dijalankan dengan cukup baik. Hal ini dibuktikan dengan pernyataan subjek yang menjelaskan bahwa sebelum mendapatkan sesuatu yang diinginkan, subjek akan terlebih dahulu memikirkannya dengan baik agar nantinya keputusan yang akan subjek ambil tidak menjadi sebuah penyesalan dan akan berguna bagi subjek AS.

Subjek FA juga menjelaskan hal yang hampir sama dengan kedua subjek sebelumnya bahwa pengendalian impuls yang dimiliki sudah cukup baik.

“saya sendiri kalau ingin sesuatu pasti saya pikir berkali-kali dulu apakah benar yang saya inginkan itu akan membuat saya senang dan apa yang akan saya lakukan kalau saya sudah mendapatkan hal itu, kalau saya rasa sesuatu yang saya inginkan itu bisa saya tunda dulu untuk memenuhi kebutuhan yang lain ya saya akan pilih untuk tunda dulu mbak karena saya juga harus mikirin kebutuhan nenek saya juga tidak hanya keinginan saya sendiri.”¹²¹

Hasil wawancara peneliti bersama masing-masing subjek menjelaskan hal yang hampir sama bahwa pengendalian impuls yang dimiliki oleh ketiga subjek sudah cukup baik sebagaimana hasil wawancara yang sudah disebutkan diatas. Pengendalian impuls yang baik akan sangat membantu subjek untuk lebih mengenali keinginan dan kebutuhan yang seharusnya subjek

¹²¹ FA, diwawancara oleh peneliti, Jember, 02 April 2025.

dahulukan, selain itu pengendalian impuls juga dapat membantu subjek untuk mendapatkan keputusan yang tepat saat subjek berada dalam suatu pilihan.

3) *Optimisme*

Peterson dan Chang menyatakan bahwa optimisme merupakan pemikiran yang positif dan berkaitan dengan karakteristik masa depan yang diharapkan oleh individu berupa kebahagiaan, kesehatan, prestasi dan ketekunan.

Hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti bersama subjek PN mengenai aspek optimisme, subjek menjelaskan sebagai berikut.

“sebenarnya saya bukan tidak yakin dengan masa depan cemerlang yang mungkin saya dapatkan mbak, tapi kadang saya itu down sama keadaan saya sendiri bahkan bisa dibilang saya ini lebih sering overthinking sama masa depan saya, apalagi setelah saya mendapatkan perlakuan itu, saya makin bertanya-tanya akan bagaimana masa depan saya nanti, saya selalu merasa ketakutan gitu mbak, ya takut gagal, takut ngecewain, takut ga berhasil, semua hal saya takutkan, jadi ketakutan saya itu yang suka menghambat saya untuk berkembang, tapi saya juga selalu berusaha percaya kalau yang saya takutkan itu belum tentu terjadi mbak, ya kata orang tua kan tuhan ga mungkin kasih ujian tanpa jawaban.”¹²²

Subjek PN menjelaskan bahwa optimisme yang ada dalam dirinya tidak selalu berada dalam keadaan yang stabil, dalam beberapa hal subjek merasa takut akan hal-hal yang mungkin saja terjadi pada dirinya dimasa depan, akan tetapi dalam beberapa hal

¹²² PN, diwawancara oleh peneliti, Jember, 07 Maret 2025.

subjek juga berusaha untuk tetap berpikir positif bahwa segala yang ditakutkan subjek belum tentu terjadi. Aspek optimisme yang dimiliki oleh subjek PN sudah tertanam dalam dirinya, akan tetapi subjek PN masih merasa kesulitan untuk mengendalikan pemikiran negatif yang juga ada dalam dirinya dan selalu membuat subjek khawatir.

Hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti bersama subjek AS, subjek menjelaskan sebagai berikut.

“saya cukup optimis sih mbak dengan diri saya, maksudnya itu kan masa depan apa yang akan saya dapatkan nanti sesuai pasti akan sesuai dengan apa yang sedang saya usahakan, sama seperti ketika saya mendapatkan perlakuan tidak baik itu, mungkin awal-awal saya down banget karena shock dan ga nyangka aka nada kejadian seperti itu, tapi balik lagi mbak kesulitan saya waktu itu tidak akan pernah mengubah apapun kalau saya tidak bergerak kan, jadi saya waktu itu berpikir kalau saya harus cepet pulih karena di masa depan saya nanti akan banyak hal baik yang menunggu saya, dan kejadian seperti itu tidak akan terus terjadi, berperasangka baik saja sama tuhan kalau pelajaran yang saya dapatkan itu pasti bermanfaat untuk masa depan saya.”¹²³

Subjek AS menjelaskan bahwa subjek selalu menanamkan pemikiran positif dalam pikiran subjek, subjek menyatakan hal buruk yang pernah terjadi kepada subjek tidak akan selalu terjadi, menurut subjek masa depan pasti akan berjalan sesuai dengan apa yang subjek usahakan dan subjek yakin akan adanya kebahagiaan yang akan diterima.

¹²³ AS, diwawancara oleh peneliti, Jember, 24 Maret 2025.

Sedangkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti bersama subjek FA, subjek menjelaskan sebagai berikut.

“ohh kalau masalah optimis sama masa depan ya saya selalu optimis mbak, kan tuhan sendiri juga sudah janjikan kalau setiap kesulitan pasti ada kemudahannya, jadi apa yang harus saya khawatirkan sebenarnya, tapi ya saya juga manusia mbak perempuan pulak jadi pasti ada beberapa waktu saya suka kepikiran sama hal terburuk yang mungkin terjadi, tapi saya selalu berusaha mengubah pemikiran negatif itu ke hal-hal yang positif, pernah saya itu kepikiran kalau hidup jauh dari orang tua itu pasti berat, tapi kenyataannya saya tetap bisa bahagia kan, jadi setelah ada kejadian itu juga saya cepet-cepet belajar buat berpikir positif kalau saya bisa bangun lagi dan ketawa lagi nanti, sama seperti saya sebelum dapat kejadian gaenak itu.”¹²⁴

Subjek FA menjelaskan bahwa aspek optimisme yang ada dalam diri subjek sudah cukup baik, subjek selalu berusaha dan belajar untuk berpikiran positif terhadap segala sesuatu yang terjadi dan mungkin akan terjadi. Menurut subjek FA kesulitan yang sedang dirasakan pasti akan kembali menjadi sebuah kebahagiaan.

Aspek optimisme merupakan aspek yang dapat membantu subjek mendapatkan pemikiran dan harapan masa depan yang lebih baik, hal ini dikarenakan aspek optimisme bukanlah sebuah sikap yang diberikan oleh orang lain, akan tetapi aspek ini berkembang dengan sendiri dalam diri subjek dan dapat dibentuk dengan baik. Hasil wawancara yang dilakukan bersama masing-masing subjek, subjek FA dan AS memiliki aspek optimisme yang cukup baik berkembang dalam dirinya. Keyakinan yang dimiliki oleh subjek

¹²⁴ FA, diwawancara oleh peneliti, Jember, 02 April 2025.

dapat membantu subjek untuk membentuk pemikiran positif tentang kebahagiaan dan masa depan yang akan dicapai. Selain itu optimisme yang dimiliki oleh subjek PN belum terbentuk dengan cukup baik, seringkali pemikiran negatif mengalahkan pemikiran positif dalam diri subjek.

4) *Self-Efficacy*

Aspek ini dijelaskan sebagai sebuah kemampuan yang ada dalam diri individu bertujuan untuk mengatur dan melaksanakan tindakan guna mencapai suatu tujuan yang diinginkan. Dengan kata lain, aspek ini merupakan sikap yang dapat membantu individu untuk menunjukkan keyakinan kepada diri individu itu sendiri bahwa dirinya mampu menyelesaikan suatu permasalahan yang sedang dihadapi dan akan mencapai sebuah tujuan yang sesuai.

Hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti bersama subjek PN, subjek menjelaskan sebagai berikut.

“kadang saya yakin, kadang juga saya tidak yakin, naik turun mbak, karena kadang saat saya yakin dengan kemampuan yang saya miliki atau saya yakin sama diri saya sendiri sesuatu yang datang justru diluar kemampuan saya jadi terlaksana dengan kurang maksimal, tapi saya lebih sering percaya aja sama apa yang saya bisa sih mbak, apalagi kalau saya pengen sesuatu, missal saya pengen IPK saya memuaskan semester ini jadi ya saya belajar dengan kemampuan saya itu dan saya pasti tanamkan dalam diri saya itu bahwa saya bisa meski prosesnya memang sulit tapi saya yakin saya bisa.”¹²⁵

¹²⁵ PN, diwawancara oleh peneliti, Jember, 07 Maret 2025.

Subjek menjelaskan bahwa keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki oleh subjek tidak selalu bisa subjek kendalikan dengan baik, akan tetapi hal tersebut tidak membuat subjek menyerah dan tidak memiliki keyakinan terhadap kemampuannya, sikap yang subjek lakukan untuk terus berusaha mencapai sesuatu dan percaya pada kemampuan dalam dirinya menunjukkan adanya aspek *self-efficacy* dalam diri subjek PN.

Hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti bersama subjek AS, subjek menjelaskan sebagai berikut.

“saya memiliki keyakinan kepada diri saya sendiri bahwa saya bisa menyelesaikan beberapa kendala yang saya hadapi, seperti ketika saya memiliki tugas-tugas kuliah yang cukup sulit saya akan tetap berusaha menyelesaikan tugas itu dengan kemampuan saya sendiri, karena seperti yang saya bilang mbak setiap kesulitan pasti ada kemudahannya juga.”¹²⁶

Subjek AS menjelaskan bahwa subjek selalu memiliki kepercayaan yang cukup baik kepada kemampuan yang dimiliki dalam menyelesaikan sebuah tugas atau dalam menghadapi sebuah kesulitan.

Hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti bersama subjek FA, subjek menjelaskan sebagai berikut.

“keyakinan seperti itu saya rasa harus ada dalam diri saya ya mbak, saya kan juga mengelola bisnis sendiri jadi kalau saya tidak yakin kepada diri saya sendiri bagaimana pelanggan saya akan percaya kepada saya, misalnya saya

¹²⁶ AS, diwawancara oleh peneliti, Jember, 24 Maret 2025.

dapat complain dari pelanggan saya, saya tidak langsung down dan saya akan berusaha memperbaiki kesalahan yang menimbulkan complain itu, kalau saya merasa kesulitan dalam memperbaiki itu ya saya akan cari bantuan ke teman-teman saya, karena menurut saya kemampuan yang dimiliki setiap orang itu bisa saja berkembang kalau orang tersebut mau terus belajar dan berusaha memperbaiki kesalahan tanpa harus menyerah terlebih dahulu.”¹²⁷

Keterangan yang dijelaskan oleh subjek FA menunjukkan bahwa kemampuan *self-efficacy* yang dimiliki subjek berkembang dengan cukup baik, salah satu yang mempengaruhi yaitu tuntutan bisnis yang dijalankan oleh subjek sehingga keberadaan *self-efficacy* sangat diperlukan untuk keberhasilan bisnis subjek.

Aspek *self-efficacy* sebagai sebuah keyakinan yang dimiliki subjek kepada kemampuan yang ada dalam dirinya dalam menyelesaikan suatu permasalahan dan tugas sehingga dapat membentuk resiliensi dalam diri subjek. Dari hasil wawancara yang telah dilakukan, ketiga subjek telah memiliki aspek *self-efficacy* dengan cukup baik, banyak faktor yang mempengaruhi salah satunya keinginan yang ingin dicapai oleh masing-masing subjek.

5) *Casual Analysis*

Aspek ini dijelaskan sebagai kemampuan individu dalam mengenali penyebab dari permasalahan yang sedang dihadapi secara tepat.

¹²⁷ FA, diwawancara oleh penliti, Jember, 02 April 2025.

Hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti bersama subjek PN, subjek menjelaskan sebagai berikut.

“menghadapi sebuah permasalahan pasti saya cari tau sebabnya apa mbak, missal permasalahan dengan pelaku, saya selalu bertanya-tanya dan memikirkan kiranya apa yang saya lakukan atau apa yang sebenarnya menjadi penyebab pelaku berbuat seperti itu kepada saya, saya pasti menyalahkan pelaku atas kejadian yang menimpa saya itu, tapi tetap saya juga ingin tau penyebab dari perilaku itu kan mbak, saya pikirkan baik-baik mungkin saya pernah menyinggung pelaku sehingga pelaku marah dan melakukan hal seperti itu kepada saya, atau mungkin memang pelaku hanya tertarik saja kepada saya, setiap masalah yang saya hadapi saya selalu berusaha untuk menemukan penyebab dari permasalahan itu.”¹²⁸

Subjek PN menjelaskan bahwa subjek selalu berusaha untuk menemukan penyebab dari permasalahan yang sedang dihadapi, dalam kasus yang terjadi kepadanya, subjek juga pasti akan menyalahkan pelaku akan tetapi subjek juga terus mencari jawaban sebab dari perlakuan yang diterima oleh subjek.

Hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti bersama subjek AS, subjek menjelaskan sebagai berikut.

“saya sangat berusaha mbak untuk terus belajar mengembangkan casual analysis dalam diri saya karena saya juga terlibat di beberapa organisasi, masalah yang saya punya dengan pelaku yang melecehkan saya waktu itu juga saya cari tau awal mula motif dari pelaku, sempat saya menanyakan kepada beliau kenapa tega melakukan hal itu kepada saya dan saya mendapatkan jawaban yang cukup masuk akal untuk saya, setiap masalah bukan cuma ada jalan keluarnya saja tapi juga pasti ada penyebabnya kan

¹²⁸ PN, diwawancara oleh peneliti, Jember, 07 Maret 2025.

mbak, jadi sebelum saya berusaha menyelesaikan dan menemukan penyebab dari permasalahan yang ada dalam organisasi, terlebih dulu saya harus belajar untuk menemukan dan memperbaiki masalah pribadi yang sedang saya hadapi, begitu sih mbak.”¹²⁹

Subjek AS menjelaskan bahwa keberadaan *casual analysis* sangat berpengaruh terhadap diri subjek, hal ini dikarenakan subjek juga mengikuti beberapa organisasi yang membutuhkan kemampuan dalam mengenali penyebab dari suatu permasalahan dengan cukup baik. Selain itu, subjek juga menjelaskan bahwa sebelum mengenali permasalahan dalam organisasi, subjek harus lebih dulu mampu untuk menganalisis penyebab permasalahan pribadi yang sedang subjek hadapi.

Selanjutnya, hasil wawancara yang dihadapi oleh peneliti bersama subjek FA, subjek menjelaskan sebagai berikut.

“dalam dunia bisnis analisis permasalahan tentu sangat menguntungkan saya, kadang saya suka berpikir kalau permasalahan yang terjadi pada bisnis saya itu bersumber dari diri saya sendiri yang kurang baik mengendalikannya, akan tetapi dalam beberapa kasus menyalahkan diri saya sendiri tidak menyelesaikan apapun dan tidak memberikan saya jalan keluar yang tepat untuk permasalahan itu, jadi saya cari lagi selain dari kesalahan saya kira-kira apa akar masalah ini, ternyata memang benar ada lagi faktor lain sehingga terjadi permasalahan ini, dari situ baru saya bisa memutuskan apa jalan keluar terbaik yang bisa saya berikan.”¹³⁰

Subjek FA menjelaskan hal yang hampir sama dengan subjek sebelumnya bahwa kemampuan *casual analysis* merupakan

¹²⁹ AS, diwawancara oleh peneliti, Jember, 24 Maret 2025.

¹³⁰ FA, diwawancara oleh peneliti, Jember, 02 April, 2025.

kemampuan yang sangat menguntungkan dan perlu untuk terus dikembangkan dalam bisnisnya, dalam dunia bisnis akan selalu ada tantangan mulai dari untung rugi dan sebagainya, dengan keberadaan *casual analysis* subjek FA dapat menemukan akar permasalahan yang sedang ada dalam bisnisnya dan dapat menemukan jalan keluar terbaik dari permasalahan itu.

Menurut hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti bersama masing-masing subjek menjelaskan bahwa *casual analysis* merupakan salah satu aspek penting yang harus dimiliki oleh setiap individu. Subjek membenarkan bahwa kemampuan ini sangat berguna untuk menghadapi suatu permasalahan baik permasalahan pribadi, dalam organisasi, maupun dalam dunia bisnis. Dengan berkembangnya kemampuan *casual analysis* dalam diri subjek maka memungkinkan subjek untuk keluar dari permasalahan yang sedang dihadapi dengan cara yang baik dan tepat pula.

6) Empati

Empati sering dikenal sebagai sikap kepedulian yang dimiliki oleh individu kepada orang sekitarnya. Empati merupakan kemampuan individu dalam memahami kondisi emosional dan psikologis orang lain.

Hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti bersama subjek PN, subjek menjelaskan sebagai berikut.

“dari kecil saya termasuk salah satu orang yang peka dan perasa seperti yang saya katakana sebelumnya, saya

mudah sekali terbawa suasana dari suatu keadaan, missal saya lagi buka sosial media terus saya pasti kepikiran gimana kalau saya yang ada di posisi orang itu pasti sulit banget, jadi dari situ kadang saya suka mikir dulu sebelum mau nyalahin orang lain soal masalah yang imbasnya juga ke saya.”¹³¹

Subjek PN menjelaskan bahwa keberadaan empati dalam diri subjek sudah dikembangkan sejak subjek masih kecil, subjek terbiasa membuat posisi yang sekarang dimiliki menjadi posisi seseorang yang sedang kesulitan atau memberikan kesulitan untuk diri subjek, melalui hal itu subjek menjadi lebih bisa mengerti alasan dari beberapa hal yang muncul atau terjadi.

Hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti bersama subjek AS, subjek menjelaskan hal yang hampir sama dengan subjek PN sebagai berikut.

“lagi-lagi karena dalam organisasi itu terdiri dari banyak orang dengan latar belakang yang berbeda kita memang dituntut untuk peka dan ber empati besar antar sesama mbak, ketua saya selalu bilang bahwa organisasi itu seperti rumah bersama jadi kalau salah satu kesulitan yang lain saling membantu, kata beliau anggap saja kesulitan itu suatu saat akan kita rasakan juga, apa yang akan kita lakukan tanpa bantuan orang lain, ya meskipun jalan keluar terbaik adalah yang berasal dari diri sendiri, tapi kadang kita juga butuh saran dan bantuan orang sekitar meskipun hanya untuk berdiri setelah jatuh.”¹³²

Sama halnya dengan pernyataan yang diberikan oleh subjek PN, subjek AS juga menjelaskan bahwa dalam merasakan sebuah empati subjek akan memposisikan diri subjek seperti seseorang

¹³¹ PN, diwawancara oleh peneliti, Jember, 07 Maret 2025.

¹³² AS, diwawancara oleh peneliti, Jember, 24 Maret 2025.

yang sedang mengalami kesulitan sehingga subjek bisa merasa lebih baik untuk membantu orang lain daripada menghakimi keberadaan mereka.

Subjek FA menjelaskan dalam hasil wawancara yang dilakukan bersama peneliti sebagai berikut.

“empati itu sama halnya dengan saya melatih diri saya untuk kontrol emosi dengan lebih baik lagi, dengan keadaan diri saya yang temperamental keberadaan empati ini kadang membantu mbak, seperti contoh hari itu toko sedang ramai terus ada satu pembeli yang agak resek karena kebingungan ukuran anaknya, disitu saya kan harus tetap sabar ngadepin pembeli ini sehingga saya juga harus empati dan membantu si pembeli untuk mencari ukuran yang mungkin saja pas, kalau saya tidak ber empati yang ada nanti hubungan dan kepercayaan pembeli kepada saya akan berkurang juga.”¹³³

Subjek FA menjelaskan bahwa empati yang dimiliki masih dikembangkan agar jauh lebih baik. Menurut subjek empati menjadi salah satu sikap yang dapat membantu subjek dalam mengendalikan emosi dan menjaga hubungan interpersonal dengan orang lain sehingga hal tersebut dapat memberi keuntungan terhadap diri subjek.

Dari penjelasan yang diberikan oleh masing-masing subjek menunjukkan hal yang hampir sama bahwa keberadaan empati menjadi suatu hal yang cukup berpengaruh untuk hubungan personal maupun interpersonal. Empati yang dimiliki masing-masing subjek dapat membantu subjek dalam memperbaiki

¹³³ FA, diwawancara oleh peneliti, Jember, 02 April 2025.

hubungan sosial sehingga subjek dapat lebih memahami kondisi dari suatu peristiwa atau permasalahan yang terjadi.

7) *Reaching Out*

Aspek selanjutnya yaitu *reaching out* merupakan kemampuan yang dimiliki individu untuk mendapatkan aspek positif dari suatu permasalahan yang sedang dihadapinya.

Hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti bersama subjek PN, subjek menjelaskan sebagai berikut.

“bagi saya reaching out ini kemampuan yang sulit sekali saya rasakan kehadirannya mbak, dalam kasus saya pernah sekali saya berusaha memberanikan diri untuk mencari bantuan dan membuka diri untuk bercerita kepada ibu saya karena saya merasa sangat terbebani tapi setelah saya cerita ternyata saya dapat penolakan dan ibu saya justru tidak percaya dengan apa yang saya ceritakan karena menurutnya mana mungkin keluarga saya itu tega melakukan hal itu kepada saya, setelah itu saya selalu merasa takut untuk membuka diri lagi, bahkan sampai sekarang saya masih kesulitan untuk sekedar meminta bantuan kalau saya sedang dalam suatu masalah, yak arena itu tadi saya takut tidak dipercaya dan tidak dapat dukungan tapi malah dihakimi.”¹³⁴

Berdasarkan pengalaman yang telah dialami membuat subjek PN kesulitan dalam mengembangkan kemampuan *reaching out* yang ada dalam diri subjek. Subjek menjelaskan bahwa ketakutan akan sebuah penolakan sangat berpengaruh terhadap diri subjek, hal itu mengakibatkan subjek selalu merasa takut saat

¹³⁴ PN, diwawancara oleh peneliti, Jember, 07 Maret 2025.

hendak mencari sebuah dukungan ataupun pertolongan dari orang sekitarnya.

Hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti bersama subjek AS, subjek menjelaskan sebagai berikut.

“sebenarnya untuk seorang korban pelecehan seksual seperti saya dukungan eksternal itu sangat diperlukan ya mbak untuk keluar dari keterpurukan dan bayangan buruk itu, tapi saya masih tidak siap dengan kemungkinan terburuk yang akan saya hadapi, terutama bagaimana nanti pandangan teman organisasi saya terhadap saya, saya juga takut kalau nanti ada omongan yang tidak baik tentang saya atau prasangka yang tidak sesuai kenyataannya, jadi saya lebih memilih untuk pendam saja kejadian itu untuk saya sendiri, saya lebih banyak menguatkan diri saya sendiri dengan lebih mendekat sama tuhan saja daripada harus cerita dan mencari dukungan dari orang sekitar saya, tapi saya tetap optimis dan percaya bahwa meskipun sulit saya akan bisa keluar dari permasalahan saya ini dengan diri saya sendiri.”¹³⁵

Subjek AS menjelaskan bahwa *reaching out* merupakan sikap yang perlu untuk seorang korban pelecehan seksual agar lebih cepat keluar dari keterpurukan yang sedang dialami, akan tetapi rasa takut akan dihakimi mencegah subjek AS untuk melakukan *reaching out* dan mencari dukungan dari lingkungan sekitarnya.

Dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti bersama subjek FA, subjek menjelaskan sebagai berikut.

“pas kejadian itu saya memilih untuk lebih menutup diri sih mbak, ada satu orang yang saya ceritakan tentang kejadian itu dapat juga saya dukungan dari orang itu, tapi

¹³⁵ AS, diwawancara oleh peneliti, Jember, 24 Maret 2025.

menurut saya dukungan itu tidak begitu berdampak kalau diri saya sendiri tidak mendorong untuk keluar dari keadaan sulit itu, saya lebih pilih menghadapi masalah saya sendiri, setelah saya sudah sedikit berdamai sama keadaan saya, baru saya memberanikan diri untuk datang ketemu psikolog, saya cuma berani cerita sama beliau kejadian detailnya karena setau saya psikolog itu tidak pernah menghakimi kan, dan saran beliau juga sama saya harus berusaha berdamai dulu dengan keadaan saya, itu pertama kalinya saya mendapatkan dukungan yang cukup mengembalikan semangat saya.”¹³⁶

Subjek FA menjelaskan bahwa *reaching out* merupakan kemampuan yang sebenarnya memang tidak ingin dilakukan oleh subjek. Menurut subjek, dukungan terbaik untuk keluar dari sebuah permasalahan harus muncul dalam diri subjek sendiri, akan tetapi seiring waktu subjek mencoba untuk membuka diri kepada seorang profesional dan mendapatkan dukungan yang cukup membantu subjek mendapatkan semangatnya lagi.

Aspek *reaching out* merupakan kemampuan untuk mencari bantuan dan dukungan dari luar individu. Dari hasil wawancara yang dilakukan bersama masing-masing subjek, peneliti mendapatkan bahwa salah satu subjek berhasil melakukan *reaching out* yaitu dengan membuka diri dan meminta dukungan emosional dari seorang profesional. Sedangkan subjek lainnya memilih untuk menutup diri dan mencari dukungan melalui diri subjek tersebut karena ketakutan yang dimiliki seperti takut akan dihakimi, takut tidak dipercaya, dan sebagainya.

¹³⁶ FA, diwawancara oleh peneliti, Jember, 02 April 2025.

b. Faktor yang mempengaruhi resiliensi pada perempuan korban pelecehan seksual

Menurut teori yang dikemukakan oleh Dyer dan McGuinness dalam membentuk sebuah resiliensi terdapat dua faktor yang berperan penting, yaitu faktor protektif dan faktor resiko. Beberapa penelitian menyebutkan bahwa keberadaan faktor protektif sebagai penyeimbang dari faktor resiko. McCubbin membagi faktor protektif menjadi dua macam, yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Menurutnya faktor internal berupa kemampuan efikasi diri, kemampuan problem solving, regulasi diri, dan sikap optimis. Sedangkan faktor eksternal terdiri dari support, motivasi, dan dukungan dari keluarga dan lingkungan sekitar.

Hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti bersama subjek PN mengenai topik bahasan ini, yaitu sebagai berikut.

“kejadian itu membekas sekali untuk saya, sulit rasanya untuk bangkit lagi apalagi setelah ibu saya tidak percaya dengan apa yang saya alami itu, saya sama sekali tidak mendapatkan kekuatan dari lingkungan saya waktu itu, kekuatan saya ya berasal dari dalam diri saya sendiri, saya selalu mencoba untuk kuat setiap hari saya bisikin motivasi-motivasi positif buat diri saya sendiri mbak, hampir gila rasanya karena bener-bener capek banget ngerasa sendirian ketika sebenarnya kita butuh dukungan dan support, tapi daripada saya nanti tidak dipercaya lagi dan justru malah dianggap saya yang salah padahal posisi saya disitu korban, jadi saya peluk diri saya sendiri sama semua ketakutan yang saya rasakan, setiap hari saya nangis sendiri, saya dengerin suara saya sendiri, saya rasa satu-satunya yang bantu saya kuat waktu itu ya cuma tuhan, saya perbaiki ibadah saya, saya perbaiki diri saya sendiri, saya ngadu sama tuhan kalau saya butuh support yang nyata dari tuhan, lalu setelah itu tuhan kasih saya tenang sedikit demi sedikit, lalu setelahnya temen-temen saya mulai mendekat dan membuat pikiran saya tidak stuck di ingatan itu saja meskipun mereka tetap tidak tau

tentang masalah itu, sekarang saya sudah menerima diri saya sendiri mbak, saya sudah berdamai tapi saya belum maafkan pelaku itu, saya tetap sebisa mungkin menghindar karena tetap kerasa sakit kalau liat beliau itu keinget lagi sama perlakuannya, tapi saya sudah tidak menghukum diri saya sendiri.”¹³⁷

Dalam hal ini subjek PN menjelaskan bahwa keberadaan faktor eksternal tidak berperan dalam proses penyembuhan dari kejadian buruk yang menimpa subjek, hal ini terjadi karena tidak adanya dukungan sosial dan emosional yang diberikan oleh keluarga ataupun lingkungan sekitar terhadap subjek. Dari keterangan subjek, penerimaan diri yang dimiliki oleh subjek saat ini merupakan hasil dari faktor internal resiliensi yang membantunya. Subjek berusaha untuk mendapatkan kekuatan melalui dirinya sendiri dan berusaha untuk terus memberikan motivasi dan pemikiran positif kepada dirinya agar kemudian subjek bisa berdamai dengan kejadian buruk ketika itu.

Hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti bersama subjek AS, subjek menjelaskan sebagai berikut.

“faktor yang mendukung kekuatan saya dari diri saya sendiri mbak, saya takut kan untuk cerita sama orang dekat saya apalagi orang tua, takut sama kemungkinan respon yang dikasih ke saya itu, jadi saya mengandalkan diri saya sendiri, saya mengandalkan pemikiran positif yang selalu saya tanamkan, saya yakin tuhan pasti ga akan biarin saya sendirian dan terpuruk lama-lama, saya lebih banyak introspeksi sama mohon ampun aja biar tuhan terus menguatkan saya, bahkan ada satu momen saya itu ngerasa putus asa dengan ingatan saya dan masalah itu apalagi waktu itu saya cukup intens bertemu pelaku, saya pasrahkan sama tuhan, saya ziarah ke makam mbah shiddiq, terus disana saya nangis sambil ngadu

¹³⁷ PN, diwawancara oleh peneliti, Jember, 07 Maret 2025.

kalau saya takut saya gakuat, tapi tuhan baik sama saya, dari situ saya mulai lebih banyak lagi mendekat sama tuhan, saya terus menguatkan hati saya buat ga nyerah dan terus berusaha untuk hidup lebih baik.”¹³⁸

Subjek AS menjelaskan hal yang hampir sama dengan subjek PN, dalam proses resiliensi dan keluar dari permasalahan yang dihadapi subjek AS hanya mendapatkan dorongan melalui faktor internal. Hal ini terjadi akibat ketakutan yang dimiliki subjek untuk terbuka dan meminta support dari lingkungan dan keluarga subjek. Subjek menjelaskan bahwa kekuatan dan kepercayaan diri yang dimiliki subjek sudah cukup membantu subjek untuk keluar dari keadaan terpuruk yang dirasakan, selain itu kepercayaan subjek kepada bantuan yang diberikan tuhan juga turut menambah rasa percaya dan semangat dalam diri subjek sehingga subjek dapat terus optimis dan berani dalam menghadapi permasalahan tersebut.

Sementara hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti bersama subjek FA, subjek menjelaskan sebagai berikut.

“kalo faktor yang membantu saya kuat itu yang utama pasti dari dalam diri saya sendiri dan dari bantuan tuhan, saya memang keras tapi untuk menghadapi hal yang seperti itu saya juga butuh bantuan dan tangan yang mambantu saya berdiri mbak, orang tua saya jauh dari saya, saya tidak mau membebani nenek dengan kejadian yang saya alami, jadi hanya tuhan kan yang bisa menopang tubuh saya, tapi setelah saya bertemu psikolog itu jadi ada juga peran eksternal untuk saya meskipun sedikit tapi cukup membangkitkan lagi motivasi saya dan disini saya sekarang dengan bisnis yang membantu distraksi pikiran saya.”¹³⁹

¹³⁸ AS, diwawancara oleh peneliti, Jember, 24 Maret 2025.

¹³⁹ FA, diwawancara oleh peneliti, Jember, 02 April 2025.

Berbeda dengan subjek sebelumnya, subjek FA menjelaskan bahwa terdapat peran dukungan dari seorang profesional dalam proses resiliensi subjek. Subjek merasa bahwa faktor internal menjadi peran yang utama dan sangat penting untuk diri subjek karena tidak hadirnya peran orang tua, akan tetapi setelah subjek bertemu dengan profesional subjek merasa semangat dan kepercayaan yang ada didalam diri subjek semakin bertambah kuat dan mendorong subjek untuk mendapatkan jalan keluar yang positif dari permasalahan tersebut.

Dari hasil data wawancara yang diperoleh peneliti bersama masing-masing subjek, peneliti menemukan bahwa faktor yang berperan penting dalam proses resiliensi diri subjek adalah faktor internal. Salah satu subjek menilai bahwa keberadaan faktor internal menjadi penting karena dukungan dalam diri dan kepercayaan serta sikap optimis dapat membantu individu untuk terus kuat dan keluar dari masalah yang dihadapi, akan tetapi tidak menutup kemungkinan bahwa kehadiran faktor eksternal juga membantu menghadirkan kembali semangat kepada diri subjek yang merupakan perempuan korban pelecehan seksual. Subjek menyatakan bahwa faktor internal menjadi peran penting karena rasa takut terhadap penilaian lingkungan. Seringkali korban pelecehan seksual mendapatkan hukuman moral dari lingkungan sekitarnya sehingga perempuan yang menjadi korban selanjutnya akan cenderung merasa takut akan

diperlakukan sama dengan korban sebelumnya, selain itu pandangan masyarakat yang buruk juga seringkali membuat korban kehilangan rasa ingin terbuka dan membutuhkan dukungan sosial meskipun peristiwa yang dihadapi saat itu merupakan peristiwa yang sangat mengguncang mental korban.

c. Gambaran level resiliensi pada perempuan korban pelecehan seksual

O'Leary dan Ickvoies menjelaskan bahwa level resiliensi merupakan tahapan-tahapan yang akan dihadapi individu ketika individu tersebut berada dalam suatu permasalahan. Menurut teori ini, level resiliensi terbagi menjadi empat, yaitu level ketika individu mengalah, level bertahan, level pemulihan, dan yang terakhir level berkembang atau keluar dari keterpurukan.

Hasil wawancara yang dilakukan peneliti bersama subjek PN, subjek menjelaskan sebagai berikut.

“bertahap mbak dan membutuhkan waktu yang sangat lama untuk setiap levelnya, pas hari dimana saya dapat perlakuan itu saya masih ada di keadaan ga percaya sama apa yang baru saja saya alami, 3 hari kemudian baru saya sadar dan mulai terpuruk, lama saya simpan masalah saya sendiri sampai akhirnya ada satu momen saya ga tahan dan memutuskan buat cerita sama ibu saya tapi ternyata beliau ga percaya kan sama apa yang saya ceritakan, di posisi itu saya sudah sangat hancur, saya merasa kalau saya ga akan bertahan dan terus kuat, saya merasa bahwa saya akan kalah sama keadaan saya karena saking capeknya saya ketika itu, Cuma balik lagi semakin saya putus asa semakin baik tuhan sama saya dan terus buat saya kuat, tapi tanpa bantuan dan support apa yang bisa saya lakukan selain bertahan, dari situ saya coba kuatkan diri saya lagi, saya coba untuk belajar percaya bahwa saya akan baik-baik saja dan mencoba mulai kembali ke

aktifitas saya, sampai akhirnya saya memutuskan untuk kos saja dan keluar dari lingkungan rumah saya ya tujuannya biar tidak terus bertemu sama pelaku dan menyembuhkan luka saya sendiri, setelah saya di kos saya punya lingkungan baru, saya coba adaptasi dan mendorong jauh ingatan saya tentang kejadian itu dan berusaha untuk sembuh keluar dari baying-bayang kejadian itu, kira-kira 1 tahun lebih saya merasakan fase pemulihan dan berdamai dengan diri saya sendiri waktu itu, sekarang saya sudah cukup pulih dan membaik mbak, saya sudah cukup bisa berkembang lebih banyak lagi untuk masa depan saya.”¹⁴⁰

Hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti bersama subjek PN menjelaskan bahwa subjek melewati seluruh level resiliensi dengan cukup baik dan tanpa dukungan sosial dari lingkungan sekitar subjek.

Selanjutnya dari hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti bersama subjek AS, subjek menjelaskan sebagai berikut.

“tentu saya sudah lewati semua levelnya mbak, apalagid di level bertahan itu cukup lama saya rasakan, mungkin memang pas awal-awal saya merasa sangat terluka tapi saya berusaha untuk tetap bertahan dan tidak merasa putus asa, saya ini anak tunggal mbak bertahan untuk masa depan keluarga saya sudah menjadi tanggung jawab saya, saat saya sudah bertahan dan mulai untuk sembuh saat itu saya terjebak lagi oleh pelaku dan kembali lagi ke level terpuruk saya, entah apa sebabnya waktu itu saya sempat melanjutkan hubungan lagi dengan pelaku dan lagi pelaku malah membuat luka baru sampai saya yang saat itu sudah hampir pulih harus kembali terpuruk dan bertahan, sempat saya berpikir apakah akan ada waktu saya harus menyerah dengan permasalahan saya ini, tapi saya yakin kalau saya menyerah pasti saya juga yang akan menyesal jadi saya putuskan untuk bertahan sekali lagi dan menjauh dari pelaku agar saya bisa pulih dengan cepat, sampai saya akhirnya terlepas dari pelaku dan berusaha mencari kebahagiaan saya sendiri, saya suka pergi jalan sendiri, saya belanja kebutuhan saya sendiri di titik itu saya sadar kalau diri saya sudah mulai pulih dan berdamai dengan keadaan sebelumnya, sekarang ya seperti inilah saya mbak,

¹⁴⁰ PN, diwawancara oleh peneliti, Jember, 07 Maret 2025.

mencari kesibukan di berbagai organisasi dan pekerjaan untuk membuat diri saya terus berkembang jadi saya tidak terkurung terus-terusan di kehancuran saya sebelumnya.”¹⁴¹

Subjek AS menjelaskan bahwa tidak mudah untuk melewati setiap level resiliensi dengan baik dan stabil. Subjek merasa banyak sekali hal yang harus dipertaruhkan dan diputuskan untuk mencapai level berkembang dari resiliensi itu sendiri. Mulai dari proses yang sudah hampir sampai pada level pulih dan kemudian harus kembali lagi untuk berjuang pada level bertahan hingga saat ini subjek berhasil sampai pada level berkembang yang merupakan level terakhir dari proses resiliensi.

Hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti bersama subjek FA, subjek menjelaskan hal yang sama dengan subjek sebelumnya.

“kalau untuk sekarang saya sudah ada di tahap pulih sih mbak dan masih berusaha terus berkembang, karena mau dibilang saya sudah berkembang pesat juga masih belum mungkin karena sampai sekarang saya masih membenci pelaku ya, saya bukan ma uterus terjebak dan tidak mau berdamai tapi rasa benci saya ini yang membuat proses saya naik turun, Alhamdulillah dikeadaan saya yang sekarang tahap yang masih terus berputar ya fase bertahan dan pulih, malah waktu saya ada di fase mengalah itu mbak saya sampai menyakiti diri saya sendiri pake silet, kadang juga saya kabur dari rumah dan berpikir untuk bunuh diri juga, hal itu juga kan yang kemudian mendorong saya untuk bertemu psikolog, saya tadi sempet bilang kalau saya ini optimis dengan diri saya sendiri, tapi ada satu masa ketika saya sudah berada dalam batasan saya ya rasanya saya pengen nyerah aja gitu sama hidup saya, karena untuk apa hidup untuk terpuruk kan mbak, tapi itu dulu sekarang sudah ga pernah saya.”¹⁴²

¹⁴¹ AS, diwawancara oleh peneliti, Jember, 24 Maret 2025.

¹⁴² FA, diwawancara oleh peneliti, Jember, 02 April 2025.

Berbeda dengan subjek sebelumnya, subjek FA masih berada pada level pulih dalam resiliensi. Hal ini disebabkan oleh rasa benci yang masih disimpan oleh subjek kepada pelaku yang melecehkan subjek ketika itu sehingga subjek belum bisa mencapai level berkembang seperti subjek sebelumnya.

Berdasarkan hasil data wawancara bersama masing-masing subjek, peneliti menemukan bahwa ketiga subjek telah berhasil mencapai level pemulihan dalam proses resiliensi, dimana pada level ini subjek dapat kembali pada keadaan emosional dan psikologis yang dimiliki oleh subjek sebelum mendapatkan pelecehan seksual. Akan tetapi dalam level berkembang, salah satu subjek yaitu subjek FA belum bisa mencapai level tersebut dengan baik karena kurangnya proses penerimaan yang dimiliki subjek dan rasa benci yang dimiliki terhadap pelaku pelecehan seksual.

C. Pembahasan Temuan

Berdasarkan penyajian data yang telah dianalisis sebelumnya, selanjutnya peneliti akan membahas keseluruhan dari temuan penelitian dengan teori-teori penting yang berkaitan dengan subjek. Dalam hal ini, pembahasan temuan merupakan tahapan dimana data yang telah dikumpulkan dan dianalisis kemudian dilakukan interpretasi. Pada penelitian kualitatif, temuan yang diperoleh peneliti bersumber dari data wawancara bersama subjek penelitian, observasi, dan analisis dokumen, atau melalui pengumpulan data non-numerik lainnya. Pembahasan temuan hendaknya

disesuaikan dengan fokus penelitian ini dengan judul analisis resiliensi pada perempuan korban pelecehan seksual. Berikut peneliti lampirkan hasil temuan selama melakukan penelitian di lapangan.

1. Gambaran Pelecehan Seksual Pada Perempuan Korban Pelecehan Seksual

Berdasarkan temuan penelitian pada masing-masing subjek mampu menceritakan dan menyebutkan secara rinci bentuk pelecehan seksual yang diterima. Dalam hal ini terdapat beberapa perbedaan bentuk pelecehan seksual antara subjek satu dengan subjek lainnya. Diantaranya terdapat salah satu subjek yang menyebutkan bahwa dari tiga jenis pelecehan seksual subjek mendapatkan dua jenis perlakuan saja yaitu pelecehan seksual secara verbal yaitu dengan pernyataan seksualitas terhadap bentuk tubuh subjek dan memberikan pandangan secara intens terhadap setiap inci dari tubuh subjek serta memberikan sentuhan fisik pada beberapa bagian tubuh subjek dengan tujuan mengajak subjek melakukan beberapa aktivitas seksual, subjek lainnya menyebutkan bahwa perlakuan yang diterimanya berupa komentar seksual terhadap bentuk tubuh subjek dan mencium bibir subjek dengan sengaja, dan subjek terakhir menyatakan bahwa pelecehan seksual yang diterima berupa perhatian intens terhadap bentuk tubuh korban dan siulan menggoda yang diberikan oleh pelaku serta sentuhan seksualitas.

Bentuk-bentuk pelecehan seksual yang diterima subjek menurut Kusuma merupakan keseluruhan perilaku dari masing-masing jenis pelecehan seksual yaitu secara verbal, non-verbal, dan secara fisik.

Terjadinya pelecehan seksual terhadap masing-masing subjek menurut Annisa dan Hendro terjadi akibat dua faktor, faktor biologis dan faktor sosial budaya yang ada dalam diri pelaku pelecehan seksual.

Pelecehan seksual yang terjadi pada masing-masing subjek memberikan dampak yang cukup berat dan berbeda, hal ini dapat diketahui melalui hasil wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti bersama masing-masing subjek. Menurut Karlina dan Prabowo terdapat tiga dampak yaitu dampak psikologis, dampak perilaku, dan dampak fisik. Dampak psikologis yang dijelaskan dan dirasakan oleh subjek antara lain terdapat subjek yang merasakan cemas secara berlebih, berkeringat dan tubuh bergetar ketika berada dekat dengan pelaku, subjek lainnya merasakan ketakutan dan selalu terbayang pada peristiwa buruk yang menimpa diri subjek. Selanjutnya, dampak perilaku yang dijelaskan dan dirasakan oleh subjek antara lain subjek mengalami penurunan nafsu makan dan perubahan pola tidur secara signifikan, dan dampak fisik yang dirasakan oleh subjek antara lain penurunan berat badan akibat hilangnya nafsu makan dan menderita penyakit asam lambung yang cukup parah.

2. Gambaran Resiliensi Pada Perempuan Korban Pelecehan Seksual

a. Gambaran aspek resiliensi pada perempuan korban pelecehan seksual

Berdasarkan temuan peneliti tentang gambaran aspek resiliensi pada perempuan korban pelecehan seksual didapatkan hasil sebagai berikut.

1) Regulasi Emosi

Melalui hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi yang dilakukan oleh peneliti, salah satu subjek menjelaskan kemampuan regulasi emosi yang cukup baik telah dimiliki. Kemampuan subjek dalam mengenali situasi dan bagaimana emosi yang dirasakan membantu subjek untuk menjadi individu yang tetap tenang dalam beberapa kondisi atau masalah tertentu. Sedangkan regulasi emosi yang dimiliki oleh dua subjek lainnya menunjukkan bahwa subjek belum cukup mampu untuk mengenali dan mengendalikan emosi yang dirasakan, sehingga kemampuan regulasi emosi yang dimiliki oleh kedua subjek ini belum cukup baik.

Penjelasan subjek tersebut selaras dengan temuan observasi yang telah dilakukan oleh peneliti, terutama pada subjek FA. Beberapa kali peneliti menemukan bahwa subjek FA bisa kehilangan kendali atas dirinya ketika subjek berada pada emosi yang tidak stabil. Keberadaan emosi subjek tersebut seringkali mengganggu aktifitas yang sedang dilakukan baik ketika subjek sedang menjalankan bisnisnya atau ketika subjek sedang berinteraksi dengan orang sekitarnya.

2) Pengendalian Impuls

Dari hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi yang dilakukan oleh peneliti bersama masing-masing subjek

menyatakan bahwa seluruh subjek sudah memiliki aspek pengendalian impuls yang cukup baik. Subjek mengungkapkan bahwa tidak semua hal yang subjek inginkan harus subjek dapatkan sehingga hal tersebut dapat menguntungkan subjek dalam menentukan suatu kebutuhan dan keinginan, subjek juga mengungkapkan bahwa kemampuan pengendalian impuls membantunya dalam pengambilan keputusan yang tepat.

3) *Optimisme*

Dari hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi yang dilakukan oleh peneliti bersama masing-masing subjek. Salah satu subjek menyatakan bahwa sikap optimis yang dimiliki tidak selalu dalam kondisi yang stabil dan cenderung memiliki ketakutan negatif terhadap masa depan yang akan dihadapinya. Selain itu subjek lainnya menyatakan bahwa sikap optimis akan selalu diperlukan dalam mencapai masa depan yang diharapkan, sikap optimis membantu subjek untuk menanamkan pemikiran positif sehingga subjek memiliki kepercayaan akan adanya kebahagiaan setelah berhasil melewati suatu permasalahan.

Pernyataan subjek tersebut selaras dengan temuan observasi yang telah dilakukan oleh peneliti. Pada subjek AS, beberapa kali peneliti mendapati subjek berbicara dihadapan orang tuanya tentang masa depan yang ingin dicapai dengan sangat percaya diri. Hal ini peneliti tangkap melalui gesture tubuh subjek

yang penuh dengan keyakinan dan sikap optimisme akan masa depan yang baik tersebut.

4) *Self-Efficacy*

Dari hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi yang dilakukan oleh peneliti bersama masing-masing subjek. Seluruh subjek menyatakan bahwa kepercayaan terhadap kemampuan yang telah dimilikinya berkembang dengan faktor dan tuntutan masing-masing, dalam hal ini ketika tugas yang subjek terima tidak sesuai dengan kemampuannya maka subjek tidak serta merta menyerah akan tetapi subjek akan terus belajar untuk menyelesaikan tugas tersebut. Seperti subjek FA yang dituntut untuk percaya terhadap kemampuan yang dimilikinya untuk keberhasilan sebuah bisnis yang sedang dijalani.

5) *Casual Analysis*

Dari hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi yang dilakukan oleh peneliti bersama masing-masing subjek, seluruh subjek menyatakan telah mampu melakukan analisis terhadap suatu permasalahan yang sedang dihadapi, menurut subjek kemampuan ini sangat penting dimiliki untuk tetap menjaga hubungan interpersonal dan memungkinkan subjek untuk melakukan refleksi diri sehingga subjek tidak mudah menyalahkan orang lain setiap mendapatkan suatu masalah.

6) Empati

Dari hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi yang dilakukan oleh peneliti bersama masing-masing subjek, keberadaan empati yang cukup baik dalam diri subjek menjadikannya seorang individu yang lebih peka dan memahami kondisi dari suatu peristiwa atau orang lain dalam lingkungannya, seperti halnya yang diungkapkan oleh salah satu subjek bahwa dengan empati subjek dengan mudah mengerti apa yang orang lain rasakan dengan cara memposisikan dirinya dalam sebuah kesulitan yang sama dengan orang tersebut.

Berlawanan dengan hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti kepada salah satu subjek, bahwa subjek seperti kurang yakin dengan keberadaan aspek empati dalam dirinya. Saat proses wawancara berlangsung, subjek menyampaikan jawaban yang tidak sesuai dengan maksud pertanyaan peneliti. Selanjutnya, peneliti menyampaikan pertanyaan yang sama dengan tujuan memberikan pemahaman yang lebih dalam kepada subjek, akan tetapi subjek tetap mengulang jawaban yang sama. Berdasarkan hal tersebut peneliti menduga adanya upaya perlindungan diri yang dilakukan subjek untuk menutupi keberadaan perasaan yang tidak ingin subjek tunjukkan. Dugaan ini berdasar pada pernyataan Freud yang menyebutkan bahwa upaya perlindungan diri atau *self defense mechanism* merupakan sebuah upaya pertahanan

perlindungan diri yang seringkali dilakukan oleh individu untuk mencegah munculnya sebuah kecemasan akibat dari tekanan superego atau ego.¹⁴³

7) *Reaching Out*

Dari hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi yang dilakukan oleh peneliti bersama masing-masing subjek, dalam menghadapi permasalahan yang sedang dihadapi subjek mengalami kesulitan untuk melakukan *reaching out* dikarenakan pengalaman dan penolakan yang pernah dialaminya, subjek menyatakan bahwa ketakutan tersebut membuat subjek lebih nyaman menyimpan dan memikirkan jalan keluar untuk setiap permasalahannya sendiri, akan tetapi salah satu subjek menyatakan bahwa keberanian untuk meminta bantuan dan membuka diri pada orang terdekat justru akan membantu subjek membangkitkan kembali semangat yang sempat hilang dalam diri subjek.

Dari hasil wawancara yang dilakukan peneliti bersama seluruh subjek menunjukkan bahwa dirinya telah memiliki hampir dari seluruh aspek yang dibutuhkan individu untuk membentuk sebuah resiliensi dalam dirinya dengan faktor dan tuntutan yang berbeda-beda, sehingga dari aspek-aspek tersebut subjek mampu

¹⁴³ Bertens, K. (2006). *Psikoanalisis Sigmund Freud*. Gramedia Pustaka Utama.

berdamai dengan peristiwa pelecehan seksual yang telah dialami sebelumnya dan menerima kembali dirinya secara positif.

Hasil temuan yang didapatkan peneliti sejalan dengan pernyataan Reivich and Shatte yang menyebutkan bahwa setidaknya ada tujuh aspek yang diperlukan individu untuk membentuk suatu resiliensi yang baik dan akan membantu individu berkembang pesat setelah melalui sebuah tekanan atau permasalahan¹⁴⁴.

b. Gambaran faktor yang mempengaruhi resiliensi pada perempuan korban pelecehan seksual

Dari hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi yang dilakukan oleh peneliti bersama masing-masing subjek, salah satu subjek mengungkapkan bahwa dalam proses resiliensi pasca mengalami pelecehan seksual subjek mendapatkan kekuatan dari dalam dirinya sendiri, pemikiran positif serta tekanan yang diberikannya kepada pola pikirnya yang kemudian menghadirkan semangat dan kekuatan tersebut sehingga subjek mampu untuk bertahan setelah menjadi seorang korban pelecehan seksual, selain itu subjek lainnya mengungkapkan bahwa hubungannya sebagai makhluk dengan tuhan yang menciptakannya yang membantu perkembangan resiliensi dalam dirinya, subjek mengungkapkan tuhan tidak pernah membiarkannya berdiam diri dalam suatu kehancuran, pertolongan

¹⁴⁴Reivich, k. dan Shatter, A. *The resilience factor: 7 essential skills for overcoming life's inevitable obstacles*. (New York: broadway books.2002).

yang dihadirkan tuhan dan keimanan yang dimiliki subjek kepada tuhan akan selalu hadir disaat subjek merasakan resiliensi dalam dirinya mulai melemah dan mulai muncul keinginan untuk menyerah, dalam diri kedua subjek tersebut resiliensi terbentuk akibat dari keberadaan iman yang kuat dan pola pikir positif akan adanya jalan keluar dari permasalahan yang sedang dihadapi, peneliti tidak menemukan bentuk dukungan sosial dan motivasi yang diberikan kepada subjek. Sedangkan pada diri subjek terakhir, resiliensi yang berkembang kuat terbentuk dari adanya bantuan seorang profesional yang ditemuinya, subjek mengungkapkan bahwa motivasi dan dukungan yang diberikan oleh profesional tersebut memunculkan kembali semangat yang mulai redup akibat pelecehan yang diterimanya.

Dari hasil temuan peneliti sedikit berbeda dengan apa yang diungkapkan oleh Schoon yang menyebutkan bahwa faktor protektif terdiri dari tiga aspek yaitu aspek individu, keluarga, dan aspek komunitas, dimana ketiga aspek ini saling berhubungan dan nantinya akan menjadi penyeimbang dari keberadaan faktor resiko yang ada dalam proses resiliensi. Faktor protektif dan faktor resiko berhubungan dengan erat dan keberadaan faktor protektif akan mengurangi atau meringankan tingkat stress yang dirasakan oleh individu seperti contoh dukungan yang diberikan oleh orang tua yang dapat membantu anak mengurangi hubungan interpersonal yang

kurang baik¹⁴⁵. Sedangkan hasil temuan peneliti dilapangan menunjukkan bahwa faktor protektif yang hadir pada subjek penelitian hanya berasal dari aspek individu saja sehingga penurunan tingkat stress dan pencegahan dari hadirnya faktor resiko berjalan kurang stabil dan memakan waktu yang lebih lama.

c. Gambaran level resiliensi pada perempuan korban pelecehan seksual

Dari hasil observasi, wawancara, dan dokumentasi yang dilakukan oleh peneliti bersama masing-masing subjek, seluruh subjek menyatakan bahwa subjek melewati setiap level resiliensi satu persatu dengan cukup baik, mulanya subjek merasa ingin menyerah ketika berada pada level mengalah dikarenakan subjek putus asa dalam menghadapi permasalahannya sendiri tanpa bantuan dan dukungan sosial dari lingkungannya, akan tetapi kemudian subjek berhasil melewati level tersebut dan mencapai level bertahan dan pulih, pada level ini subjek cenderung berpasrah dan terus menguatkan dirinya serta mencari jalan keluar terbaik dengan melakukan banyak kegiatan positif sebagai pengalihan pikiran dari permasalahannya, pada level ini subjek membutuhkan waktu yang cukup lama karena rasa lelah yang subjek rasakan terkadang mendominasi dan memunculkan kembali pemikiran negatif dalam diri subjek sampai dimana subjek mampu untuk berdamai dan menerima segala sesuatu yang telah terjadi.

¹⁴⁵ Schoon, I. (2006). *Risk and resilience: Adaptation in changing times*. Cambridge University Press. Hlm. 14

Setelah berhasil melewati tiga level sebelumnya, subjek kini berada pada level berkembang pesat sehingga saat ini subjek sedang fokus kepada pengembangan diri, pendidikan, dan masa depan yang ingin dicapainya, akan tetapi salah satu subjek yaitu subjek FA belum berhasil mencapai level berkembang, hal ini diungkapkannya karena rasa benci kepada pelaku yang melecehkannya masih tertanam kuat sehingga seringkali subjek mengalami penurunan level resiliensi.

Berdasarkan hasil temuan peneliti sesuai dengan yang dikemukakan oleh O'Leary dan Ickovics yang menyebutkan bahwa setidaknya terdapat empat level resiliensi yang ada saat individu menghadapi situasi yang sulit, yaitu level mengalah, level bertahan, level pemulihan, dan level berkembang pesat.¹⁴⁶



¹⁴⁶ Coulson,R. (2006). *Resilience and Self-Talk in University Student*. Hlm. 5

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan temuan penelitian dan hasil pembahasan didapatkan kesimpulan bahwa pelecehan seksual yang diterima oleh masing-masing subjek memiliki bentuk yang berbeda-beda, mulai dari bentuk verbal, non verbal, hingga fisik. Masing-masing subjek menjelaskan bahwa pelecehan seksual berhasil memberikan dampak besar dan perubahan yang signifikan kepada kehidupan subjek. Tidak hanya dampak psikis berupa stress dan ketakutan berlebih, dampak perilaku dan fisik juga dirasakan sehingga subjek mengalami sakit akibat dari menurunnya nafsu makan.

Hasil penelitian ini menegaskan bahwa resiliensi memiliki peran yang sangat penting dalam proses pemulihan perempuan yang menjadi korban pelecehan seksual. Faktor-faktor dari dalam diri, seperti keyakinan spiritual, dan dorongan untuk bangkit, memberikan kontribusi besar dalam membantu korban mengatasi dampak trauma yang mereka alami. Melalui proses resiliensi, korban mampu menerima kondisi diri, membangun kembali rasa percaya diri, serta melanjutkan hidup dengan sikap yang lebih optimis. Secara menyeluruh, resiliensi terbukti menjadi kekuatan utama yang memungkinkan para korban untuk bertahan, pulih, dan tumbuh setelah mengalami pengalaman traumatis. Temuan ini menekankan pentingnya penguatan aspek internal sebagai upaya untuk membantu korban melewati masa sulit dan membangun kehidupan yang lebih baik ke depannya.

B. Saran

1. Bagi Masyarakat Luas

Masyarakat diharapkan semakin meningkatkan kepedulian dan empati terhadap korban pelecehan seksual. Penting untuk menghilangkan stigma negatif dan tidak menyalahkan korban atas kejadian yang menimpanya. Edukasi mengenai pelecehan seksual serta pentingnya resiliensi harus terus digalakkan, baik melalui media sosial, seminar, maupun diskusi di lingkungan masyarakat. Dengan demikian, tercipta lingkungan yang lebih aman, suportif, dan ramah bagi korban untuk pulih dan bangkit kembali.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat memperluas cakupan penelitian, baik dari segi jumlah subjek maupun variasi latar belakang korban. Penelitian lanjutan juga dapat mengkaji faktor-faktor lain yang mempengaruhi resiliensi secara lebih luas, seperti dukungan keluarga dan intervensi psikologis yang efektif. Selain itu, pengembangan instrumen penelitian yang lebih lengkap dan menyeluruh akan sangat membantu dalam memberikan gambaran yang lebih mendalam mengenai resiliensi korban pelecehan seksual.

3. Bagi Korban Pelecehan Seksual

Bagi para korban pelecehan seksual, penting untuk menyadari bahwa kejadian yang dialami bukanlah kesalahan Anda. Jangan ragu untuk mencari bantuan, baik dari keluarga, teman, maupun profesional seperti

psikolog atau konselor. Menguatkan diri dan membangun resiliensi sangat penting agar dapat pulih dan menjalani kehidupan dengan lebih baik. Ingatlah bahwa Anda berhak mendapatkan perlindungan, keadilan, dan dukungan dari lingkungan sekitar.



DAFTAR PUSTAKA

- Afriliyani, A., & Istiningtyas, L. (2023). Resiliensi pada Remaja Putri Pelapor Korban Kekerasan Seksual di Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Provinsi Sumatera Selatan. *In Proceeding Conference on Genuine Psychology, Vol. 3, pp*, 184-191.
- Ahyun, F. Q., Solehati, & Prasetya, B. (2022). Faktor Penyebab Terjadinya Pelecehan Seksual serta Dampak Psikologis yang Dialami Korban. *AL-ATHFAL: Jurnal Pendidikan Anak Volume 3 Nomor 2*, 92-97.
- Badriana, R., & Handoyo, S. (2020). Dinamika Psikologis Pemimpin Laki-laki Menangani Pelecehan Seksual di Tempat Kerja. *INSAN Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental, Vol. 5 (2)*, 125-133.
- Colier, R. (1998). Pelecehan Seksual Hubungan Dominasi Masyarakat dan Minoritas. *Yogyakarta: PT. Tiara Yogya*.
- Desmita. (2009). Mengembangkan Resiliensi Remaja dalam Upaya Mengatasi Stres Sekolah. *Ta'dib, Vol. 12, No. 1*, 1-10.
- Esakkiraj, P., Prabakaran, G., Maruthiah, T., Immanuel, G., & Palavesam, A. (2016). Purification and characterization of halophilic alkaline lipase from *Halobacillus* sp. *Proceedings of the National Academy of Sciences, India Section B: Biological Sciences*, 86, 309-314.
- Hendriani, W. (2018). *Resiliensi psikologis: sebuah pengantar*. Kencana.
- Inayah, R., & Palila, S. (2022). Resilience Process of a Victim Sexual Violence in Women: Transformation from Victim to Activist. *Humanitas: Indonesian Psychological Journal, Vol. 19 (1)*, 1-12.
- Jenkins, L. N., McNeal, T., Eftaxas, D., Howell, J., & Qiwan. (2022). Childhood Trauma and College Sexual Harassment: Coping and Resilience as Moderators. *Journal of Child & Adolescent Trauma* , 461-469.
- Karlina, A., & Prabowo, H. (2014). Pelecehan seksual di angkutan krl ekonomi dari perspektif pelaku. In *The 17th FSTPT International Symposium, August* (pp. 22-24).
- Kase, A. D., Sukiatni, D. S., & Kusumandari, R. (2023). Resiliensi Remaja Korban Kekerasan Seksual di Kabupaten Timor Tengah Selatan: Analisis Model Miles dan Huberman. *INNER: Journal of Psychological research*, 3 (2), 301-311.
- Kumaradewi, A. P., & Winta, M. V. (n.d.). Resiliensi pada Korban Pelecehan Seksual. *Fakultas Psikologi, Universitas Semarang*.
- Kurnianingsih, S. (2003). Pelecehan seksual terhadap perempuan di tempat kerja. *Buletin Psikologi, 11(2)*.

- Masten, A. S., & Reed, M. G. J. (2002). Resilience in development. *Handbook of positive psychology*, 74, 88.
- Mawarpury, M., & Mirza, M. (2017). Resiliensi dalam keluarga: perspektif psikologi. *Psikoislamedia: Jurnal Psikologi*, 2(1), 96-106.
- Mulyanto, Jamin, M., Purwadi, H., & dkk. (2022). Penguatan Resiliensi Diri bagi Korban Pelecehan Seksual di Sekolah. *Unri Conference Series: Community Engagement, Volume 4*, 318-323.
- Nashori, F., & Saputro, I. (2021). *Psikologi resiliensi*. Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia.
- Rabathy, Q., & Komala, E. (2018). Pelecehan Seksual di Ruang Publik. *ARTCOMM - Jurnal Komunikasi dan Desain Volume 01 No. 02*, 56-65.
- Rahmawati, A. (2023). Resiliensi Santri Korban Sexual harassment oleh Pengasuh Pesantren: (Analisis Dampak Psikologis Perempuan dalam Bingkai Pesantren dan Stereotype Patriarki). *Aflah Consilia: Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 1 (2), 64-67.
- Reivich, K., & Shatté, A. (2002). *The resilience factor: 7 essential skills for overcoming life's inevitable obstacles*. Broadway books.
- Soehardiman, M. K., Scarvanovi, B. W., & Agustina, L. S. (2024). Studi Fenomenologi Resiliensi pada Perempuan Korban Kekerasan Seksual. *Jurnal Ilmiah Psikologi Candradiwa, Vol. 9, No. 1*, 28-43.
- Sugiyono. (2007). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: CV ALFABETA.
- Trwijati, N. E. (2019). Pelecehan Seksual: Tinjauan Psikologis, fakultas psikologi Universitas Surabaya. *Savy Amira Women's Crisis Center*.
- Tsaniyah, D. R., Rini, A. P., & Saragih, S. (2023). Resiliensi pada Korban Sexual Harassment: Menguji Peranan Kebahagiaan dan Self-Awareness. *INNER: Journal of Psychological Research, Volume 3, No. 1*, 128-137.
- Wahyudi, N. N., Rini, A. P., Rina, A. P., & dkk. (2023). Psychological Well-being Korban Pelecehan Seksual: Menguji Peranan Resiliensi dan Dukungan Sosial. *INNER: Journal of Psychological Research, Volume 3, No. 2*, 321-322.



LAMPIRAN

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R

**SURAT PERNYATAAN KEASLIAN
TULISAN**

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Rizqiana Adhe Firdaus

NIM : 212103050002

Program Studi : Psikologi Islam

Fakultas : Dakwah

Institut : Universitas Islam Negeri Kiai Haji Achmad Siddiq Jember

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa dalam hasil penelitian ini tidak terdapat unsur-unsur penjiplakan karya penelitian atau karya ilmiah yang pernah dilakukan atau dibuat orang lain, kecuali secara tertulis dikutip dalam naskah ini dan disebutkan dalam sumber kutipan dan daftar Pustaka.

Apabila dikemudian hari ternyata hasil penelitian ini terbukti terdapat unsur-unsur penjiplakan dan ada klaim dari pihak lain, maka saya bersedia untuk diproses sesuai perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya dan tanpa paksaan dari siapapun.

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
JEMBER

Jember, 20 Mei 2025

Saya yang menyatakan

A handwritten signature in black ink is written over a red 10,000 Rupiah stamp. The stamp features a Garuda emblem and the text '10000', 'METERAI TEMPEL', and the serial number '18330AMX240689317'.

Rizqiana Adhe Firdaus
NIM. 212103050002



INFORMED CONSENT

Program Studi Psikologi Islam
Fakultas Dakwah

Universitas Islam Negeri KH. Achmad Siddiq Jember

Jl. Mataram No. 1, Jember Telp. 0331-487550 Fax 0331-427005, Kode Pos: 68136

Website: <https://fdakwah.uinkhas.ac.id>

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Alisa S...
Alamat : Jl. Fatahillah 3 No. 221
Usia : 22
Jenis Kelamin : Pemuaan

Menyatakan kesediaan untuk berpartisipasi dalam kegiatan wawancara yang dilaksanakan oleh mahasiswa program studi Psikologi Islam, guna menyelesaikan tugas akhir perkuliahan, tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Saya memberikan izin kepada Sdr/ Sdri, **RIZQIANA ADHE** untuk menggunakan data hasil wawancara guna mendukung proses perkuliahan mahasiswa yang bersangkutan.

Apabila suatu saat dianggap perlu, atas pertimbangan apapun, saya dapat membatalkan/menarik kesediaan dan seluruh informasi/data yang telah saya berikan.



Jember2025

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R



INFORMED CONSENT

Program Studi Psikologi Islam
Fakultas Dakwah

Universitas Islam Negeri KH. Achmad Siddiq Jember

Jl. Mataram No. 1, Jember Telp. 0331-487550 Fax 0331-427005, Kode Pos: 68136
Website: <https://fdakwah.uinkhas.ac.id>

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : *PN*
Alamat : *Wulukan, Jember*
Usia : *21 tahun*
Jenis Kelamin : *Perempuan*

Menyatakan kesediaan untuk berpartisipasi dalam kegiatan wawancara yang dilaksanakan oleh mahasiswa program studi Psikologi Islam, guna menyelesaikan tugas akhir perkuliahan, tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Saya memberikan izin kepada Sdr/ Sdri, RIZQIANA ADHE untuk menggunakan data hasil wawancara guna mendukung proses perkuliahan mahasiswa yang bersangkutan.

Apabila suatu saat dianggap perlu, atas pertimbangan apapun, saya dapat membatalkan/menarik kesediaan dan seluruh informasi/data yang telah saya berikan.



Jember, 05 Maret2025

PN

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R



INFORMED CONSENT

Program Studi Psikologi Islam
Fakultas Dakwah

Universitas Islam Negeri KH. Achmad Siddiq Jember

Jl. Mataram No. 1, Jember Telp. 0331-487550 Fax 0331-427005, Kode Pos: 68136

Website: <https://fdakwah.uinkhas.ac.id>

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : F.A
Alamat : Patrang, Jember
Usia : 23 tahun
Jenis Kelamin : Perempuan

Menyatakan kesediaan untuk berpartisipasi dalam kegiatan wawancara yang dilaksanakan oleh mahasiswa program studi Psikologi Islam, guna menyelesaikan tugas akhir perkuliahan, tanpa ada paksaan dari pihak manapun.

Saya memberikan izin kepada Sdr/ Sdri, RIZQIANA ADHE untuk menggunakan data hasil wawancara guna mendukung proses perkuliahan mahasiswa yang bersangkutan.

Apabila suatu saat dianggap perlu, atas pertimbangan apapun, saya dapat membatalkan/menarik kesediaan dan seluruh informasi/data yang telah saya berikan.

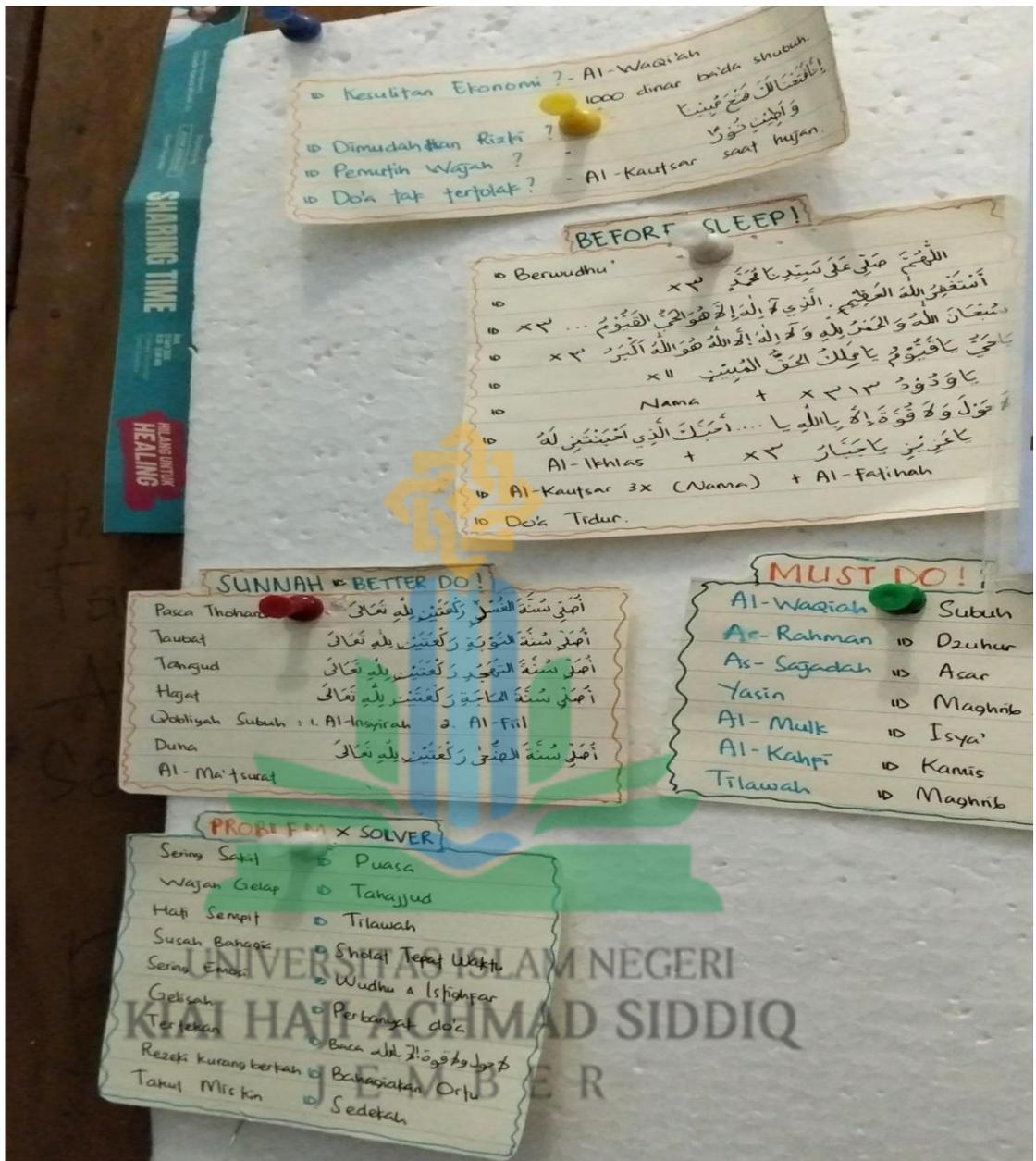
02 April 2025

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
KIAI HAJI ACHMAD SIDDIQ
J E M B E R
(..... F A)

DOKUMENTASI



SERTIFIKAT AS DALAM SALAH SATU ORGANISASI
KETIKA SUDAH MENCAPAI SEBUAH RESILIENS



BACAAN YANG RUTIN DIBACA AS UNTUK MENCAPAI SEBUAH RESILIENS

KALIMAT VERBATIM

SUBJEK PN

Peneliti “halo mbak selamat pagi, sebelumnya perkenalkan saya Rizqiana Adhe Firdaus selaku mahasiswa semester VIII UIN Khas Jember. Disini saya izin untuk melakukan sesi wawancara untuk kebutuhan data penelitian saya, sebelumnya saya sudah menghubungi njenengan melalui WA nggeh mbak.”

Subjek “iya mbak, saya bersedia untuk menjadi subjek penelitian mbaknya”

Peneliti “baik mbak, kita mulai ya mbak, nanti kalau mbaknya merasa kurang nyaman sampaikan saja”

Subjek “monggo mbak”

Peneliti “sebelumnya saya sudah menjelaskan sedikit terkait judul penelitian saya mengenai Resiliensi Pada Perempuan Korban Pelecehan Seksual, seperti yang mbak ketahui pelecehan seksual itu sangat luas dan beragam jenisnya mulai dari verbal, non verbal, maupun fisik. Pertama bisa mbak ceritakan bagaimana bentuk pelecehan verbal yang pernah mbak terima dari pelaku yang melecehkan mbaknya?”

Subjek “saya dan pelaku masih keluarga mbak, jadi bisa dibilang kami cukup sering bertemu, pernah suatu ketika saya tegur perilaku beliau kepada saya dan jawaban beliau “makin cantik ya, badan nya makin bagus bikin adem mata jadi enak liatnya” jawabannya bikin saya risi dan selalu berusaha menghindar kalau kami sedang berada di suatu acara yang sama”

Peneliti “ohh jadi mbak dan pelaku ini memiliki hubungan keluarga ya mbak? jadi memang sering bertemu dan pelaku sempat melontarkan perkataan yang membuat mbaknya tidak nyaman karena menjurus ke bentuk badan, begitu ya mbak?”

Subjek “iyaa mbak, saya jadinya kan risi gitu mbak dibilang seperti itu apalagi sama laki-laki, pasti kurang nyaman banget”

Peneliti “baik mbak saya mengerti, kemudian untuk pelecehan secara non verbal, seperti apa yang pernah mbaknya terima?”

Subjek “Awalnya setiap kali saya bertemu dengan pelaku, dia cuma senyum dan nyapa seperti biasa saja sama saya tapi lama kelamaan tatapan beliau itu membuat saya tidak nyaman. Beberapa kali kalau kami bertemu saya pergokin beliau seperti meneliti setiap bagian tubuh saya dari atas sampai bawah dan tatapan nya itu bukan tatapan seperti

melihat sesuatu yang aneh, tapi tatapannya seperti menelanjangi saya. Pernah saya tegur perilaku beliau karena terus melihat saya seperti itu. Sejak saat itu saya selalu merasa was-was ketika harus menghadiri sebuah acara keluarga yang juga ada beliau didalamnya mbak.”

Peneliti “dari pelecehan verbal dan non verbal, apakah pelecehan tersebut masih berlanjut kepada pelecehan secara fisik mbak?”

Subjek “iya mbak dan jujur kejadian itu saya ingat sekali sampai sekarang”

Peneliti “boleh ceritakan?”

Subjek “pengalaman itu menjadi pengalaman yang sangat buruk untuk saya mbak, sebenarnya dari perlakuan-perlakuan sebelumnya yang sudah saya jelaskan itu saya sudah sangat menghindari untuk bertemu beliau, tapi waktu itu beliau ini tiba-tiba datang bertamu kerumah saya dan posisi saya hanya berdua dengan ibu saya dirumah. Waktu itu ibu saya sedang pergi ke sawah dan saya menemui beliau mengingat beliau juga masih keluarga saya tapi lagi-lagi saya mendapatkan tatapan yang sama dari beliau, bahkan yang kali ini lebih intens lagi. Saya coba bertanya ke beliau ada apa, jawaban beliau hanya tidak ada begitu, sampai akhirnya beliau berusaha memegang bagian tubuh saya dan berusaha lebih dekat dengan saya dan memaksa untuk mencium bibir saya mbak. Kejadian seperti itu tidak terjadi sekali mbak bahkan pernah disuatu waktu beliau berusaha mencium saya ketika saya sedang tertidur di kamar, untung saja ketika itu saya langsung terbangun dan berusaha menghindari dari beliau meskipun saat itu pun beliau masih terus memperhatikan saya sampai saya keluar dari kamar.”

Peneliti “pasti suasana ketika itu membuat mbak sangat ketakutan dan pastinya akan berdampak dalam kehidupan mbaknya baik secara psikis maupun fisik.”

Subjek “sangat mbak, saya trauma sekali sampai beberapa waktu itu saya tidak mau bertemu dengan orang lain, bahkan saya takut kalau liat laki-laki.”

Peneliti “mbak, bisa jelaskan lebih spesifik terkait dampak yang mbak rasakan?”

Subjek “banyak banget mbak dampaknya untuk saya, apalagi psikis saya kerasa banget perbedaannya. Setelah kejadian terakhir itu saya benar-benar kebayang terus sama setiap detail kejadiannya, bagaimana beliau itu memaksa saya dan menyentuh beberapa bagian tubuh saya semuanya saya ingat dengan jelas, sampai ada satu moment saya itu merasa sangat amat ketakutan ketika ada yang menyentuh saya dan

seketika langsung gemeteran sampe keringetan, saya juga jadi enggan berbaur mbak, kerjaan saya hanya mengurung diri dikamar dan merenung kenapa kejadian seperti itu bisa terjadi kepada saya, apalagi beliau ini sudah saya kenal sejak kecil dan masih keluarga dengan saya, saya benar-benar menghindar untuk bertemu beliau, jangankan untuk bertemu, berkomunikasi saja saya enggan mbak, saya blokir nomor teleponnya sampai beliau ini bertanya ke orang sekitar saya karena tidak pernah bisa menghubungi saya. Keadaan saya sangat kacau ketika itu mbak, rasanya tidak memiliki semangat untuk sekedar keluar dari kamar dan bertemu orang lain. Terus setelah mendapat perlakuan itu kan saya memang jadi sering dikamar yaa mbak, jarang sekali saya keluar itu, bisa dibilang cuma kalau mau ke kamar mandi saja saya keluar dari kamar, selebihnya saya akan dikamar lagi, jadi memang beberapa perilaku saya mulai berubah, terutama pola makan dan pola tidur. Saya susah makan dan tidur mbak, ga jarang juga saya suka mimpi kejadian itu, jadi saya lebih suka begadang sambil main handphone, kalau inget lagi ya saya nangis lagi, ntar melamun lagi, kata orang tua saya seperti mayat hidup ketika itu karena kantong mata saya hitam dan pucat juga. Akhirnya ya kesehatan saya juga ikut menurun, penurunan berat badan mbak karena pola makan saya jadi hancur juga kan, saya jadi kena asam lambung itu mbak, sempat saya dirawat karena asam lambung saya kambuh, malah ketika saya sakit itu pelaku sempat datang untuk jenguk saya, tapi saya gabisa kabur dan untungnya saya ditemani orang tua juga jadi tidak berdua sama pelaku. Itu ajasih mbak, bahkan sampai sekarang pun asam lambung saya masih suka kambuh, mengganggu ke produktifitas saya tentunya ya.”

Peneliti “masyaallah, pasti sulit sekali ya mbak menghadapi situasi seperti itu kan mbak”

Subjek “sangat sulit, apalagi saya menghadapi hal itu sendirian, saya ga berani cerita sama siapapun ketika itu mbak, saya takut gaada yang percaya sama saya, apalagi kan pelaku juga masih keluarga dengan saya jadi saya takut dikira bohong kalau saya ceritakan.”

Peneliti “lalu bagaimana mbak melewati peristiwa yang membuat mbak merasakan banyak dampak tersebut, terlebih dalam hal emosi?”

Subjek “kalau soal emosi dan perasaan, saya itu memang cukup perasa orangnya mbak, saya juga mudah terbawa suasana, mungkin ketika saya merasa emosi saya itu akan mengganggu suatu keadaan, saya akan menyimpannya sendiri, tapi kalau saya merasa sudah sangat kewalahan dengan berbagai macam emosi yang saya rasakan yaa saya akan cerita dan meluapkan emosi saya ke orang terdekat, apalagi kalau saya merasa capek dan butuh menangis, saya akan memilih untuk meluapkan dulu emosi saya itu sampai saya merasa lega, karena kan kadang emosi negatif itu suka berdampak sama aktifitas ataupun orang

sekitar yaa, jadi kayak ga baik aja kalau orang lain yang harus terdampak.”

Peneliti “baik saya mengerti mbak. kemudian dalam melewati peristiwa tersebut tentunya resiliens atau kekuatan dalam diri mbak sangat membantu. Sedikit saya jelaskan bahwa resiliensi itu terdiri dari beberapa aspek salah satunya regulasi emosi itu tadi, kemudian pengendalian impuls, optimisme, self-efficacy, casual analysis, empati dan juga reaching out. Bagaimana sih mbak gambaran dari masing-masing aspek yang mbak rasakan ada didalam diri mbak?”

Subjek “kalo untuk pengendalian impuls ya mbak sebenarnya dari kecil orang tua selalu ngajarin saya untuk melakukan atau mendapatkan sesuatu itu sesuai dengan kebutuhan saya, karena kata beliau sesuatu yang saya inginkan belum tentu saya butuhkan tapi sesuatu yang saya butuhkan meskipun bukan yang saya inginkan pasti akan berguna buat saya, jadi dari kecil saya memang sudah belajar untuk menekan keinginan saya terhadap sesuatu mau itu benda, makanan, atau bahkan keinginan seperti jalan-jalan dan liburan, tapi kalau sama tekanan saya memang lebih mudah merasa down kalau terlalu banyak ditekan, karena kan tekanan dari luar pasti akan berpengaruh ke diri saya mbak, jadi secara otomatis diri saya sendiripun akan memberikan tekanan yang sama dengan yang diberikan oleh lingkungan saya.”

Subjek “kemudian kalau soal optimisme dan self-efficacy, sebenarnya saya bukan tidak yakin dengan masa depan cemerlang yang mungkin saya dapatkan mbak, tapi kadang saya itu down sama keadaan saya sendiri bahkan bisa dibilang saya ini lebih sering overthinking sama masa depan saya, apalagi setelah saya mendapatkan perlakuan itu, saya makin bertanya-tanya akan bagaimana masa depan saya nanti, saya selalu merasa ketakutan gitu mbak, ya takut gagal, takut ngecewain, takut ga berhasil, semua hal saya takutkan, jadi ketakutan saya itu yang suka menghambat saya untuk berkembang, tapi saya juga selalu berusaha percaya kalau yang saya takutkan itu belum tentu terjadi mbak, ya kata orang tua kan tuhan ga mungkin kasih ujian tanpa jawaban. Jadi itu kadang saya yakin, kadang juga saya tidak yakin, naik turun mbak, karena kadang saat saya yakin dengan kemampuan yang saya miliki atau saya yakin sama diri saya sendiri sesuatu yang datang justru diluar kemampuan saya jadi terlaksana dengan kurang maksimal, tapi saya lebih sering percaya aja sama apa yang saya bisa sih mbak, apalagi kalau saya pengen sesuatu, misal saya pengen IPK saya memuaskan semester ini jadi ya saya belajar dengan kemampuan saya itu dan saya pasti tanamkan dalam diri saya itu bahwa saya bisa meski prosesnya memang sulit tapi saya yakin saya bisa.”

Subjek “untuk point selanjutnya tentang analisis yaa mbak, bagi saya menghadapi sebuah permasalahan pasti saya cari tau sebabnya apa

mbak, missal permasalahan dengan pelaku, saya selalu bertanya-tanya dan memikirkan kiranya apa yang saya lakukan atau apa yang sebenarnya menjadi penyebab pelaku berbuat seperti itu kepada saya, saya pasti menyalahkan pelaku atas kejadian yang menimpa saya itu, tapi tetap saya juga ingin tau penyebab dari perilaku itu kan mbak, saya pikirkan baik-baik mungkin saya pernah menyinggung pelaku sehingga pelaku marah dan melakukan hal seperti itu kepada saya, atau mungkin memang pelaku hanya tertarik saja kepada saya, setiap masalah yang saya hadapi saya selalu berusaha untuk menemukan penyebab dari permasalahan itu. Dan untuk reaching out sendiri bagi saya reaching out ini kemampuan yang sulit sekali saya rasakan kehadirannya mbak, dalam kasus saya pernah sekali saya berusaha memberanikan diri untuk mencari bantuan dan membuka diri untuk bercerita kepada ibu saya karena saya merasa sangat terbebani tapi setelah saya cerita ternyata saya dapat penolakan dan ibu saya justru tidak percaya dengan apa yang saya ceritakan karena menurutnya mana mungkin keluarga saya itu tega melakukan hal itu kepada saya, setelah itu saya selalu merasa takut untuk membuka diri lagi, bahkan sampai sekarang saya masih kesulitan untuk sekedar meminta bantuan kalau saya sedang dalam suatu masalah, yak arena itu tadi saya takut tidak dipercaya dan tidak dapat dukungan tapi malah dihakimi.”

Peneliti “untuk keberadaan aspek empati, bagaimana yang mbak rasakan dalam diri mbak?”

Subjek “dari kecil saya termasuk salah satu orang yang peka dan perasa seperti yang saya katakan sebelumnya, saya mudah sekali terbawa suasana dari suatu keadaan, missal saya lagi buka sosial media terus saya pasti kepikiran gimana kalau saya yang ada di posisi orang itu pasti sulit banget, jadi dari situ kadang saya suka mikir dulu sebelum mau nyalahin orang lain soal masalah yang imbasnya juga ke saya.”

Peneliti “kalau setelah mbak mendapatkan perilaku tersebut bagaimana mbak merasakan keberadaan empati tersebut?”

Subjek “yaa itu tadi mbak, saya memang peka sedari kecil jadi yaa lebih perasa saja”

Peneliti “wah penjelasan yang sangat detail, mbaknya cukup baik loh dalam menggambarkan diri mbak sendiri, jarang ada individu yang bisa mengenali diri sendiri se detail ini.”

Peneliti “mbak, sebelumnya mbak sudah menjelaskan gambaran aspek resiliensi dalam diri mbak, pertanyaan terakhir dari saya, faktor apakah mbak yang sangat membantu mbak untuk mendapatkan kekuatan atau resiliensi? Faktor internal kah, faktor eksternal, atau keduanya mungkin?”

Subjek “kejadian itu membekas sekali untuk saya, sulit rasanya untuk bangkit lagi apalagi setelah ibu saya tidak percaya dengan apa yang saya alami itu, saya sama sekali tidak mendapatkan kekuatan dari lingkungan saya waktu itu, kekuatan saya ya berasal dari dalam diri saya sendiri, saya selalu mencoba untuk kuat setiap hari saya bisikin motivasi-motivasi positif buat diri saya sendiri mbak, hampir gila rasanya karena bener-bener capek banget ngerasa sendirian ketika sebenarnya kita butuh dukungan dan support, tapi daripada saya nanti tidak dipercaya lagi dan justru malah dianggap saya yang salah padahal posisi saya disitu korban, jadi saya peluk diri saya sendiri sama semua ketakutan yang saya rasakan, setiap hari saya nangis sendiri, saya dengerin suara saya sendiri, saya rasa satu-satunya yang bantu saya kuat waktu itu ya cuma tuhan, saya perbaiki ibadah saya, saya perbaiki diri saya sendiri, saya ngadu sama tuhan kalau saya butuh support yang nyata dari tuhan, lalu setelah itu tuhan kasih saya tenang sedikit demi sedikit, lalu setelahnya temen-temen saya mulai mendekat dan membuat pikiran saya tidak stuck di ingatan itu saja meskipun mereka tetap tidak tau tentang masalah itu, sekarang saya sudah menerima diri saya sendiri mbak, saya sudah berdamai tapi saya belum maafkan pelaku itu, saya tetap sebisa mungkin menghindar karena tetap kerasa sakit kalau liat beliau itu keinget lagi sama perlakuannya, tapi saya sudah tidak menghukum diri saya sendiri.”

Peneliti “berarti dalam hal ini mbak hanya mendapatkan dorongan untuk keluar dari situasi tersebut dari dalam diri mbak saja?”

Subjek “iya mbak, tidak ada dukungan moral dari orang sekitar saya, saya benar-benar hanya berdiri dengan diri saya sendiri sekuat tenaga saya saja”

Peneliti “baik, sampai sekarang apa mbaknya masih merasa terpuruk atau sudah jauh lebih baik dari sebelumnya? Atau mbaknya sudah berhasil mencapai level terakhir dari resiliensi?”

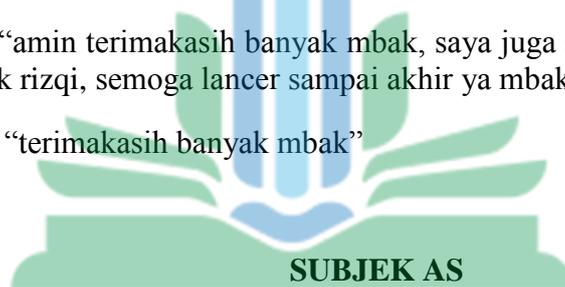
Subjek “bertahap mbak dan membutuhkan waktu yang sangat lama untuk setiap levelnya, pas hari dimana saya dapat perlakuan itu saya masih ada di keadaan ga percaya sama apa yang baru saja saya alami, 3 hari kemudian baru saya sadar dan mulai terpuruk, lama saya simpan masalah saya sendiri sampai akhirnya ada satu momen saya ga tahan dan memutuskan buat cerita sama ibu saya tapi ternyata beliau ga percaya kan sama apa yang saya ceritakan, di posisi itu saya sudah sangat hancur, saya merasa kalau saya ga akan bertahan dan terus kuat, saya merasa bahwa saya akan kalah sama keadaan saya karena saking capeknya saya ketika itu, Cuma balik lagi semakin saya putus asa semakin baik tuhan sama saya dan terus buat saya kuat, tapi tanpa bantuan dan support apa yang bisa saya lakukan selain bertahan, dari situ saya coba kuatkan diri saya lagi, saya coba untuk belajar percaya

bahwa saya akan baik-baik saja dan mencoba mulai kembali ke aktifitas saya, sampai akhirnya saya memutuskan untuk kos saja dan keluar dari lingkungan rumah saya ya tujuannya biar tidak terus bertemu sama pelaku dan menyembuhkan luka saya sendiri, setelah saya di kos saya punya lingkungan baru, saya coba adaptasi dan mendorong jauh ingatan saya tentang kejadian itu dan berusaha untuk sembuh keluar dari baying-bayang kejadian itu, kira-kira 1 tahun lebih saya merasakan fase pemulihan dan berdamai dengan diri saya sendiri waktu itu, sekarang saya sudah cukup pulih dan membaik mbak, saya sudah cukup bisa berkembang lebih banyak lagi untuk masa depan saya.”

Peneliti “keterangan yang mbak berikan ini tentu sangat membantu saya dalam proses penelitian saya, dan saya juga turut merasa senang dengan setiap proses yang sudah mbak lalui. Baik mbak untuk sesi wawancara kita sudah selesai, saya mengucapkan terimakasih banyak kepada mbak karena sudah bersedia membantu saya dan menjadi narasumber dalam penelitian saya, semangat terus untuk mbaknya dan sehat selalu ya mbak.”

Subjek “amin terimakasih banyak mbak, saya juga senang bisa membantu mbak rizqi, semoga lancer sampai akhir ya mbak.”

Peneliti “terimakasih banyak mbak”



Peneliti “halo mbak selamat pagi, sebelumnya perkenalkan saya Rizqiana Adhe Firdaus selaku mahasiswa semester VIII UIN Khas Jember. Disini saya izin untuk melakukan sesi wawancara untuk kebutuhan data penelitian saya, sebelumnya saya sudah menghubungi njenengan melalui WA nggeh mbak.”

Subjek “iya mbak, saya bersedia untuk menjadi subjek penelitian mbaknya”

Peneliti “baik mbak, kita mulai ya mbak, nanti kalau mbaknya merasa kurang nyaman sampaikan saja”

Subjek “monggo mbak”

Peneliti “sebelumnya saya sudah menjelaskan sedikit terkait judul penelitian saya mengenai Resiliensi Pada Perempuan Korban Pelecehan Seksual, seperti yang mbak ketahui pelecehan seksual itu sangat luas dan beragam jenisnya mulai dari verbal, non verbal, maupun fisik. Pertama bisa mbak ceritakan bagaimana bentuk

pelecehan verbal yang pernah mbak terima dari pelaku yang melecehkan mbaknya?”

Subjek “sebenarnya pelaku ini pasangan saya saat itu dan beliau juga orang yang pendiam, saya juga kenal beliau dari salah satu organisasi yang saya ikuti dan penilaian awal saya terhadap pelaku juga sebagai senior yang baik. Beberapa kali saat bertemu baik ketika dalam organisasi atau sedang berdua pun tidak ada hal-hal yang memungkinkan bahwa beliau akan melakukan hal yang tidak baik kepada saya. Sampai pada suatu kesempatan saya itu punya janji untuk pergi berdua dengan beliau, dan ketika dijalan beliau nyeletuk bilang kalau badan saya lebih berisi dan lebih menggoda. Meski kurang nyaman saya menganggap perkataan beliau itu hanya candaan saja dan tidak terlalu memikirkannya, saya juga katakan kalau tidak baik mengatakan hal seperti itu kepada seorang perempuan karena membuat tidak nyaman, setelahnya beliau tidak lagi mengatakan hal-hal semacam itu kepada saya.”

Peneliti “ohh jadi mbak dan pelaku ini memiliki hubungan atau bisa dibilang pelaku ini pacar ya mbak? jadi memang sering bertemu dan pelaku sempat melontarkan perkataan yang membuat mbaknya tidak nyaman karena menjurus ke bentuk badan, begitu ya mbak?”

Subjek “iyaa mbak, beliau pacar saya, dan ya saya kurang nyaman tapi saya menunjukkan kurang nyamannya saya itu dengan teguran yang saya bisa itu”

Peneliti “baik mbak saya mengerti, kemudian untuk pelecehan secara non verbal, seperti apa yang pernah mbaknya terima?”

Subjek “yang saya rasakan sih saya tidak pernah yaa mbak dapat tatapan aneh yang menjurus kearah hal seperti itu, mungkin karena dari awal bertemu juga saya memandang beliau orang yang pendiam dan juga saya jarang memperhatikan beliau, ada mungkin beberapa kali saya tidak sengaja saling menatap tapi yang saya lihat hanya tatapan biasa saja.”

Peneliti “emm begitu, jadi mbaknya tidak merasa pernah dilecehkan secara non verbal seperti tatapan-tatapan yang menggoda begitu mbak?”

Subjek “iyaa mbak, kalau dari yang saya rasakan sih seperti itu yaaa, mungkin juga karena kami beberapa kali bertemunya masih dalam lingkup organisasi itu tadi jadi saya juga tidak pernah memperhatikan bagaimana pandangan beliau.”

Peneliti “baik berarti dari pelecehan verbal yang mbak terima pertama kali waktu itu, apakah pelecehan tersebut masih berlanjut kepada pelecehan secara fisik mbak?”

Subjek “kejadian itu terjadi begitu saja mbak, sama sekali tidak pernah saya duga. Awalnya saya dan pelaku hanya punya janji untuk pergi jalan-jalan, lalu tiba-tiba pelaku itu bawa saya ke suatu tempat saya sempat tanya untuk apa kita ke tempat ini tapi beliau tidak menjawab saya terus setelah itu pelaku ngajak saya buat duduk dulu di tempat itu, awalnya pelaku cuma ajak saya ngobrol biasa entah apa yang waktu itu terjadi tiba-tiba pelaku ini cium bibir saya singkat, saya kaget dong mbak, saya cuma bisa diem tapi setelah itu pelaku mulai melecehkan saya, hati saya sakit sekali tapi saya juga kaget, gaada reaksi yang bisa saya kasih waktu itu tapi untungnya saya bisa cepet sadar jadi saya bisa dorong pelaku menjauh, disitu pelaku tidak merasa bersalah sama saya, malah setelah itu pelaku masih ngajak saya jalan lagi tapi saya minta untuk antarkan pulang saja, setelah itu pelaku semakin sering bertindak semaunya kepada saya, beliau suka ancam saya dan bilang kalau apa yang pernah kita lakukan akan disebar kalau saya meninggalkan beliau, makanya saya ketakutan dan selalu kembali lagi kepada pelaku, sampai akhirnya saya tau kalau pelaku sudah menceritakan hal itu kepada mantan pacarnya, dari situ saya mulai ga takut sama pelaku dan memutuskan untuk blokir nomor teleponnya.”

Peneliti “pasti suasana ketika itu membuat mbak sangat ketakutan dan pastinya akan berdampak dalam kehidupan mbaknya baik secara psikis maupun fisik.”

Subjek “sangat mbak, saya itu antara ga nyangka kalau beliau bisa melakukan hal seperti itu, tapi saya juga ketakutan, bahkan saya jadi ngerasa jijik sama diri saya sendiri, saya selalu mikir apa saya ini masih suci, apa saya masih layak.”

Peneliti “mbak, bisa jelaskan lebih spesifik terkait dampak yang mbak rasakan, terutama pada dampak psikisnya?”

Subjek “dampak psikologisnya yang pasti setelah dilecehkan itu saya stress berat dan shock, saya sering nangis kalau ingat bagaimana beliau memperlakukan saya waktu itu, saya juga sering ketakutan mbak kalau sewaktu-waktu beliau menceritakan apa yang dilakukan kepada saya itu ke orang lain bahkan teman-teman saya, saya takut akan dipandang sebelah mata, saya sangat stress waktu itu, sampai ada masa itu saya bingung sebenarnya apa yang saya rasakan ya, seperti kehilangan jati diri saya, saya sempat juga menyalahkan diri saya sendiri karena dengan mudah menerima seseorang seperti beliau menjadi pasangan saya.”

Peneliti “lalu dari dampak itu, apa perubahan signifikan yang mbak rasakan dalam diri mbak?”

Subjek “perilaku ya mbak, awal-awal itu saya menarik diri dari sosial saya, tapi lama kelamaan saya justru mencari pelarian dan mencari kesibukan, saya jadi suka mengabaikan jam istirahat dan makan saya, bisa dibilang sampai sekarang saya masih suka insomnia, bahkan waktu itu pola makan saya buruk sekali mbak, jadi perubahan perilaku saya yang paling terlihat itu ya itu tadi saya jadi lebih suka sibuk dan pergi keluar, pola makan yang berantakan dan abai sama waktu-waktu istirahat. Dampak lainnya juga kelihatan di dampak fisik yang saya dapat yang pasti di penurunan berat badan karena stress itu ajasih mbak, kalau lagi stress saya kan jadi susah makan juga, kepikiran juga jadi pikirannya lebih berisik dari biasanya, jadi otomatis berat badan turun, selain itu juga saya sering sakit-sakit an juga waktu itu, karena saya kurang istirahat sepertinya jadi kepikiran sedikit sudah ngerasa sakit kepala yang sakit banget, bahkan sampai sekarang saya harus rutin kontrol dokter buat sakit-sakit yang saya derita sejak kejadian itu.”

Peneliti “masyaallah, pasti sulit sekali ya mbak menghadapi situasi seperti itu kan mbak”

Subjek “sangat sulit, apalagi saya menghadapi hal itu sendirian, saya ga berani cerita sama siapapun ketika itu mbak, pelaku cukup terpandang sebagai seorang tokoh organisasi jadi saya bener-bener ga berani.”

Peneliti “lalu bagaimana mbak melewati peristiwa yang membuat mbak merasakan banyak dampak tersebut, terlebih dalam hal emosi?”

Subjek “saya itu cukup sulit mbak mengenal dan mengendalikan emosi saya, kalau kata orang saya itu moody dan sulit menyembunyikan bentuk emosi yang saya miliki, mungkin memang saya itu tidak meledak setiap saya merasa marah atau tidak menangis kencang saat saya merasa sedih, tapi ekspresi wajah saya itu selalu saja terlihat jelas sesuai dengan emosi yang saya rasakan, kadang juga saya suka mendadak diem kalau sudah merasakan sesuatu, bukan cuma di emosi negatif aja, bahkan di emosi positif saya juga begitu, jadi yaa saat itu pengendalian emosi saya cukup buruk mbak, naik turun nya sampe bikin diri saya sendiri capek.”

Peneliti “baik saya mengerti mbak. kemudian dalam melewati peristiwa tersebut tentunya resiliens atau kekuatan dalam diri mbak sangat membantu. Sedikit saya jelaskan bahwa resiliensi itu terdiri dari beberapa aspek salah satunya regulasi emosi itu tadi, kemudian pengendalian impuls, optimisme, self-efficacy, casual analysis, empati dan juga reaching out. Bagaimana sih mbak gambaran dari masing-masing aspek yang mbak rasakan ada didalam diri mbak?”

Subjek “pengendalian diri saya untuk sebuah keinginan ataupun kesukaan itu sudah bisa saya lakukan dengan cukup baik, waktu kecil saya sudah diajarkan kalau saya ingin sesuatu saya harus berusaha sendiri dan pastikan kalau sesuatu yang saya dapatkan nanti bisa berguna untuk saya, saya juga punya tabungan yang memang saya targetkan untuk beberapa hal dan pasti sebelum saya mendapatkan hal itu saya sudah pikirkan sangat matang kalau pasti akan berguna untuk saya dan tidak akan saya sesali. Kemudian kalau soal optimisme terhadap kemampuan atau hal yang ada dalam diri saya, saya cukup optimis sih mbak dengan diri saya, maksudnya itu kan masa depan apa yang akan saya dapatkan nanti sesuai pasti akan sesuai dengan apa yang sedang saya usahakan, sama seperti ketika saya mendapatkan perlakuan tidak baik itu, mungkin awal-awal saya down banget karena shock dan ga nyangka aka nada kejadian seperti itu, tapi balik lagi mbak kesulitan saya waktu itu tidak akan pernah mengubah apapun kalau saya tidak bergerak kan, jadi saya waktu itu berpikir kalau saya harus cepet pulih karena di masa depan saya nanti akan banyak hal baik yang menunggu saya, dan kejadian seperti itu tidak akan terus terjadi, berperasangka baik saja sama tuhan kalau pelajaran yang saya dapatkan itu pasti bermanfaat untuk masa depan saya.”

Subjek “terus kalau soal self efficacy yaa karena saya cukup optimis dengan diri saya sendiri jadi saya memiliki keyakinan kepada diri saya sendiri bahwa saya bisa menyelesaikan beberapa kendala yang saya hadapi, seperti ketika saya memiliki tugas-tugas kuliah yang cukup sulit saya akan tetap berusaha menyelesaikan tugas itu dengan kemampuan saya sendiri, karena seperti yang saya bilang mbak setiap kesulitan pasti ada kemudahannya juga, cuma memang ketika peristiwa itu terjadi saya cukup kewalahan diawal karena kan itu luka buat saya yaa mbak dan traumatis juga, tapi seiring waktu setelah saya berusaha keluar disinilah saya sekarang. saya sangat berusaha mbak untuk terus belajar mengembangkan casual analysis dalam diri saya karena saya juga terlibat di beberapa organisasi, masalah yang saya punya dengan pelaku yang melecehkan saya waktu itu juga saya cari tau awal mula motif dari pelaku, sempat saya menanyakan kepada beliau kenapa tega melakukan hal itu kepada saya dan saya mendapatkan jawaban yang cukup masuk akal untuk saya, setiap masalah bukan cuma ada jalan keluarnya saja tapi juga pasti ada penyebabnya kan mbak, jadi sebelum saya berusaha menyelesaikan dan menemukan penyebab dari permasalahan yang ada dalam organisasi, terlebih dulu saya harus belajar untuk menemukan dan memperbaiki masalah pribadi yang sedang saya hadapi, begitu sih mbak. Dan ya berhubungan juga dengan empati yaa, lagi-lagi karena dalam organisasi itu terdiri dari banyak orang dengan latar belakang yang berbeda kita memang dituntut untuk peka dan ber empati besar antar sesama mbak, ketua saya selalu bilang bahwa organisasi itu

seperti rumah bersama jadi kalau salah satu kesulitan yang lain saling membantu, kata beliau anggap saja kesulitan itu suatu saat akan kita rasakan juga, apa yang akan kita lakukan tanpa bantuan orang lain, ya meskipun jalan keluar terbaik adalah yang berasal dari diri sendiri, tapi kadang kita juga butuh saran dan bantuan orang sekitar meskipun hanya untuk berdiri setelah jatuh.”

Subjek “aspek terakhir nya tadi reaching out yaa mbak?”

Peneliti “iyaa betul sekali”

Subjek “sebenarnya untuk seorang korban pelecehan seksual seperti saya dukungan eksternal itu sangat diperlukan ya mbak untuk keluar dari keterpurukan dan bayangan buruk itu, tapi saya masih tidak siap dengan kemungkinan terburuk yang akan saya hadapi, terutama bagaimana nanti pandangan teman organisasi saya terhadap saya, saya juga takut kalau nanti ada omongan yang tidak baik tentang saya atau prasangka yang tidak sesuai kenyataannya, jadi saya lebih memilih untuk pendam saja kejadian itu untuk saya sendiri, saya lebih banyak menguatkan diri saya sendiri dengan lebih mendekat sama tuhan saja daripada harus cerita dan mencari dukungan dari orang sekitar saya, tapi saya tetap optimis dan percaya bahwa meskipun sulit saya akan bisa keluar dari permasalahan saya ini dengan diri saya sendiri.”

Peneliti “wah penjelasan yang sangat detail, mbaknya cukup baik loh dalam menggambarkan diri mbak sendiri, jarang ada individu yang bisa mengenali diri sendiri se detail ini.”

Peneliti “mbak, sebelumnya mbak sudah menjelaskan gambaran aspek resiliensi dalam diri mbak, pertanyaan terakhir dari saya, faktor apasih mbak yang sangat membantu mbak untuk mendapatkan kekuatan atau resiliensi? Faktor internal kah, faktor eksternal, atau keduanya mungkin?”

Subjek “faktor yang mendukung kekuatan saya dari diri saya sendiri mbak, saya takut kan untuk cerita sama orang dekat saya apalagi orang tua, takut sama kemungkinan respon yang dikasih ke saya itu, jadi saya mengandalkan diri saya sendiri, saya mengandalkan pemikiran positif yang selalu saya tanamkan, saya yakin tuhan pasti ga akan biarin saya sendirian dan terpuruk lama-lama, saya lebih banyak introspeksi sama mohon ampun aja biar tuhan terus menguatkan saya, bahkan ada satu momen saya itu ngerasa putus asa dengan ingatan saya dan masalah itu apalagi waktu itu saya cukup intens bertemu pelaku, saya pasrahkan sama tuhan, saya ziarah ke makam mbah shiddiq, terus disana saya nangis sambil ngadu kalau saya takut saya gakuat, tapi tuhan baik sama saya, dari situ saya mulai lebih banyak lagi mendekat sama tuhan, saya terus menguatkan hati saya buat ga nyerah dan terus berusaha untuk hidup lebih baik.”

Peneliti “berarti dalam hal ini mbak hanya mendapatkan dorongan untuk keluar dari situasi tersebut dari dalam diri mbak saja?”

Subjek “iya mbak, tidak ada dukungan moral dari orang sekitar saya, saya benar-benar hanya berdiri dengan diri saya sendiri sekuat tenaga saya saja”

Peneliti “baik, sampai sekarang apa mbaknya masih merasa terpuruk atau sudah jauh lebih baik dari sebelumnya? Atau mbaknya sudah berhasil mencapai level terakhir dari resiliensi?”

Subjek “tentu saya sudah lewati semua levelnya mbak, apalagid di level bertahan itu cukup lama saya rasakan, mungkin memang pas awal-awal saya merasa sangat terluka tapi saya berusaha untuk tetap bertahan dan tidak merasa putus asa, saya ini anak tunggal mbak bertahan untuk masa depan keluarga saya sudah menjadi tanggung jawab saya, saat saya sudah bertahan dan mulai untuk sembuh saat itu saya terjebak lagi oleh pelaku dan kembali lagi ke level terpuruk saya, entah apa sebabnya waktu itu saya sempat melanjutkan hubungan lagi dengan pelaku dan lagi pelaku malah membuat luka baru sampai saya yang saat itu sudah hampir pulih harus kembali terpuruk dan bertahan, sempat saya berpikir apakah akan ada waktu saya harus menyerah dengan permasalahan saya ini, tapi saya yakin kalau saya menyerah pasti saya juga yang akan menyesal jadi saya putuskan untuk bertahan sekali lagi dan menjauh dari pelaku agar saya bisa pulih dengan cepat, sampai saya akhirnya terlepas dari pelaku dan berusaha mencari kebahagiaan saya sendiri, saya suka pergi jalan sendiri, saya belanja kebutuhan saya sendiri di titik itu saya sadar kalau diri saya sudah mulai pulih dan berdamai dengan keadaan sebelumnya, sekarang ya seperti inilah saya mbak, mencari kesibukan di berbagai organisasi dan pekerjaan untuk membuat diri saya terus berkembang jadi saya tidak terkurung terus-terusan di kehancuran saya sebelumnya.”

Peneliti “keterangan yang mbak berikan ini tentu sangat membantu saya dalam proses penelitian saya, dan saya juga turut merasa senang dengan setiap proses yang sudah mbak lalui. Baik mbak untuk sesi wawancara kita sudah selesai, saya mengucapkan terimakasih banyak kepada mbak karena sudah bersedia membantu saya dan menjadi narasumber dalam penelitian saya, semangat terus untuk mbaknya dan sehat selalu ya mbak.”

Subjek “amin terimakasih banyak mbak, saya juga senang bisa membantu mbak rizqi, semoga lancer sampai akhir ya mbak.”

Peneliti “terimakasih banyak mbak”

SUBJEK FA

Peneliti “halo mbak selamat pagi, sebelumnya perkenalkan saya Rizqiana Adhe Firdaus selaku mahasiswa semester VIII UIN Khas Jember. Disini saya izin untuk melakukan sesi wawancara untuk kebutuhan data penelitian saya, sebelumnya saya sudah menghubungi njenengan melalui WA nggeh mbak.”

Subjek “iya mbak, saya bersedia untuk menjadi subjek penelitian mbaknya”

Peneliti “baik mbak, kita mulai ya mbak, nanti kalau mbaknya merasa kurang nyaman sampaikan saja”

Subjek “monggo mbak”

Peneliti “sebelumnya saya sudah menjelaskan sedikit terkait judul penelitian saya mengenai Resiliensi Pada Perempuan Korban Pelecehan Seksual, seperti yang mbak ketahui pelecehan seksual itu sangat luas dan beragam jenisnya mulai dari verbal, non verbal, maupun fisik. Pertama bisa mbak ceritakan bagaimana bentuk pelecehan verbal yang pernah mbak terima dari pelaku yang melecehkan mbaknya?”

Subjek “pelaku ini memang bisa dibilang sudah dianggap seperti keluarga sendiri tapi saya gak terlalu dekat sih mbak sama pelaku, sempat sekali saya tegur karena beliau ini siul ke arah saya pas saya lewat, mungkin karena jarang saya tanggapi ya beliau jadi menggoda begitu, justru saya malah heran dengan yang pelaku lakukan itu karena kan tidak ada keuntungannya juga. Itu saja sih mbak, selebihnya tidak ada ucapan apapun karena memang kami tidak sering bertemu atau berinteraksi.”

Peneliti “ohh jadi mbak dan pelaku ini sudah seperti keluarga sendiri ya mbak? dan pelaku sempat melontarkan siulan yang membuat mbaknya tidak nyaman, begitu ya mbak?”

Subjek “iyaa mbak, ya saya kurang nyaman, siapa yang nyaman kalau di siul-siul begitu kan tapi saya menunjukkan kurang nyamannya saya itu dengan teguran yang saya bisa itu”

Peneliti “baik mbak saya mengerti, kemudian untuk pelecehan secara non verbal, seperti apa yang pernah mbaknya terima?”

Subjek “saya kurang memperhatikan yaa mbak, karena saya juga tidak sering bertemu beliau, cuma memang beberapa kali saya merasa beliau terlalu berlebihan dalam memperhatikan saya, tapi kembali lagi tidak saya ambil pusing karena saya pikir mungkin memang beliau sedang memperhatikan titik lain yang berada di arah pandang yang sama dengan saya, jadi saya tidak pernah merasakan tatapan menggoda dari

beliau sebelumnya, kecuali saat beliau mulai melakukan hal yang lebih jauh kepada saya, baru ketika itu saya melihat tatapan seksual dari beliau.”

Peneliti “emm begitu, jadi mbaknya tidak merasa pernah dilecehkan secara non verbal seperti tatapan-tatapan yang menggoda sebelum beliau melecehkan mbak lebih jauh, begitu mbak?”

Subjek “iyaa mbak, kalau dari yang saya rasakan sih seperti itu yaaa.”

Peneliti “baik berarti dari pelecehan verbal yang mbak terima pertama kali waktu itu, apakah pelecehan tersebut masih berlanjut kepada pelecehan secara fisik mbak?”

Subjek “waktu itu saya masih kecil mbak, masih SMP kelas 2 sepertinya dan saya tidak tinggal bareng orang tua, saya kan memang cuek ya seperti kejadian sebelumnya saja saya cuek hanya memberi sedikit teguran karena dapat siulan menggoda. Nah ketika itu pelaku itu mendekati saya yang sedang duduk di depan rumah sendirian, pelaku ngajak saya ngobrol dan yaa saya jawab seadanya saja, lalu tiba-tiba tangan saya ini di pegang mbak dan dielus kecil, saya kaget dan reflek tarik tangan saya, ketika saya tarik itu pelaku justru tarik balik dan memaksa untuk memeluk saya, otomatis saya berusaha lari kan mbak, masuk lah saya ke dalam rumah. Pas saya masuk, pelaku malah ikut masuk dan peluk saya dari belakang, kaget lagi saya dan langsung balik badan, pas saya balik badan itu pelaku justru berusaha cium saya dan berusaha memegang payudara saya, disitu saya sudah mulai nangis sambil terus berontak, saya juga marah banget dan untungnya saya berhasil lepas lalu saya lari ke kamar dan kunci pintu. Pas saya dikamar itu saya gatau kemana pelaku, yang saya pikir cuma saya harus selamat.”

Peneliti “pasti suasana ketika itu membuat mbak sangat ketakutan dan pastinya akan berdampak dalam kehidupan mbaknya baik secara psikis maupun fisik.”

Subjek “sangat mbak, bukan cuma takut, saya juga ngerasa marah banget pas itu sama pelaku.”

Peneliti “mbak, bisa jelaskan lebih spesifik terkait dampak yang mbak rasakan, terutama pada dampak psikisnya?”

Subjek “sebenarnya perasaan yang sangat mendominasi saya ketika itu justru rasa marah dan benci kepada pelaku mbak, karena kan ya siapa yang tidak shock dan marah diperlakukan seperti itu, tapi disisi lain saya juga merasa sangat ketakutan mbak, saya takut kalau sampai nenek saya tau tentang kejadian yang menimpa saya karena kan saya tidak tinggal dengan orang tua saya yaa mbak, saya cemas, selalu

merasa ada yang memperhatikan meskipun sebenarnya tidak ada, setelah kejadian itu, saya lebih banyak diam dirumah saja, saya juga lebih mudah marah mbak kalau ada teman atau tetangga yang memperhatikan saya, seperti melihat awal mula kejadian itu bisa menimpa saya jadi setiap ada yang memperhatikan itu saya jadi kebayang sama wajah pelaku, hampir setiap hari saya itu nangis terus melamun lagi, hanya seperti itu terus.”

Peneliti “lalu dari dampak itu, apa perubahan signifikan yang mbak rasakan dalam diri mbak baik dari perilaku maupun perubahan secara fisik?”

Subjek “kalau dampak perilaku mungkin lebih ke menarik diri dari lingkungan sama perubahan pola tidur saja sih mbak, yang paling ketara ya di pola tidur ini, saya jadi suka insomnia mbak, jarang saya itu bisa tidur nyenyak waktu malam, kadang itu saya sudah tidur terus tiba-tiba kebangun setelah itu jadi gabisa tidur lagi, waktu itu saya mikirnya mungkin karena saya masih marah dan sangat membenci pelaku yaa, makanya saya jadi terus kepikiran dan jadi sulit tidur, itu berdampak banget sih sama sekolah saya mbak, jadi suka ketiduran dikelas, sulit fokus juga karena kurang istirahat, sering kena hukuman saya itu karena katanya saya sering melamun dikelas, pokoknya kata teman-teman saya mendadak jadi sangat pendiam dan suka marah. kalau untuk dampak fisik, saya cuma mengalami penurunan berat badan saja sih mbak, waktu berat badan saya turun sekitar 12kg, jadi kurus banget saya akibat dari kejadian gaenak itu, selebihnya gaada sih, saya merasa tidak ada perubahan yang ketara dari fisik saya selain berat badan itu tadi.”

Peneliti “masyaallah, pasti sulit sekali ya mbak menghadapi situasi seperti itu kan mbak”

Subjek “sulit nya sih karena saya marah dan benci sekali itu sama pelaku, jadi saya terus-terusan terkurung dalam ingatan tentang peristiwa itu, belum lagi saya takut tiba-tiba ada yang tau sama apa yang saya alami itu.”

Peneliti “lalu bagaimana mbak melewati peristiwa yang membuat mbak merasakan banyak dampak tersebut, terlebih dalam hal emosi?”

Subjek “wah saya memang temperamental mbak, sebelum kejadian itu saya memang sudah pemarah orangnya, cuma kalau setelah kejadian emosi saya bener-bener meledak-ledak ga seperti biasa, ada hal yang salah sedikit saja saya bisa sangat marah ketika itu juga, ga peduli apapun saya itu mbak kalau sudah emosinya meledak dan memang sampai sekarang pun pengendalian emosi itu jadi tantangan sulit banget buat saya, masih belum menemukan solusi yang tepat ya

mungkin karena saya tidak tinggal dengan orang tua jadi saya kurang bisa memahami emosi saya sendiri.”

Peneliti “baik saya mengerti mbak. kemudian dalam melewati peristiwa tersebut tentunya resiliens atau kekuatan dalam diri mbak sangat membantu. Sedikit saya jelaskan bahwa resiliensi itu terdiri dari beberapa aspek salah satunya regulasi emosi itu tadi, kemudian pengendalian impuls, optimisme, self-efficacy, casual analysis, empati dan juga reaching out. Bagaimana sih mbak gambaran dari masing-masing aspek yang mbak rasakan ada didalam diri mbak?”

Subjek “saya sendiri kalau ingin sesuatu pasti saya pikir berkali-kali dulu apakah benar yang saya inginkan itu akan membuat saya senang dan apa yang akan saya lakukan kalau saya sudah mendapatkan hal itu, kalau saya rasa sesuatu yang saya inginkan itu bisa saya tunda dulu untuk memenuhi kebutuhan yang lain ya saya akan pilih untuk tunda dulu mbak karena saya juga harus mikirin kebutuhan nenek saya juga tidak hanya keinginan saya sendiri. Terus apalagi mbak?”

Peneliti “optimisme mbak, bagaimana sikap optimisme membantu mbak?”

Subjek “ohh kalau masalah optimis sama masa depan ya saya selalu optimis mbak, kan tuhan sendiri juga sudah janjikan kalau setiap kesulitan pasti ada kemudahannya, jadi apa yang harus saya khawatirkan sebenarnya, tapi ya saya juga manusia mbak perempuan pulak jadi pasti ada beberapa waktu saya suka kepikiran sama hal terburuk yang mungkin terjadi, tapi saya selalu berusaha mengubah pemikiran negatif itu ke hal-hal yang positif, pernah saya itu kepikiran kalau hidup jauh dari orang tua itu pasti berat, tapi kenyataannya saya tetap bisa bahagia kan, jadi setelah ada kejadian itu juga saya cepet-cepet belajar buat berpikir positif kalau saya bisa bangun lagi dan ketawa lagi nanti, sama seperti saya sebelum dapat kejadian gaenak itu. Nahh dari situ saya juga akhirnya memiliki keyakinan yang cukup kepada diri saya, karena keyakinan seperti itu saya rasa harus ada dalam diri saya ya mbak, saya kan juga mengelola bisnis sendiri jadi kalau saya tidak yakin kepada diri saya sendiri bagaimana pelanggan saya akan percaya kepada saya, misalnya saya dapat complain dari pelanggan saya, saya tidak langsung down dan saya akan berusaha memperbaiki kesalahan yang menimbulkan complain itu, kalau saya merasa kesulitan dalam memperbaiki itu ya saya akan cari bantuan ke teman-teman saya, karena menurut saya kemampuan yang dimiliki setiap orang itu bisa saja berkembang kalau orang tersebut mau terus belajar dan berusaha memperbaiki kesalahan tanpa harus menyerah terlebih dahulu.”

Subjek “untuk casual analisis dalam dunia bisnis analisis permasalahan tentu sangat menguntungkan saya, kadang saya suka berpikir kalau

permasalahan yang terjadi pada bisnis saya itu bersumber dari diri saya sendiri yang kurang baik mengendalikannya, akan tetapi dalam beberapa kasus menyalahkan diri saya sendiri tidak menyelesaikan apapun dan tidak memberikan saya jalan keluar yang tepat untuk permasalahan itu, jadi saya cari lagi selain dari kesalahan saya kira-kira apa akar masalah ini, ternyata memang benar ada lagi faktor lain sehingga terjadi permasalahan ini, dari situ baru saya bisa memutuskan apa jalan keluar terbaik yang bisa saya berikan. terus kalo soal empati, empati itu sama halnya dengan saya melatih diri saya untuk kontrol emosi dengan lebih baik lagi, dengan keadaan diri saya yang temperamental keberadaan empati ini kadang membantu mbak, seperti contoh hari itu toko sedang ramai terus ada satu pembeli yang agak resek karena kebingungan ukuran anaknya, disitu saya kan harus tetap sabar ngadepin pembeli ini sehingga saya juga harus empati dan membantu si pembeli untuk mencari ukuran yang mungkin saja pas, kalau saya tidak berempati yang ada nanti hubungan dan kepercayaan pembeli kepada saya akan berkurang juga.”

Subjek “aspek terakhir nya tadi reaching out yaa mbak?”

Peneliti “iyaa betul sekali”

Subjek “pas kejadian itu saya memilih untuk lebih menutup diri sih mbak, ada satu orang yang saya ceritakan tentang kejadian itu dapat juga saya dukungan dari orang itu, tapi menurut saya dukungan itu tidak begitu berdampak kalau diri saya sendiri tidak mendorong untuk keluar dari keadaan sulit itu, saya lebih pilih menghadapi masalah saya sendiri, setelah saya sudah sedikit berdamai sama keadaan saya, baru saya memberanikan diri untuk datang ketemu psikolog, saya cuma berani cerita sama beliau kejadian detailnya karena setau saya psikolog itu tidak pernah menghakimi kan, dan saran beliau juga sama saya harus berusaha berdamai dulu dengan keadaan saya, itu pertama kalinya saya mendapatkan dukungan yang cukup mengembalikan semangat saya.”

Peneliti “wah penjelasan yang sangat detail, mbaknya cukup baik loh dalam menggambarkan diri mbak sendiri, jarang ada individu yang bisa mengenali diri sendiri se detail ini.”

Peneliti “mbak, sebelumnya mbak sudah menjelaskan gambaran aspek resiliensi dalam diri mbak, pertanyaan terakhir dari saya, faktor apasih mbak yang sangat membantu mbak untuk mendapatkan kekuatan atau resiliensi? Faktor internal kah, faktor eksternal, atau keduanya mungkin?”

Subjek “kalo faktor yang membantu saya kuat itu yang utama pasti dari dalam diri saya sendiri dan dari bantuan tuhan, saya memang keras tapi untuk menghadapi hal yang seperti itu saya juga butuh bantuan dan tangan yang mambantu saya berdiri mbak, orang tua saya jauh dari

saya, saya tidak mau membebani nenek dengan kejadian yang saya alami, jadi hanya tuhan kan yang bisa menopang tubuh saya, tapi setelah saya bertemu psikolog itu jadi ada juga peran eksternal untuk saya meskipun sedikit tapi cukup membangkitkan lagi motivasi saya dan disini saya sekarang dengan bisnis yang membantu distraksi pikiran saya.”

Peneliti “berarti dalam hal ini mbak hanya mendapatkan dorongan untuk keluar dari situasi tersebut dari dalam diri mbak dan mendapatkan bantuan dari professional juga ya?”

Subjek “iya mbak, saya sempat bertemu psikolog sekali untuk meyakinkan diri saya sendiri saja kalau saya akan baik-baik saja.”

Peneliti “baik, sampai sekarang apa mbaknya masih merasa terpuruk atau sudah jauh lebih baik dari sebelumnya? Atau mbaknya sudah berhasil mencapai level terakhir dari resiliensi?”

Subjek “kalau untuk sekarang saya sudah ada di tahap pulih sih mbak dan masih berusaha terus berkembang, karena mau dibilang saya sudah berkembang pesat juga masih belum mungkin karena sampai sekarang saya masih membenci pelaku ya, saya bukan mau uterut terjebak dan tidak mau berdamai tapi rasa benci saya ini yang membuat proses saya naik turun, Alhamdulillah dikeadaan saya yang sekarang tahap yang masih terus berputar ya fase bertahan dan pulih, malah waktu saya ada di fase mengalah itu mbak saya sampai menyakiti diri saya sendiri pake silet, kadang juga saya kabur dari rumah dan berpikir untuk bunuh diri juga, hal itu juga kan yang kemudian mendorong saya untuk bertemu psikolog, saya tadi sempet bilang kalau saya ini optimis dengan diri saya sendiri, tapi ada satu masa ketika saya sudah berada dalam batasan saya ya rasanya saya pengen nyerah aja gitu sama hidup saya, karena untuk apa hidup untuk terpuruk kan mbak, tapi itu dulu sekarang sudah ga pernah saya.”

Peneliti “keterangan yang mbak berikan ini tentu sangat membantu saya dalam proses penelitian saya, dan saya juga turut merasa senang dengan setiap proses yang sudah mbak lalui. Baik mbak untuk sesi wawancara kita sudah selesai, saya mengucapkan terimakasih banyak kepada mbak karena sudah bersedia membantu saya dan menjadi narasumber dalam penelitian saya, semangat terus untuk mbaknya dan sehat selalu ya mbak.”

Subjek “amin terimakasih banyak mbak, saya juga senang bisa membantu mbak rizqi, semoga lancer sampai akhir ya mbak.”

Peneliti “terimakasih banyak mbak”

BIODATA PENULIS



A. Identitas Diri

Nama : Rizqiana Adhe Firdaus
NIM : 212103050002
Tempat Tanggal Lahir : Jember, 12 Maret 2002
Fakultas : Dakwah
Prodi : Psikologi Islam
Alamat : Perumahan Rembangan Hill Residence
Kelurahan/Desa : Baratan
Kecamatan : Patrang
Kabupaten/Kota : Jember

B. Riwayat Pendidikan

1. 2008-2014 : SDN Patrang 01 Jember
2. 2014-2017 : MTSN 01 Probolinggo
3. 2017-2020 : SMA Plus Miftahul Ulum Tarate Sumenep
4. 2021-2025 : Universitas Islam Negeri KH. Achmad Shiddiq Jember