
ARTIKEL PENELITIAN

POSTTRAUMATIC GROWTH PADA WANITA DEWASA AWAL KORBAN KEKERASAN SEKSUAL

ESSAH MARGARET SESCA & HAMIDAH

Departemen Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental, Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

ABSTRAK

Konsep dan praktik budaya yang banyak berlaku di masyarakat Indonesia sering menempatkan perempuan di posisi yang lebih rendah dari laki-laki. Hal tersebut menyebabkan perempuan rentan mengalami kekerasan, termasuk kekerasan seksual. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tahapan dan gambaran posttraumatic growth pada wanita dewasa awal korban kekerasan seksual. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan tipe penelitian studi kasus instrumental. Pengambilan data dilakukan dengan wawancara dan analisis data dilakukan dengan analisis tematik. Subjek dalam penelitian ini adalah 3 wanita dewasa dalam rentang usia 18-40 tahun yang pernah mengalami kekerasan seksual dan telah mengalami posttraumatic growth. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ketiga subjek mengalami tahap ruminasi otomatis, pengelolaan dan penurunan distres, dan ruminasi terarah untuk mencapai posttraumatic growth. Ketiga subjek juga menunjukkan perubahan positif, yaitu memiliki hubungan yang lebih dekat dengan orang lain, memiliki empati yang lebih tinggi, menyadari kekuatan personal, memiliki aktivitas-aktivitas baru, meningkatkan ritual keagamaan, dan memiliki prioritas-prioritas hidup baru.

Kata kunci: kekerasan seksual, posttraumatic growth, wanita dewasa awal

ABSTRACT

The concept and practical of culture that implemented among Indonesian people tend to put women in a lower position than men. It caused women to have a bigger possibility to experience sexual violence. This study aims to explain the posttraumatic growth of sexual violence victims on women in early adulthood. This study uses qualitative method with instrumental case study approach. The instrument used to collect the data was interview and thematic analysis was used to analyze the data. This study involves 3 adult women between the age 18-40 years old who are the victims of sexual violence and experienced posttraumatic growth. The result shows that all three subjects had gone through three stages: automatic rumination, management and reduction of distress, and deliberate rumination. All three subjects shows positive changes in closeness with others, higher empathy towards others, realization of personal strength, developed new activities, spiritual changes, and developed new priorities.

Key words: early adulthood, posttraumatic growth, sexual violence

*Alamat korespondensi: Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, Kampus B Universitas Airlangga Jalan Airlangga 4-6 Surabaya 60286. Surel: hamidah@psikologi.unair.ac.id



Naskah ini merupakan naskah dengan akses terbuka dibawah ketentuan the Creative Commons Attribution License (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>), sehingga penggunaan, distribusi, reproduksi dalam media apapun atas artikel ini tidak dibatasi, selama sumber aslinya disitir dengan baik.

PENDAHULUAN

Konsep serta praktik budaya yang banyak berlaku di masyarakat Indonesia sejak dulu sering menempatkan perempuan di posisi yang lebih rendah dari laki-laki. Hal tersebut menyebabkan perempuan rentan mengalami diskriminasi, eksploitasi, kekerasan, dan lain-lain (Guamarawati, 2009; Harnoko, 2010). Upaya untuk memperjuangkan hak-hak perempuan agar setara dengan laki-laki telah banyak dilakukan. Berbagai badan atau lembaga pemberdayaan perempuan juga telah dibentuk, baik oleh pemerintah maupun masyarakat, namun kenyataannya masalah kekerasan terhadap perempuan masih belum dapat terselesaikan (Sumera, 2013).

Kasus kekerasan terhadap perempuan di Indonesia sudah sampai pada tahap yang memprihatinkan. Hal tersebut dapat dilihat dari jumlah kasus kekerasan terhadap perempuan yang mengalami peningkatan signifikan setiap tahunnya. Bahkan, pada tahun 2016, tercatat sebanyak 259.150 kasus kekerasan terhadap perempuan yang dilaporkan dan ditangani. Artinya, terjadi sekitar 710 kasus kekerasan terhadap perempuan setiap harinya (Komnas Perempuan, 2017). Berdasarkan data, diketahui bahwa kekerasan seksual merupakan bentuk kekerasan terhadap perempuan yang mengalami peningkatan signifikan dalam tiga tahun terakhir, baik di ranah personal maupun komunitas (Komnas Perempuan, 2015, 2016, 2017).

Hasil survei Badan Pusat Statistik (2017) menunjukkan bahwa sebanyak 1 dari 3 perempuan berusia 15-64 tahun pernah mengalami kekerasan fisik dan/atau seksual selama hidupnya, baik oleh pasangan maupun selain pasangan. Selain itu, hasil survei daring yang dilakukan oleh Lentera Sintas Indonesia (2016) menunjukkan bahwa sebanyak 46,7% dari 25.213 responden pernah mengalami kekerasan seksual dalam berbagai bentuk.

Data-data tersebut membuktikan banyaknya perempuan yang menjadi korban kekerasan seksual. Meskipun begitu, data akurat mengenai prevalensi korban kekerasan seksual tidak dapat disebutkan dengan pasti. Fenomena kekerasan seksual layaknya gunung es, karena data yang tercatat hanya sebagian kecil dari kasus yang sebenarnya terjadi. Mengingat masalah kekerasan seksual merupakan isu yang sensitif dan dianggap sebagai aib, maka kemungkinan masih terdapat banyak kasus yang belum dilaporkan (Kompas, 2017).

Ketika berbicara mengenai kekerasan seksual, maka dapat dikatakan bahwa perempuan dalam situasi apa pun tetap rentan menjadi korban. Menurut Dartnall (2013), kekerasan seksual dapat terjadi pada anak dan remaja perempuan maupun wanita dewasa. Sama halnya dengan korban, siapa pun dapat menjadi pelaku kekerasan seksual. Hasil dari beberapa penelitian menunjukkan bahwa kekerasan seksual dapat dilakukan oleh orang yang tidak dikenal, maupun yang dikenal dekat seperti ayah kandung atau ayah tiri, saudara, suami, maupun pacar (Coker, dkk., 2000; Heise & Garcia-Moreno, 2002; Stathopoulos, 2012; Stroebel, dkk., 2012). Kekerasan seksual juga dapat terjadi di semua tempat dan situasi yang memungkinkan adanya interaksi antara laki-laki dan perempuan, seperti sekolah, perkantoran, tempat layanan kesehatan, dan lain-lain (Sumera, 2013; World Health Organization, 2002).

Kekerasan seksual dapat menimbulkan berbagai dampak negatif pada korban, baik secara fisiologis, emosional, maupun psikologis. Dampak secara fisiologis berupa luka fisik, kesulitan tidur dan makan, kehamilan yang tidak diinginkan, tertular penyakit seksual, dan lain-lain. Selanjutnya, dampak secara emosional berupa perasaan bersalah dan menyalahkan diri sendiri, perasaan malu, penyangkalan, dan lain-lain. Selanjutnya, dampak secara psikologis berupa *posttraumatic stress disorder* (PTSD), depresi, kecemasan, penurunan *self-esteem*, simptom obsesif-kompulsif, dan lain-lain (Steake & Foa, 1987; Yeater & O'Donohue, 1999 dalam Mason, 2013; National Sexual Violence Resource Center, 2015).

Korban kekerasan seksual juga dapat mengalami berbagai masalah interpersonal, seperti ketidakpercayaan pada orang lain, kesulitan dalam hubungan, mengisolasi dan mengasingkan diri sendiri, serta ketakutan terhadap laki-laki (Tsai & Wagner, 1978; Herman, 1978 dalam Briere & Runtz, 1988). Selain itu, korban yang mengalami trauma psikologis yang sangat hebat kemungkinan memiliki

dorongan yang kuat untuk bunuh diri (Sulistyaningsih & Faturachman, 2009). Hal tersebut didukung oleh hasil penelitian Kilpatrick dan kolega (1985) yang menemukan bahwa 1 dari 5 korban kekerasan seksual pernah melakukan percobaan bunuh diri. Jumlah tersebut lebih besar daripada jumlah percobaan bunuh diri yang dilakukan oleh korban dari tindak kejahatan lain.

Meskipun menimbulkan banyak dampak negatif, tidak semua wanita terus menerus memandang kekerasan seksual yang dialami sebagai pengalaman negatif. Sebagian wanita dapat melewati keadaan krisis tersebut, bahkan mengalami kehidupan yang lebih positif setelahnya (Joseph & Linley, 2012). Hasil penelitian Mason (2013) menunjukkan bahwa korban kekerasan seksual mengalami beberapa perubahan positif pasca peristiwa kekerasan seksual, seperti lebih dekat dengan keluarga, merasa lebih kuat, lebih optimis, lebih menghargai dan mensyukuri apa yang mereka miliki, lebih empati terhadap korban kekerasan seksual dan orang lain secara umum, dan lain-lain. Penelitian lain yang dilakukan oleh Guerette dan Caron (2007) menemukan bahwa sebagian besar korban kekerasan seksual melaporkan adanya perubahan positif pasca peristiwa kekerasan seksual, seperti menjadi lebih kuat, lebih berhati-hati, lebih dekat dengan ibu, lebih berempati terhadap korban kekerasan seksual, membesarkan anak-anak dengan kesadaran akan tanggung jawab seksual yang lebih tinggi, dan lain-lain.

Tedeschi dan Calhoun (2004) menggunakan istilah *posttraumatic growth* untuk menjelaskan perubahan positif tersebut. *Posttraumatic growth* didefinisikan sebagai perubahan positif pada kondisi psikologis individu pasca peristiwa traumatis. *Posttraumatic growth* muncul setelah individu mengalami trauma, di mana trauma tersebut harus sangat mengguncang dunia asumsi (*assumptive world*) untuk dapat memunculkan suatu proses kognitif (Janoff-Bulman, 1992 dalam Tedeschi & Calhoun, 2004). Proses kognitif awal yang muncul adalah ruminasi otomatis, yaitu pikiran-pikiran berulang yang mengganggu mengenai peristiwa traumatis. Selanjutnya, ruminasi yang muncul bersifat lebih tertata, seperti memahami dan menerima peristiwa yang terjadi serta mengelola dan melakukan koping terhadap trauma yang dialami. Selanjutnya, proses kognitif tahap terakhir adalah ketika individu telah mampu mengatasi traumanya dan memberi makna pada peristiwa yang dialaminya (Martin & Tesser, 1996 dalam Tedeschi & Calhoun, 2004).

Posttraumatic growth ditunjukkan dalam lima dimensi, yaitu hubungan dengan orang lain, kekuatan personal, kemungkinan-kemungkinan baru, perubahan kehidupan spiritual, dan penghargaan terhadap hidup (Calhoun & Tedeschi, 2006). Tingkat dan waktu terjadinya *posttraumatic growth* pasca mengalami peristiwa traumatis dapat berbeda-beda antara satu individu dengan individu yang lain, tergantung pada karakteristik kejadian yang dialami, sosiodemografik, kepribadian, koping, keterbukaan diri, dukungan sosial, dan lain-lain (Joseph & Linley, 2012).

Tedeschi dan Calhoun (2004) juga menjelaskan bahwa *posttraumatic growth* membutuhkan adanya pembentukan suatu set skema baru sebagai hasil dari proses kognitif sehingga sulit dialami oleh anak-anak dan remaja yang belum memiliki kematangan secara kognitif. Tedeschi dan Calhoun (2004) menambahkan bahwa *posttraumatic growth* lebih banyak dialami oleh dewasa awal daripada orang yang lebih tua. Hal tersebut disebabkan karena orang yang berusia lebih muda umumnya lebih terbuka terhadap proses untuk belajar dan berubah menjadi lebih baik daripada orang yang lebih tua yang umumnya sudah mendapatkan pelajaran hidup yang lebih banyak.

Data-data dan hasil penelitian yang telah dijabarkan di atas membuat peneliti tertarik untuk mengkaji tahapan dan gambaran *posttraumatic growth* pada wanita dewasa awal korban kekerasan seksual.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan tipe penelitian studi kasus instrumental. Pemilihan subjek dilakukan dengan teknik *purposive sampling*. Terdapat beberapa kriteria subjek yang ditetapkan dalam penelitian ini, yaitu wanita dewasa dengan rentang usia 18-40 tahun, mengalami kekerasan seksual kategori berat maksimal 5 tahun sebelumnya, mengalami trauma akibat kekerasan

seksual tersebut dan mengalami *posttraumatic growth*. Penggalan data dilakukan dengan wawancara semi terstruktur. Teknik pengorganisasian dan analisis data yang digunakan adalah analisis tematik dengan pendekatan *theory driven*. Teknik pemantapan kredibilitas yang digunakan adalah triangulasi data dan metode. Penggalan data tidak hanya dilakukan pada subjek, tetapi juga pada *significant others*. Selain itu, penelitian ini juga menggunakan *Posttraumatic Growth Inventory* (Tedeschi & Calhoun, 1996) sebagai alat seleksi awal (*screening*) untuk memilih subjek.

HASIL PENELITIAN

Berikut adalah hasil analisis data:

Tabel 1. Pemetaan *Posttraumatic Growth* Wanita Dewasa Awal Korban Kekerasan Seksual

Keterangan	Subjek 1 (LY)	Subjek 2 (AN)	Subjek 3 (ML)
Usia	22 tahun	21 tahun	19 tahun
Bentuk Kekerasan Seksual	Perkosaan	Perkosaan	Perkosaan
Pelaku	Sepupu	Teman	Guru dan ayah kandung
Frekuensi	Satu kali	Satu kali	Berulang kali
Peristiwa lain	Pelecehan seksual	Hamil, menikah dengan pelaku, mengalami KDRT dan bercerai	Hamil
Skor PTGI	93 (Sedang)	94 (Sedang)	82 (Rendah)
Tahapan <i>Posttraumatic Growth</i>			
Ruminasi Otomatis	Penyangkalan, penyesalan, <i>self-blame</i> , ketakutan terhadap reaksi orang lain, ketakutan terhadap pelaku.	Penyesalan, malu, ketakutan terhadap reaksi orang lain, <i>self-blame</i> hingga melakukan percobaan bunuh diri.	Penyesalan, ketakutan terhadap pelaku.
Pengelolaan dan Penurunan Distres	Bercerita, mendapat dukungan sosial, melakukan berbagai kegiatan untuk mengalihkan pikiran.	Melakukan kegiatan untuk mengalihkan pikiran, mendapat dukungan sosial.	Mengungkapkan kasus, mendapat dukungan dan pendampingan dari lembaga perlindungan perempuan dan anak,



				terlepas dari pelaku, memiliki hidup yang lebih layak.
Ruminasi Terarah	Membagikan pengalaman, menerima dan menemukan makna dibalik peristiwa yang dialami.	Menerima dan menemukan makna dibalik peristiwa yang dialami.	dan	Menerima dan menemukan makna dibalik peristiwa yang dialami.

Gambaran Posttraumatic Growth

Hubungan dengan Orang Lain	- Mendapat dukungan dan empati. - Lebih menghargai hubungan. - Memiliki rasa empati yang lebih tinggi.	- Merasa lebih dekat dengan orang tua. - Memiliki rasa empati yang lebih tinggi.	- Menemukan figur orang tua dan keluarga baru di <i>shelter</i> . - Memiliki rasa empati yang tinggi.
Kekuatan Personal	- Merasa lebih kuat. - Merasa lebih berguna dan menginspirasi. - Mampu menerima kondisi saat ini. - Merasa lebih berani, semangat dan percaya diri.	- Merasa lebih kuat. - Merasa lebih mampu mengatasi kesulitan. - Mampu menerima kondisi saat ini.	- Merasa lebih kuat. - Merasa lebih mampu mengatasi kesulitan. - Mampu menerima kondisi saat ini.
Kemungkinan-kemungkinan Baru	- Mengikuti kegiatan-kegiatan yang berkaitan dengan feminisme. - Membagikan pengalaman, baik secara langsung	- Memiliki beberapa aktivitas baru, yaitu bekerja, mengurus anak, mengurus suami, melakukan pekerjaan rumah tangga, dan menjaga warung.	- Memiliki beberapa aktivitas baru sejak tinggal di <i>shelter</i> , yaitu mengurus anak, melakukan pekerjaan rumah, dan mengkoordinir para



	maupun lewat media sosial.		dampungan.
	- Pergaulan dan relasi menjadi lebih luas.		
Kehidupan Spiritual	- Menganggap peristiwa yang dialami sebagai takdir dan cobaan dari Tuhan.	- Meningkatkan ritual keagamaan.	- Meningkatkan ritual keagamaan.
	- Meyakini bahwa terdapat maksud dan tujuan dibalik peristiwa yang dialami.	- Menganggap peristiwa yang dialami sebagai takdir dan cobaan dari Tuhan.	- Menganggap peristiwa yang dialami sebagai takdir dan cobaan dari Tuhan.
		- Meyakini bahwa Tuhan tidak memberikan cobaan di luar batas kemampuan.	- Meyakini bahwa Tuhan tidak memberikan cobaan di luar batas kemampuan.
Penghargaan terhadap Hidup	- Merasa hidupnya saat ini beruntung dan terberkati.	- Merasa beruntung karena peristiwa yang dialami tidak separah dan seberat orang lain.	- Merasa bersyukur karena hidupnya saat ini lebih baik.
	- Memiliki motivasi untuk menjadi lebih baik dari sebelumnya.	- Merasa bersyukur karena hidupnya saat ini lebih baik dan bahagia.	- Memiliki motivasi untuk menjadi lebih baik daripada sebelumnya.
	- Merasa hidupnya lebih berguna dan menginspirasi.		

DISKUSI

Ketiga wanita dewasa awal dalam penelitian ini mengalami perkosaan. Menurut Karnaji (2017), perkosaan merupakan salah satu bentuk kekerasan terhadap perempuan yang tergolong berat dan dapat menimbulkan trauma psikologis yang mendalam. Perkosaan yang dialami oleh wanita dewasa awal menimbulkan berbagai dampak negatif, baik secara



fisiologis, emosional maupun psikologis. Bila melihat dampaknya, diperoleh gambaran bahwa ketiga wanita dewasa awal mengalami trauma akibat kekerasan seksual tersebut. Selain itu, ketiga wanita dewasa awal juga mengalami peristiwa atau hal traumatis lain sebagai akibat dari peristiwa perkosaan tersebut, seperti pelecehan seksual dan kehamilan. Trauma dan guncangan akibat perkosaan dan peristiwa traumatis lain tersebut mendorong munculnya proses kognitif pada ketiga wanita dewasa awal.

Sejalan dengan hasil penelitian Tedeschi & Calhoun (2004), proses kognitif awal yang muncul dari trauma adalah ruminasi otomatis. Ruminasi otomatis pada ketiga wanita dewasa awal hampir sama, yaitu penyesalan atas peristiwa yang terjadi, menyalahkan atau menghakimi diri sendiri, ketakutan terhadap reaksi orang lain, dan ketakutan terhadap pelaku. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Guerette & Caron (2007), bahwa ruminasi yang umumnya muncul pada korban perkosaan adalah perasaan malu, menyalahkan diri sendiri, ketakutan terhadap pelaku dan reaksi dari orang lain.

Ruminasi otomatis yang muncul pada ketiga wanita dewasa awal disebabkan karena adanya stigma negatif mengenai korban kekerasan seksual. Masyarakat cenderung memandang korban perkosaan sebagai perempuan yang hina. Korban perkosaan juga sering disalahkan karena dianggap sengaja menggoda, menantang atau mengundang nafsu birahi laki-laki (Faturachman, 2002; Mason, 2013). Selain itu, ruminasi otomatis pada ketiga wanita dewasa awal juga muncul karena pelaku perkosaan merupakan orang-orang yang dikenal. Menurut Sulistyarningsih dan Faturachman (2009), korban perkosaan oleh pelaku yang dikenal akan lebih berpotensi mengalami perkosaan berulang dan dalam jangka waktu yang panjang. Berbagai ruminasi otomatis tersebut menyebabkan ketiga wanita dewasa awal enggan menceritakan peristiwa yang mereka alami pada orang lain sehingga tidak memperoleh dukungan sosial yang dapat membantu proses pemulihan mereka.

Tedeschi dan Calhoun (2004) menjelaskan bahwa ruminasi tidak selalu bersifat mengganggu, namun juga dapat bersifat lebih tertata, seperti memahami peristiwa yang terjadi dan memikirkan pemecahan masalah. Proses kognitif tersebut yang kemudian dapat membantu individu untuk mengelola atau melakukan koping terhadap trauma yang dialami. Tedeschi dan Calhoun (2004) menambahkan bahwa proses kognitif tersebut muncul setelah individu membuka diri dan memperoleh dukungan sosial. Ketiga wanita dewasa awal

mengalami dinamika yang berbeda dalam mencapai tahap ini. Wanita dewasa awal pertama mencapai tahap ini setelah menceritakan peristiwa yang ia alami dan mendapat dukungan sosial. Sementara, wanita dewasa awal lain mencapai tahap ini setelah berhasil lepas dari pelaku dan memiliki kesibukan seperti bekerja dan mengurus anak.

Selanjutnya, tahap kognitif akhir dicapai saat individu telah mampu mengatasi traumanya, yaitu ketika individu mampu memahami dan memberi makna atas peristiwa yang terjadi (Tedeschi & Calhoun, 2004). Setelah mengalami penurunan distress dan dapat melakukan coping dengan baik, ketiga wanita dewasa awal mulai dapat mengikhlaskan dan tidak lagi menyesali peristiwa perkosaan yang mereka alami. Mereka meyakini bahwa peristiwa perkosaan tersebut dapat menjadi pelajaran bagi orang lain. Mereka juga merasa bahwa hidup mereka menjadi lebih baik setelah peristiwa tersebut.

Proses *posttraumatic growth* pada ketiga wanita dewasa awal korban kekerasan seksual tampak dominan dipengaruhi oleh dukungan sosial. Fuadi (2012) menjelaskan bahwa ketika korban mendapat dukungan sosial, korban akan berupaya memanipulasi kognisinya dengan melakukan penyangkalan bahwa yang terjadi tidak seburuk yang dipikirkan. Manipulasi kognisi yang disertai dengan dukungan sosial ini yang kemudian membantu korban untuk menyusun strategi coping yang tepat atas permasalahan yang dihadapinya.

Pasca peristiwa kekerasan seksual, dalam hal ini perkosaan, ketiga subjek menunjukkan perubahan positif. Hal tersebut sejalan dengan penelitian Calhoun dan Tedeschi (2006) yang menemukan bahwa individu yang mengalami *posttraumatic growth* akan mengalami perubahan positif pada lima dimensi, yaitu hubungan dengan orang lain, kekuatan personal, kemungkinan-kemungkinan baru, perubahan kehidupan spiritual, dan penghargaan terhadap hidup.

Perubahan positif dalam hubungan ketiga wanita dewasa awal dengan orang lain dapat terlihat dari adanya dukungan dan empati, baik dari keluarga, teman, lembaga perlindungan perempuan dan anak, maupun orang lain secara umum. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Draucker dan kolega (2009) yang menemukan bahwa wanita dewasa korban kekerasan seksual mendapat dukungan dari keluarga dan teman. Selanjutnya, ketiga wanita dewasa awal juga memiliki empati yang lebih tinggi terhadap orang-orang yang mengalami hal serupa.

Hasil penelitian Guerette & Caron (2007) menunjukkan bahwa wanita dewasa korban kekerasan seksual akan memiliki empati yang lebih tinggi terhadap korban lain.

Wanita dewasa awal pertama juga menjadi lebih dekat dengan teman-teman yang mendukung dan tidak menghakiminya atas peristiwa yang ia alami. Sementara, wanita dewasa awal kedua menjadi lebih dekat dengan orang tuanya. Tidak hanya dekat, hubungan kedua wanita dewasa awal dengan orang-orang tersebut juga menjadi lebih bermakna dan berharga. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Borja dan Kolega (2006) yang menemukan bahwa wanita dewasa korban kekerasan seksual mengalami peningkatan dalam hubungan dengan orang lain, baik keluarga, teman maupun orang lain secara umum.

Selanjutnya, perubahan positif pada dimensi kekuatan personal dapat terlihat dari kesadaran atas kekuatan dalam diri mereka, mampu menerima kondisi saat ini dan meyakini bahwa peristiwa yang dialami merupakan takdir yang harus dijalani dan dijadikan sebagai pelajaran. Selain itu, wanita dewasa awal pertama juga merasa lebih berguna dan menginspirasi setelah sering membagikan pengalamannya. Sementara, wanita dewasa awal kedua dan ketiga merasa lebih mampu mengatasi kesulitan dan masalah. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Guerette & Caron (2007) yang menemukan bahwa wanita dewasa korban kekerasan seksual mengalami peningkatan kekuatan personal. Hal tersebut disebabkan karena para korban menyadari bahwa peristiwa yang mereka alami bukan merupakan kesalahan mereka.

Selanjutnya, perubahan positif pada dimensi kemungkinan-kemungkinan baru dapat terlihat dari adanya aktivitas-aktivitas baru. Wanita dewasa awal pertama lebih aktif mengikuti kegiatan-kegiatan yang berkaitan dengan feminisme, termasuk kampanye anti kekerasan seksual. Ia juga lebih sering membagikan pengalamannya, baik secara langsung maupun lewat media sosial. Menurut Ulloa (2016), korban kekerasan seksual dapat termotivasi untuk menjadi advokat atau *agent of change* karena meyakini bahwa kekerasan seksual merupakan akibat dari adanya misogini dan seksisme, baik secara institusional maupun sosial.

Sementara, aktivitas baru pada wanita dewasa awal kedua adalah bekerja, mengurus anak, mengurus suami, melakukan pekerjaan rumah tangga, dan menjaga usaha warung yang dibukakan oleh suaminya. Sementara, wanita dewasa awal ketiga memiliki beberapa aktivitas

baru setelah tinggal di *shelter*, yaitu mengurus anak, melakukan pekerjaan rumah tangga, dan mengkoordinir para dampingan.

Perubahan positif pada dimensi kehidupan spiritual dapat terlihat dari adanya peningkatan dalam melaksanakan ritual keagamaan, seperti sholat wajib, sholat sunnah, mengaji, berpuasa, dan menonton ceramah agama, pada wanita dewasa awal kedua dan ketiga. Ketiga wanita dewasa awal juga menerima bahwa peristiwa kekerasan seksual yang mereka alami adalah takdir dan cobaan yang harus dijalani. Wanita dewasa awal kedua dan ketiga juga meyakini bahwa Tuhan tidak akan memberikan cobaan di luar batas kemampuan mereka. Sementara, wanita dewasa awal pertama meyakini bahwa pasti terdapat maksud dan tujuan dibalik peristiwa yang ia alami. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Kennedy dan Kolega (1998) yang menemukan bahwa korban kekerasan seksual mengalami peningkatan spiritualitas dan *well being*.

Perubahan positif pada dimensi penghargaan terhadap hidup dapat terlihat dari adanya rasa syukur atas hidup mereka saat ini, yang menurut mereka lebih baik daripada hidup mereka sebelumnya. Wanita dewasa awal pertama dan kedua juga merasa bahwa mereka lebih beruntung dari orang lain. Sementara, wanita dewasa awal pertama dan ketiga memiliki motivasi untuk menjadi lebih baik daripada sebelumnya. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Frazier dan kolega (2004) yang menemukan bahwa wanita dewasa korban kekerasan seksual mengalami peningkatan penghargaan terhadap hidup.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data, dapat disimpulkan bahwa tahapan yang dilalui wanita dewasa awal korban kekerasan seksual untuk mencapai *posttraumatic growth* adalah ruminasi otomatis, pengelolaan dan penurunan distress emosional, dan ruminasi terarah. Perbedaan dinamika dalam mencapai *posttraumatic growth* dipengaruhi oleh perbedaan karakteristik peristiwa, karakteristik individu, dukungan sosial, dan lain-lain. Meskipun begitu, ditemukan bahwa proses pencapaian *posttraumatic growth* sangat dipengaruhi oleh dukungan sosial.

Wanita dewasa awal korban kekerasan seksual juga menunjukkan perubahan positif yaitu mengalami peningkatan kedekatan dengan orang lain, mendapat dukungan dari orang lain, memiliki rasa empati yang lebih tinggi, menyadari kekuatan dalam diri, mampu

menerima kondisi saat ini, memiliki aktivitas-aktivitas baru, mengalami peningkatan kegiatan ritual keagamaan dan spiritualitas, meyakini bahwa peristiwa kekerasan seksual yang dialami merupakan takdir dan cobaan dari Tuhan, merasa bersyukur karena menganggap hidupnya lebih baik dibandingkan orang lain, dan memiliki prioritas-prioritas hidup baru.

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti merekomendasikan beberapa saran. Bagi wanita dewasa awal korban kekerasan seksual, diharapkan dapat mencari dukungan sosial dan melakukan kegiatan-kegiatan positif untuk membantu proses pemulihan. Bagi keluarga atau orang-orang terdekat, diharapkan dapat memberi dukungan dan pendampingan pada korban kekerasan seksual karena dukungan sosial merupakan hal yang penting dan sangat dibutuhkan oleh korban kekerasan seksual dalam proses pemulihan. Selain itu, keluarga atau orang-orang terdekat juga diharapkan dapat mengarahkan korban kekerasan seksual pada kegiatan-kegiatan yang positif. Bagi penelitian selanjutnya, diharapkan dapat melibatkan subjek dalam jumlah yang lebih banyak untuk memperkaya data penelitian. Selain itu, penelitian selanjutnya juga dapat membandingkan bentuk kekerasan seksual yang berbeda karena kemungkinan terdapat perbedaan tingkat, proses, atau gambaran *posttraumatic growth*.

PUSTAKA ACUAN

- Badan Pusat Statistik. (2017, Maret 30). Prevalensi kekerasan terhadap perempuan di Indonesia: Hasil survei pengalaman hidup perempuan nasional 2016. *Berita Resmi Statistik Badan Pusat Statistik* [on-line]. Diakses pada 27 Maret 2018 dari <https://www.bps.go.id/pressrelease/2017/03/30/1375/satu-dari-tiga-perempuan-usia-15---64-tahun-pernah-mengalami-kekerasan-fisik-dan-atau-seksual-selama-hidupnya.html>.
- Borja, S. E., Callahan, J. L., & Long, P. J. (2006). Positive and negative adjustment and social support of sexual assault survivors. *Journal of Traumatic Stress, 9*(6), 905-914.
- Briere, J., & Runtz, M. (1988). Post sexual abuse trauma: Data and implication for clinical practice. *Journal of Interpersonal Violence, 2*(4), 367-379.
- Calhoun, L. G., & Tedeschi, R. G. (2006). *Handbook of posttraumatic growth: Research and practice*. New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Coker, A. L., McKeown, R. E., Sanderson, M., & Davis, K. E. (2000). Severe dating violence and quality of life among South Carolina High Schools students. *Am J Prev Med, 19*(4), 220-228.
- Dartnall, E. (2013). Sexual violence against women: The scope of the problem. *Best Practice & Research Clinical Obstetrics and Gynaecology, 27*, 3-13.

- Draucker, C. B., Martsolf, D. S., Ross, R., Cook, C., Stidham, A. W., & Mweemba, P. (2009). The essence of healing from sexual violence: A qualitative metasynthesis. *Research in Nursing and Health, 32*, 366-378.
- Faturochman, E. S. (2002). Dampak sosial psikologis perkosaan. *Buletin Psikologi, 10(1)*, 9-23.
- Frazier, P., Tashiro, T., Berman, M., Steger, M., & Long, J. (2004). Correlates of levels and patterns of positive life changes following sexual assault. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 72(1)*, 19-30.
- Fuadi, M. A. (2012). Dinamika psikologis kekerasan seksual: Sebuah studi fenomenologi. *Jurnal Psikologi Islam, 8(2)*, 191-208.
- Guamarawati, N. A. (2009). Suatu kajian kriminologis mengenai kekerasan terhadap perempuan dalam relasi pacaran heteroseksual. *Jurnal Kriminologi Indonesia, 5(1)*, 43-55.
- Guerette, S. M., & Caron, S. L. (2007). Assessing the impact of acquaintance rape: Interviews with women who are victims/survivors of sexual assault while in college. *Journal of College Student Psychotherapy, 22(2)*, 31-50.
- Harnoko, B. R. (2010). Di balik tindak kekerasan terhadap perempuan. *Muzawah, 2(1)*, 181-188.
- Heise, L., & Garcia-Moreno, C. (2002). Violence by intimate partner. In E. G. Krug, L. L. Dahlberg, J. A. Mercy, A. B. Zwi, & R. Lozano, *World Report on Violence and Health* (pp. 87-113). Geneva: World Health Organization.
- Joseph, S., & Linley, P. A. (2012). *Trauma, Recovery and Growth*. New Jersey: John Wiley and Sons, Inc.
- Karnaji. (2017). Perkosaan anak perempuan: Pelaku dan pola kejadian. *Masyarakat, Kebudayaan dan Politik, 30(1)*, 76-83.
- Kennedy, J. E., Davis, R. C., & Taylor, B. G. (1998). Changes in spirituality and well-being among victims of sexual assault. *Journal for the Scientific Study of Religion, 37*, 322-328.
- Komnas Perempuan. (2013). 15 bentuk kekerasan seksual. *Publikasi Komnas Perempuan* [on-line]. Diakses pada 27 Juni 2017 dari <https://www.komnasperempuan.go.id/wp-content/uploads/2014/12/15-Bentuk-Kekerasan-Seksual1.pdf>.
- Komnas Perempuan. (2014, Maret 07). Kegentingan kekerasan seksual: Lemahnya upaya penanganan negara. *Catatan Tahunan Komnas Perempuan 2014* [on-line]. Diakses pada tanggal 20 April 2017 dari <http://www.komnasperempuan.go.id/siaran-pers-komnas-perempuan-catatan-tahunan-catahu-2014-kegentingan-kekerasan-seksual-lemahnya-upaya-penanganan-negara-7-maret-2014.pdf>.
- Komnas Perempuan. (2015, Maret 07). Kekerasan seksual: Kenali dan tangani. *Catatan Tahunan Komnas Perempuan 2015* [on-line]. Diakses pada tanggal 20 April 2017 dari <http://www.komnasperempuan.go.id/siaran-pers-komnas-perempuan-catatan-tahunan-catahu-2015-kekerasan-seksual-kenali-dan-tangani-7-maret-2015.pdf>.
- Komnas Perempuan. (2016, Maret 07). Kekerasan terhadap perempuan meluas: Negara urgen hadir hentikan kekerasan terhadap perempuan di ranah domestik, komunitas dan negara. *Catatan Tahunan Komnas Perempuan 2016* [on-line]. Diakses pada tanggal 20 April 2017 dari <http://www.komnasperempuan.go.id/siaran-pers-komnas-perempuan-catatan-tahunan-catahu-2016-kekerasan-terhadap-perempuan-meluas-negara-urgen-hadir-hentikan-kekerasan-terhadap-perempuan-di-ranah-domestik-komunitas-dan-negara-7-maret-2016.pdf>.

- Komnas Perempuan. (2017, Maret 07). Labirin kekerasan terhadap perempuan: Dari gang rape, hingga femicide, alarm bagi negara untuk bertindak tepat. *Catatan Tahunan Komnas Perempuan 2017* [on-line]. Diakses pada tanggal 20 April 2017 dari <http://www.komnasperempuan.go.id/siaran-pers-komnas-perempuan-catatan-tahunan-catahu-2017-labirin-kekerasan-terhadap-perempuan-dari-gang-rape-hingga-femicide-alarm-bagi-negara-untuk-bertindak-tepat-jakarta-7-maret-2017.pdf>.
- Kompas. (2017, Maret 21). Perangi kejahatan seksual hingga tuntas. *Kompas* [on-line]. Diakses pada 20 April 2017 dari <https://nasional.kompas.com/read/2017/03/21/17112451/perangi.kejahatan.seksual.hingga.tuntas>.
- Mason, J. R. (2013.). *Posttraumatic growth in female sexual assault survivors*. Knoxville: The University of Tennessee.
- Mustaqim, A. (2017, Maret 30). Survei BPS: 1 dari 3 wanita Indonesia alami kekerasan seksual. *Detik News* [on-line]. Diakses pada tanggal 17 April 2017 dari <https://www.detik.com/news/berita/d-3460316/survei-bps-1-dari-3-wanita-indonesia-alami-kekerasan-seksual>.
- National Sexual Violence Resource Center. (2015). Statistics about sexual violence. *National Sexual Violence Resource Center* [on-line]. Diakses pada 27 Maret 2018 dari <https://www.nsvrc.org/statistics-about-sexual-violence.pdf>.
- Stathopoulos, M. (2012, Oktober 03). Sibling sexual abuse. *ACSSA Research Summary* [on-line]. Diakses pada 20 November 2017 dari <https://aifs.gov.au/publications/sibling-sexual-abuse>.
- Stroebel, S. S., O'Keefe, S. L., Beard, K. W., Kou, S. Y., Swindell, S. V., & Kommor, M. J. (2012). Father-daughter incest: Data from an anonymous computerized survey. *Journal of Child Sexual Abuse, 21*, 176-199.
- Sulistyaningsih, E., & Faturochman. (2009). Dampak sosial psikologis perkosaan. *Buletin Psikologi, 10(1)*, 9-23.
- Sumera, M. (2013). Perbuatan kekerasan atau pelecehan seksual terhadap perempuan. *Lex et Societatis, 1(2)*, 39-49.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (1996). The posttraumatic growth inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic Stress, 9(3)*, 455-469.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry, 15(1)*, 1-18.
- Tsai, M., & Wagner, N. (1978). Therapy group for women sexually molested as children. *Archives of Sexual Behavior, 7*, 417-429.
- Ulloa, E., Guzman, M. L., Salazar, M., & Cala, C. (2016). Posttraumatic growth and sexual violence: A literature review. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma, 25(3)*, 286-304.
- World Health Organization. (2002). *World report on violence and health*. Geneva: World Health Organization.