**KESEJAHTERAAN SUBJEKTIF PADA PEREMPUAN**

**KORBAN PELECEHAN SEKSUAL**

***SUBJECTIVE WELL-BEING OF WOMEN VICTIMS OF SEXUAL HARASSMENT***

**Ema Apriliani1, Kamsih Astuti2, Erydani Anggawijayanto3**

Universitas Mercu Buana Yogyakarta

[Emaapriliani46@gmail.com](mailto:Emaapriliani46@gmail.com)

081225561166

**Abstrak**

Di indonesia marak terjadi pelecehan seksual yang mayoritas korbannya adalah perempuan. Tidak mudah untuk perempuan yang pernah mengalami pelecehan seksual untuk hidup sejahtera dan bertahan ditengah masyarakat. Banyak dampak psikologis yang dirasakan oleh korban di antaranya mudah tersinggung, sedih, takut, jengkel, marah, malu, bahkan menyalahkan diri sendiri. Korban seringkali diasingkan oleh lingkungan sekitarnya karena berbagai alasan yang cenderung menyalahkan korban daripada pelaku. Rasa bersalah, ketakutan dan *self-blaming* yang dialami berkaitan dengan kesejahteraan subjektif mereka. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kesejahteraan subjektif pada perempuan yang mengalami pelecehan seksual dan faktor apa saja yang mempengaruhinya. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Jumlah partisipan sebanyak dua wanita dewasa awal yang mengalami pelecehan seksual dan dua *significant other*s yang merupakan anggota keluarga partisipan. Data dikumpulkan menggunakan wawancara semi terstruktur dan diperiksa kembali dengan wawancara terhadap *significant other*. Hasil penelitian menunjukan bahwa partisipan NS dan ZN yang menjadi korban pelecehan seksual sudah dapat mencapai kesejahteraan subjektif. Hal tersebut dapat terjadi karena adanya dukungan dari keluarga atau orang-orang terdekat korban dan faktor-faktor lain dari dalam diri korban. Menjadi korban pelecehan seksual tentu membuat partisipan mendapatkan banyak dampak negatif, namun partisipan dapat melewati fase tersebut secara perlahan dan dapat mencapai kesejahteraan subjektifnya. Kedua partisipan juga menjadi pribadi yang lebih positif setelah mencapai fase penerimaan sebagai korban pelecehan seksual dan dapat mengambil hikmah dari peristiwa yang dialaminya.

***Kata kunci: Kesejahteraan subjektif, pelecehan seksual.***

***Abstract***

*In Indonesia, sexual harassment is rampant, the majority of the victims are women. It is not easy for women who have experienced sexual harassment to live in prosperity and survive in society. Many of the psychological impacts felt by victims include irritability, sadness, fear, irritation, anger, shame, and even self-blame. Victims are often ostracized by the surrounding environment for various reasons which tend to blame the victim rather than the perpetrator. The guilt, fear and self-blaming they experience are related to their subjective well-being. The purpose of this study was to determine the subjective well-being of women who have experienced sexual harassment and what factors influence it. This study uses a qualitative method with a case study approach. The number of participants was two early adult women who experienced sexual harassment and two significant others who were family members of participants. Data were collected using semi-structured interviews and re-examined by interviewing the significant other. The results showed that NS and ZN participants who were victims of sexual harassment were able to achieve subjective well-being. This can happen because of the support from the family or people closest to the victim and other factors from within the victim. Being a victim of sexual harassment certainly makes participants get a lot of negative impacts, but participants can go through this phase slowly and can achieve their subjective well-being. Both participants also became more positive individuals after reaching the acceptance phase as victims of sexual harassment and could take lessons from the events they experienced.*

***Keywords: Subjective well-being, sexual harassment.***

**PENDAHULUAN**

Saat ini banyak sekali kejahatan yang terjadi di Indonesia, bahkan setiap harinya tindak kejahatan selalu terjadi di lingkungan kita. Berbagai jenis tindak kejahatan yang dilakukan di antaranya adalah tindak kejahatan kekerasan terhadap perempuan. Pada tahun 2020 Komnas Perempuan mencatat sebanyak 299.911 kasus kekerasan terhadap perempuan (Komnas Perempuan, 2020). Adapun jenis kekerasan seksual yang marak terjadi adalah perkosaan, pelecehan seksual, pencabulan, percobaan perkosaan, persetubuhan dan beberapa kekerasan seksual lain yang tidak dijelaskan secara terperinci. Pada penelitian ini, fokus penelitian ada pada kasus tindak kejahatan pelecehan seksual yang menempati posisi ketiga terbanyak setelah kasus kekerasan seksual lain dan perkosaan.

Menurut Asfar, A., Mistari dan Sunarti (2020) mengungkapkan bahwa pelecehan seksual dapat terjadi di mana saja dan kapan saja, baik ditempat umum seperti bis, pasar, sekolah, kantor, maupun di tempat pribadi seperti rumah. Pelaku pelecehan seksual sendiri tidak terbatas oleh gender dan hubungan dengan korban artinya pelecehan seksual bisa dilakukan baik oleh laki-laki maupun perempuan dengan korban siapapun tidak terkecuali kepada istri atau suami, pacar, orang tua, saudara kandung, teman, kerabat dekat, bahkan kepada orang yang tidak dikenal. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Summera (2013) menyatakan bahwa di Indonesia sendiri yang paling banyak menjadi korban pelecehan seksual adalah perempuan, sedangkan pelakunya adalah laki-laki. Dalam hal ini, sistem nilai yang masih menggambarkan perempuan sebagai sosok yang lemah dan lebih rendah dibandingkan laki-laki, dan menempatkan perempuan dalam posisi subordinasi dan marginalisasi di mana perempuan harus dikuasai, dieksploitasi dan diperbudak laki-laki karena perempuan masih dipandang sebagai *second class citizen* (Summera, 2013).

Winarsunu (2008) menyatakan bahwa pelecehan seksual merupakan perilaku yang dilakukan secara sepihak dan memiliki implikasi seksual yang tidak diinginkan oleh korban. Bentuknya dapat berupa ucapan, tulisan, simbol, isyarat dan tindakan yang berkonotasi seksual. Perilaku berkonotasi seksual dapat dianggap pelecehan seksual jika mengandung unsur-unsur seperti pemaksaan sepihak oleh pelaku, dimotivasi oleh pelaku, sesuatu yang tidak diinginkan korban, dan menyebabkan penderitaan bagi korban.

Banyak dampak psikologis yang dirasakan oleh korban pelecehan seksual menurut Asfar, A., dkk. (2020) di antaranya yaitu mudah tersinggung, sedih, takut, jengkel, marah, malu dan lain sebagainya. Taslim (1995) juga mengungkapkan jika pengalaman pelecehan tersebut akan membuat korban semakin takut untuk mengungkapkan apa yang terjadi pada dirinya dan beranggapan bahwa dirinya telah merusak nama baik keluarga, sehingga korban cenderung akan melakukan *self-blaming* yang membuat semakin memperburuk keadaannya. Seringkali rasa bersalah ini juga membuat korban enggan untuk berbagi pengalaman dengan orang-orang di sekitarnya karena takut menerima “vonis” dari lingkungan. Korban pelecehan seksual akan cenderung mempunyai perasaan tertekan, penuh dengan distres, cemas, depresi dan mengalami perasaan-perasaan yang tidak menyenangkan. Kondisi ini menunjukkan bahwa korban pelecehan seksual cenderung mempunyai kesejahteraan subjektif yang rendah (Samman, 2007).

Kesejahteraan subjektif sendiri merupakan evaluasi terhadap kehidupan seseorang termasuk yang berhubungan dengan kepuasan hidup, perasaan senang dan perasaan kurang nyaman (Lopez, Pedrotti, & Snyder, 2018). Secara garis besar, indeks kesejahteraan subjektif seseorang dapat dilihat dari dua variabel utama, yaitu kebahagiaan dan kepuasan dalam hidup (Compton, 2005). Individu dengan indeks kesejahteraan subjektif yang tinggi adalah individu yang merasa puas dengan hidupnya dan sering merasa bahagia, serta jarang merasakan emosi yang tidak menyenangkan seperti marah atau sedih, dan sebagainya. Sebaliknya, individu dengan kesejahteraan subjektif yang rendah adalah individu yang merasa kurang puas dengan hidupnya, jarang merasa bahagia, dan lebih sering merasakan emosi yang tidak menyenangkan, seperti marah, cemas, dan lain sebagainya. Dalam penelitian lain,kesejahteraan subjektif juga berpengaruh terhadap tingkat kesehatan. Rendahnya tingkat kesejahteraan subjektif individu dapat mengakibatkan rendahnya kualitas kesehatan dan *longevity* individu pada kemudian hari (Diener & Chan, 2011).

**METODE**

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Jumlah partisipan sebanyak dua wanita dewasa awal yang mengalami pelecehan seksual dan dua *significant other*s yang merupakan anggota keluarga atau saudara partisipan. Data dikumpulkan menggunakan wawancara semi terstruktur. Teknik pemantapan kredibilitas yang digunakan adalah triangulasi data dan metode. Penggalian data tidak hanya dilakukan pada subjek, tetapi juga pada significant others.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil dari penelitian diatas menunjukkan bahwa kedua partisipan sempat mengalami kebingungan dan penyesalan setelah pelecehan seksual yang mereka alami. NS yang sempat menyalahkan dirinya sendiri karena tidak dapat melawan pelaku setiap kali melecehkan NS dan hal tersebut sempat membuat NS kebingungan terhadap apa yang ia rasakan dan apa yang sebenarnya terjadi kepada NS. Begitu pula dengan partisipan ZN yang juga merasa menyesal dan menyalahkan dirinya sendiri karena merasa tidak dapat menghindari pelecehan seksual yang dialaminya dan beranggapan bahwa dirinya seperti memberikan peluang kepada pelaku dengan mengizinkan pelaku bertamu ke rumahnya sehingga pelecehan tersebut tidak dapat terelakkan. Wijaya, dan Widiastuti (2019) mengatakan banyak faktor yang menyebabkan korban pelecehan seksual masih tidak mau mengungkapkan semua kejadian yang terjadi antara lain rasa kebingungan (tidak tahu menggambarkan dirinya sendiri tentang apa yang terjadi), perasaan malu, sikap disalahkan oleh orang lain dan memposisikan korban sebagai pihak yang "bersalah" karena gaya pakaian, gaya hidup dan kehidupan pribadi yang menggambarkan korban bukan perempuan "baik" terutama jika melakukan penyelidikan atas insiden pelecehan, perasaan bersalah korban atas apa yang terjadi, tidak bisa menerima gagasan bahwa dia adalah korban, atau perasaan bahwa dia harus bisa menghentikan pelecehan itu, penyangkalan (tidak mau percaya bahwa itu benar-benar terjadi), minimizing atau defence mechanism (mengatakan pada diri sendiri bahwa “Ini bukan masalah besar,” “Aku terlalu sensitif saja,” atau “Saya malu”).

Respon awal yang muncul dari trauma adalah ruminasi otomatis. Menurut Sesca (2018) ruminasi mengacu pada kecenderungan memikirkan berulang kali tentang penyebab, faktor situasional, dan konsekuensi dari pengalaman (emosional) negatif pada seseorang.

Ruminasi otomatis pada kedua partisipan 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) yang menyatakan bahwa ruminasi yang umumnya muncul pada korban pelecehan seksual adalah perasaan cemas, menyalahkan diri sendiri, ketakutan terhadap pelaku dan reaksi dari orang lain. Terbukti pada apa yang dirasakan dan dialami oleh NS yang sempat menyalahkan dirinya sendiri karena tidak dapat melawan pelaku setiap kali melecehkan NS dan hal tersebut sempat membuat NS kebingungan terhadap apa yang ia rasakan. Begitu pula dengan partisipan ZN yang juga merasa menyesal karena merasa tidak dapat menghindari pelecehan seksual yang dialaminya dan beranggapan bahwa dirinya seperti memberikan peluang kepada pelaku dengan mengizinkan pelaku bertamu ke rumahnya sehingga pelecehan tersebut tidak dapat terelakkan.

Seperti hal yang diungkapkan oleh partisipan NS bahwa dirinya memiliki ketakutan untuk mengungkapkan apa yang telah dialaminya karena takut akan stigma negatif yang menyalahkan dan menuduh NS sebagai perempuan penggoda. Partisipan ZN juga merasakan hal yang sama yaitu mengalami perasaan takut jika orang lain mengetahui bahwa ZN menjadi korban pelecehan seksual dan menyebar luaskan berita tersebut sehingga ZN yang akan disalahkan karena memiliki banyak teman lelaki.

Akibat yang timbul dari pelecehan seksual yang dialami para korban menyebabkan terganggunya kesejahteraan subjektif yang dimiliki korban seperti yang diungkapkan oleh Taslim (1995) bahwa rasa bersalah, ketakutan dan self-blaming yang dialami berkaitan dengan kesejahteraan subjektif para korbannya. Hermayeni dan Aviani (2017) juga menambahkan bahwa korban pelecehan seksual berhak mendapatkan kesejahteraan subjektif dalam menjalani hidupnya.

Kesejahteraan merupakan salah satu kualitas hidup individu dan masyarakat, hal ini dapat dirasakan individu jika memiliki kebahagiaan dalam hidupnya. Sejalan dengan pendapat dari Diener bahwa individu yang memiliki kebahagiaan dalam hidupnya merupakan kehidupan yang baik dimilikinya (Utami, 2012). Veenhoven juga menambahkan bahwa kebahagiaan sebagai bagian dari kesejahteraan subjektif dapat memfasilitasi kontak sosial, individu yang bahagia memiliki lebih sedikit stres (Utami, 2012).

Kesejahteraan subjektif merupakan penilaian individu mengenai kehidupannya yang terdiri dari penilaian secara kognitif mengenai kepuasan hidup dan penilaian secara afektif mengenai kondisi emosional, apakah kondisi emosional individu memiliki afek positif yang lebih tinggi dibandingkan dengan afek negatif yang dimiliki. Afek positif atau menyenangkan dapat tergambar ketika individu merasakan kegembiraan, kelegaan, kasih sayang, dan ketika individu mengalami afek negatif atau afek yang tidak menyenangkan maka akan merasakan ketakutan, kemarahan, dan kesedihan, serta pendapat pribadi yang kurang baik tentang kepuasan hidup.

Pasca pelecehan seksual kedua partisipan sempat menyatakan bahwa mereka tidak memiliki kepuasan terhadap kehidupannya. NS dan ZN merasa bahwa kehidupan mereka begitu kacau dan mereka merasa sedang berada di titik terendahnya. Hal tersebut juga membuat kedua partisipan lebih banyak merasakan afek negatif seperti kesedihan, marah, cemas, takut, trauma, depresi, dan masih banyak lagi dibandingkan dengan afek negatif yang mereka rasakan. Namun seiring berjalannya waktu, kedua partisipan mampu bangkit dari keterpurukannya sebagai korban pelecehan seksual dengan bantuan atau dukungan dari keluarga dan orang-orang terdekat partisipan sehingga kedua partisipan NS dan ZN menyatakan bahwa mereka sudah kembali memiliki kepuasan dalam hidup mereka. Kedua partisipan dapat sedikit demi sedikit meninggalkan masa lalu mereka yang kelam dan dapat hidup normal kembali serta mendapatkan begitu banyak cinta dan kasih sayang dari keluarga yang membuat mereka dapat merasa puas dan beryukur dengan kehidupan mereka saat ini. Emosi negatif yang sebelumnya selalu partisipan NS dan ZN rasakan juga perlahan mulai hilang dan kedua partisipan juga bisa memandang kehidupannya secara lebih positif.

Kesejahteraan subjektif berhak dimiliki oleh setiap individu, begitu juga dengan korban yang mengalami pelecehan seksual. Korban pelecehan seksual cenderung memiliki kesejahteraan subjektif yang rendah hal ini dikarenakan korban pelecehan seksual akan cenderung mempunyai perasaan tertekan, penuh dengan distres, cemas, depresi dan mengalami perasaan-perasaan yang tidak menyenangkan lainnya (Wijaya & Widiastuti, 2019).

Stockdale, Logan, dan Weston (2009) juga menambahkan bahwa pelecehan seksual dapat menyebabkan Post Traumatic Stres Disorder pada korbannya. Hal ini juga sejalan dalam penelitian yang dilakukan oleh Kilpatrick dkk (dalam Knight, 2005) bahwa 29,8% anak perempuan mengalami PTSD akibat pelecehan seksual. Hal ini juga diungkapkan oleh kedua partisipan NS dan ZN yang mengalami trauma akibat pelecehan seksual sehingga mereka merasa tidak beharga dan tidak memiliki kebanggan terhadap diri sendiri yang bahkan sampai sekarang masih partisipan ZN rasakan, namun berbeda dengan partisipan NS yang perlahan dapat kembali merasa berharga karena dukungan dari lingkungan sekitarnya. Partisipan NS dan ZN juga merasa lingkungan di sekitarnya tidak aman dan membuat mereka takut ketika berdekatan dengan lawan jenis, sehingga cenderung menarik diri dari lingkungan sekitarnya.

Namun seiring berjalannya waktu, partisipan NS dan ZN dapat membuka diri dan kembali bersosialisasi. Mereka perlahan dapat menceritakan apa yang mereka alami kepada orang-orang terdekat yang dipercaya sehingga mereka dapat menemukan sudut pandang baru mengenai apa yang dialami dan berhasil melewati masa-masa krisis mereka. Seperti diungkapkan Joseph & Linley (2012), meskipun pelecehan seksual banyak menimbulkan dampak negatif namun sebagian perempuan dapat melewati keadaan krisis tersebut, bahkan dapat menjalani kehidupan yang lebih positif setelahnya.

Penelitian yang dilakukan oleh Guerette dan Caron (2007) menemukan bahwa sebagian korban pelecehan seksual merasakan adanya perubahan yang positif setelah peristiwa pelecehan seksual yang dialami, seperti menjadi lebih kuat, lebih berhati-hati, lebih dekat degan keluarga, dan lebih berempati terhadap korban pelecehan seksual,dan lain-lain. Hasil penelitian tersebut sesuai dengan apa yang dialami partisipan NS dan ZN yang merasa bahwa mereka lebih kuat dari apa yang dibayangkan karena masih bisa bertahan di tengah krisis mereka menjadi korban pelecehan seksual. Partisipan NS juga merasakan perubahan pada ibunya yang semula jarang memiliki waktu untuk NS sampai akhirnya selalu menemani NS agar tidak sendirian. Begitupun dengan partisipan ZN yang menjadi begitu dekat dengan sang ibu dan selalu berbagi keluh kesah.

Selain itu, untuk membantu korban pelecehan seksual agar dapat melewati masa krisisnya dan menjalani hidupnya dengan baik, dukungan dari keluarga maupun orang terdekat dari korban sangatlah berperan penting. Hal ini juga diungkapkan oleh Hardjo dan Novita (2015) bila korban pelecehan seksual mendapatkan dukungan sosial dari keluarga dan orang-orang di sekitarnya, kemungkinan besar korban tidak merasa terkucilkan dan terpisah dari kelompok. Partisipan NS dan ZN mengatakan bahwa mereka mendapat dukungan dari keluarga dan orang terdekat mereka agar dapat melewati masa krisis dan tidak terpuruk dengan kejadian yang dialami. Partisipan NS juga menambahkan bahwa orang-orang sekitarnya selalu memotivasi dengan mengatakan bahwa kejadian yang dialaminya tidak akan mengurangi nilai kebaikan yang dimiliki oleh NS sedikitpun.

Kedua partisipan ini perlahan mampu merasa bersyukur dan menerima kejadian yang telah dialami. Rasa bersyukur korban pelecehan seksual atas peristiwa masa lalu yang dialami sangatlah penting agar dapat meningkatkan kesejahteraan subjektif pada korban. Sapmaz dkk, (2016) menambahkan bahwa kebersyukuran mempunyai korelasi positif dengan kesejahteraan psikologis seseorang, selain itu hal tersebut juga menunjukkan korelasi positif dengan kepuasan hidup, afek positif, dan mempunyai korelasi negatif dengan afek negatif. Efek bersyukur sangat baik untuk kesehatan mental dan kesehatan fisik, sangat efektif menenangkan pikiran dan menangkal berbagai kekecewaan dan kepahitan (Arif, 2016). Pernyataan tersebut sejalan dengan NS yang dapat merasa bersyukur karena masih diberikan kekuatan oleh Allah SWT untuk bertahan ketika merasa sendirian dan tidak memiliki siapa-siapa sampai akhirnya NS menyadari dan memberanikan diri untuk mulai bercerita tentang apa yang dialami dan rasakan kepada orang-orang terdekat yang dipercayai. Begitu juga dengan ZN yang merasa bersyukur kepada Allah SWT karena masih diberikan mental yang cukup kuat sampai saat untuk dapat bertahan dan belajar untuk menjadi pribadi yang lebih sabar dan ikhlas terhadap kejadian yang menimpanya.

**KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan subjektif pada perempuan korban pelecehan seksual sangatlah penting, karena dengan kesejahteraan subjektif yang dimiliki perempuan yang menjadi korban pelecehan seksual dapat membuatnya melanjutkan hidupnya dengan lebih baik, kemudian dapat belajar dari peristiwa yang telah dialami untuk meningkatkan kualitas hidupnya di masa depan, serta harus bisa menerima peristiwa yang terjadi di masa lalu dan mampu mengatasi peristiwa yang menyebabkan trauma.

Menjadi korban pelecehan seksual pasti membuat partisipan mendapatkan banyak dampak negatif, namun partisipan dapat melewati fase tersebut secara perlahan dan dapat mencapai kesejahteraan subjektifnya kembali. Kedua partisipan juga menjadi pribadi yang lebih positif setelah mencapai fase penerimaan sebagai korban pelecehan seksual dan dapat mengambil hikmah dari peristiwa yang dialaminya.

Dukungan dari keluarga dan orang-orang terdekat juga merupakan hal yang penting untuk meningkatkan kesejahteraan subjektif yang dialami korban pelecehan seksual. Dengan dukungan tersebut, partisipan dapat meningkatkan motivasi, optimisme masa depan, harga diri, membuat partisipan merasalebih berharga, dan sebagainya. Seperti yang dialami oleh partisipan NS yang mendapatkan dukungan dari orang tua dan juga sahabat terdekat atas kejadian yang dialaminya sehingga membuat NS lebih percaya terhadap dirinya. Sedangkan untuk partisipan ZN mendapat dukungan dari orang tua (Ibu ZN) dan juga teman terdekat yang selalu mendukung dan selalu ada untuk ZN membuatnya tidak merasa kesepian dan lebih merasa bersyukur.

Bagi penelitian selanjutnya, diharapkan dapat membandingkan faktor-faktor kesejahteraan subjektif dari tokoh lainnya yang berbeda dengan faktor-faktor yang digunakan didalam penelitian ini.

**DAFTAR PUSTAKA**

Arif, I. A. (2016). Psikologi positif, pendekatan saintifik menuju kebahagiaan. Jakarta: Gramedia

Asfar, A., Mistari, & Sunarti. (2020). Hubungan Pelecehan Seksual Dengan Kondisi Psikologis Pada Remaja SMK Analis Kimia Makassar. *Bina Generasi: Jurnal Kesehatan*, *12*(1), 14-20.

Compton, WC (2005). *Pengantar Psikologi Positif*. Thomson Wadsworth.

Diener, E., & Chan, SAYA (2011). Orang yang bahagia hidup lebih lama: Kesejahteraan subjektif berkontribusi pada kesehatan dan umur panjang. *Psikologi Terapan: Kesehatan dan Kesejahteraan*, *3* (1), 1-43.

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.

Hardjo, S., & Novita, E. (2015). Hubungan dukungan sosial dengan psychological well-being pada remaja korban sexual abuse. *Analitika: Jurnal Magister Psikologi UMA*, *7*(1), 12-19.

Hermayeni, L., & Aviani, Y. I. (2017). Gambaran penerimaan diri orangtua terhadap Anak yang menjadi korban Pelecehan seksual. *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)*, *7*(1), 44-54.

Joseph, S., & Linley, P. A. (Eds.). (2008). *Trauma, recovery, and growth: Positive psychological perspectives on posttraumatic stress*. John Wiley & Sons.

Knight, W. G., McDonald H., Clarke, S., & Koenen. PTSD-Childhood. Dalam Freeman A. (Ed) (2005). Encyclopedia of cognitive behavior therapy. New York: Springer science & business media Inc.

Komnas Perempuan. (2020). Catatan Tahunan Kekerasan terhadap Perempuan. 2020. Diakses dari : <https://www.komnasperempuan.go.id/publikasi-cat>

Lopez, SJ, Pedrotti, JT, & Snyder, CR (2018). *Psikologi positif: Eksplorasi ilmiah dan praktis dari kekuatan manusia*. Publikasi Sage.

Samman, E. (2007). *Psychological and Subjective Wellbeing: A Proposal for Internationally Comparable Indicators.*

Sapmaz, F., Yıldırım, M., Topçuoğlu, P., Nalbant, D., & Sızır, U. (2016). Gratitude, forgiveness and humility as predictors of subjective well-being among university students. *International Online Journal of Educational Sciences*, *8*(1), 38-47.

Sesca, E. M. (2018). Posttraumatic Growth pada Wanita Dewasa Awal Korban Kekerasan Seksual (Doctoral dissertation, Universitas Airlangga).

Stockdale, M. S., Logan, T. K., & Weston, R. (2009). Sexual harassment and posttraumatic stress disorder: Damages beyond prior abuse. *Law and Human Behavior*, *33*(5), 405-418.

Sumera, M. (2013). Perbuatan Kekerasan/Pelecehan Seksual Terhadap Perempuan. *Lex et Societatis*, *1*(2).

Taslim, A. 1995. Bila Perkosaan Terjadi. Jakarta: Kalyanamitra, Komunikasi dan Informasi Perempuan.

Utami, M. S. (2012). Religiusitas, koping religius, dan kesejahteraan subjektif. *Jurnal psikologi*, *39*(1), 46-66.

Wijaya, Y. D., & Widiastuti, M. (2019). KEBERSYUKURAN UNTUK MENINGKATKAN KESEJAHTERAAN PADA WANITA KORBAN PELECEHAN SEKSUAL. *Jurnal Psikologi: Media Ilmiah Psikologi*, *17*(01).

Winarsunu, T. (2008). *Psikologi keselamatan kerja*. UMMPress.