

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Kasus pelecehan seksual masih banyak terjadi di Indonesia (Bahri & Fajriani, 2015). Menurut hasil survei yang dilakukan oleh Koalisi Ruang Publik Aman pada tahun 2022 4 dari 5 orang perempuan mengalami pelecehan seksual di ruang publik. Pelecehan seksual merupakan segala macam perilaku yang berhubungan dengan kegiatan seksual yang dilakukan secara sepihak dan tidak dikehendaki oleh korbannya. Bentuk pelecehan seksual berupa ucapan, tulisan, symbol, isyarat dan tindakan lainnya yang berhubungan dengan kegiatan seksual (Komnas Perempuan, 2020). Unsur-unsur yang dapat dianggap pelecehan seksual yaitu adanya pemaksaan kehendak secara sepihak oleh pelaku, kejadian ditentukan oleh pelaku serta tidak diinginkan oleh korban sehingga mengakibatkan penderitaan pada korban (Winarsunu, 2008)

Pelecehan seksual bisa terjadi kapan dan dimana saja serta bisa terjadi kepada siapa saja, baik anak-anak, remaja, dewasa, perempuan maupun laki-laki, namun banyak korban pelecehan seksual adalah perempuan karena dinilai rentan dan dianggap lemah (Dartnall, 2013). Selain itu, perempuan banyak menjadi korban pelecehan seksual karena pakaiannya, pekerjaannya dan statusnya. Lebih lanjut, hasil Laporan Studi Kuantitatif Barometer Kesetaraan Gender 2020 yang dilakukan pada 2.210 responden menunjukkan sebanyak 80,3% responden setuju bahwa

perempuan itu lemah secara fisik sehingga lebih sering menjadi korban kekerasan seksual (Wicaksana dkk, 2020).

Pelecehan seksual sebagai tindakan yang tidak diinginkan tentu memiliki dampak buruk bagi korban terutama secara psikis. Dampak psikologis yang dialami korban dapat berupa perasaan sedih dan menyalahkan diri sendiri, menurunnya tingkat kepercayaan diri, kesulitan dalam mengontrol emosi, bahkan merasa jijik pada diri sendiri (Izzaturrohmah & Khaerani, 2018). Dampak fisik adalah ancaman lain bagi korban pelecehan seksual. Korban pelecehan seksual dapat mengalami kerontokan rambut akibat stress, serta kondisi kesehatan tubuh yang menurun bersamaan dengan berkurangnya nafsu makan akibat stress dan depresi (Artaria, 2012).

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. Pelecehan seksual cenderung terjadi di lokasi yang dianggap rentan, seperti: tempat umum, terminal, pinggir jalan, transportasi publik, media masa/sosial, tempat tinggal dan tempat kerja Berikutnya, dalam Catatan Tahunan Komnas Perempuan pada tahun 2020 ada 299.911 kasus (Komnas Perempuan, 2020). Data kasus yang ditangani P2TPA pada tahun 2019 ada total 155 korban yang tersebar di 1 kota dan 4 kabupaten yang ada di Yogyakarta. Berdasarkan Laporan Penelitian Kuantitatif Barometer Kesetaraan Gender 2020 dari 1021 responden diketahui bahwa sebanyak 67% perempuan mengalami pelecehan seksual.

Menurut Supardi dan Sadarjoen (2006) pelecehan seksual memberikan dampak psikologis pada korban pelecehan seksual seperti memiliki dendam, rasa marah, dan kebencian yang ditujukan kepada pelaku yang telah melecehkannya tetapi kemudian menyebar ke objek atau orang lain. Menurut Knauer (2002) pelecehan seksual yang menimpa korban terkadang menjadi stresor yang tidak dapat diatasi dan menyebabkan masalah di kemudian hari, seperti gangguan makan, masalah seksual, penganiayaan diri dan bunuh diri, gejala somatik, kecemasan, hancurnya harga diri, atau bahkan depresi berkepanjangan. Pemaparan tersebut berkaitan dengan keterlibatan perempuan dewasa awal korban pelecehan seksual sebagai subjek dalam penelitian ini.

Meskipun menimbulkan banyak dampak negatif, tidak semua individu terus menerus memandang pelecehan seksual yang dialami sebagai pengalaman negatif. Pada perkembangannya korban akan berusaha bangkit dari traumanya dengan mengambil hikmah dari kejadian yang dialami. Tingkat stres tinggi juga dapat menimbulkan perubahan positif pada beberapa lingkup kehidupan, seperti relasi interpersonal, persepsi terhadap diri, dan filosofi hidup secara umum (Tedeschi & Calhoun, 2006). Pertumbuhan paska trauma adalah psikologi positif yang merubah pengalaman traumatis menjadi hasil dari perjuangan keadaan hidup yang menggambarkan tantangan yang signifikan atau jalan seseorang dalam memahami dunia dan pengalaman yang sangat dalam. Penting bagi korban pelecehan seksual untuk tumbuh secara positif baik secara mental maupun fisik, dengan harapan dapat membuat individu bertahan dalam kehidupan kedepannya serta pertumbuhan paska

trauma akan mampu membuat korban keluar dari keterpurukan dan mengambil hikmah dari setiap peristiwa (Ilham, 2015).

Tedeschi dan Calhoun (2004) mendefinisikan pertumbuhan paska trauma sebagai pengalaman perubahan positif yang terjadi sebagai hasil perjuangan dalam krisis kehidupan. Perubahan yang terjadi pada individu merupakan perubahan ke arah yang lebih positif dan tidak hanya bertahan pada kondisi akibat dari peristiwa trauma, tetapi juga mengalami perubahan yang dilampaui sebelum trauma terjadi. Tedeschi dan Calhoun (2004) mengungkapkan bahwa individu dapat dikatakan memiliki perkembangan paska trauma ketika memenuhi aspek yang meliputi penghargaan terhadap hidup (*appreciation of life*), kekuatan dalam diri (*personal strength*), hubungan dengan orang lain (*relating to others*), peningkatan keyakinan (*spiritual changes*), kemungkinan baru (*new possibilities*).

Penelitian yang dilakukan Irfan (2015) terhadap dua subjek pelecehan seksual yang dirawat pelayanan sosial di daerah Malang, kedua subjek mengalami pertumbuhan paska trauma dengan cara dan proses yang berbeda dan pemikiran positif agar bangkit dari keterpurukan. Penelitian yang dilakukan oleh Rahayu (2016) pada 13 subjek korban kekerasan dan pelecehan seksual di kota Samarinda menunjukkan korban memiliki aspek-aspek yang membentuk kemampuan diri subjek untuk dapat menghadapi trauma dengan proses dan cara yang berbeda-beda. Kedua penelitian tersebut memiliki kesamaan yaitu cara korban melawan pengalaman traumatis dengan cara dan proses yang berbeda namun memiliki tujuan yang sama.

Data *preliminary* dilakukan peneliti dengan melakukan *chat* dan telfon melalui aplikasi *WhatsApp* pada tanggal 28, 29 dan 30 November 2022 kepada enam orang responden perempuan dewasa awal korban pelecehan seksual dengan menggunakan aspek-aspek pertumbuhan paska trauma menurut Tedeschi dan Calhoun (2004). Data wawancara menunjukkan kejanggalan karena dari keenam responden hanya satu orang yang mengalami kelima aspek perkembangan paska trauma, sedangkan pada lima responden lainnya hanya mengalami 3-4 aspek saja.

Berdasarkan hasil *preliminary* pada aspek pertama pertumbuhan paska trauma yaitu bertambahnya nilai religius, ada tiga responden yang merasakannya. Responden menjadi lebih dekat dengan Tuhan dan selalu meminta pertolongan-Nya untuk bisa menjalani hidup. Responden yang tidak mengalami bertambahnya nilai religiusitas karena memang selalu beribadah pada waktunya. Penjelasan ini menunjukkan bahwa ada hal positif yang dialami responden.

Aspek yang ke dua pertumbuhan paska trauma yaitu hubungan dengan orang lain, empat subjek menjadi lebih selektif dan berhati-hati pada orang baru maupun pada orang-orang yang memiliki ciri-ciri yang sama dengan pelaku. Responden juga menjadi lebih dekat dengan keluarga dan teman untuk mencari solusi atau jalan keluar dari peristiwa traumatis. Mencari orang atau komunitas dengan pengalaman yang sama juga dilakukan responden untuk mencari tahu hal apa yang bisa dilakukan kemudian hari. Responden merasa orang terdekat dan orang yang memiliki pengalaman yang sama merupakan *support system* yang bisa diandalkan dan mengerti keadaan tersebut.

Pada aspek ketiga pertumbuhan paska trauma yaitu lebih menghargai hidup, semua responden menjadi lebih menghargai diri sendiri. Responden juga merasa menjadi lebih bersyukur dengan yang dimiliki sekarang. Menghargai hidup dengan tidak lagi menyalahkan diri sendiri atas kejadian yang telah terjadi.

Aspek yang keempat pertumbuhan paska trauma yaitu menjadi lebih kuat, empat responden merasa menjadi individu yang lebih kuat karena peristiwa traumatis yang membuat stres. Menjadi lebih percaya diri dalam menghadapi masalah serta yakin bisa melalui rintangan selanjutnya.

Pada aspek yang kelima pertumbuhan paska trauma yaitu kemungkinan baru, tiga responden yakin ada kemungkinan baru yang akan dilakukan. Memiliki pemikiran tentang masa depan dengan menetapkan tujuan hidup dan mencoba hal-hal baru yang sebelumnya belum pernah dilakukan.

Ciri-ciri pertumbuhan paska trauma didapati pada empat responden, responden memiliki penghargaan terhadap hidup, kekuatan dalam diri, hubungan dengan orang lain, peningkatan keyakinan dan kemungkinan baru. Namun, tidak semua responden mengalami pertumbuhan paska trauma setelah mengalami peristiwa traumatis karena masing-masing individu mengalami reaksi yang berbeda-beda dalam menghadapi situasinya. Berdasarkan data *preliminary* disimpulkan empat dari enam orang responden yang mengalami perkembangan paska trauma.

Pada kenyataannya korban pelecehan seksual tidak semua bisa mencapai titik positif yang diharapkan dan itu dapat dibuktikan dengan data *preliminary* yang

peneliti dapat. Akibatnya, korban yang tidak mengalami perkembangan paska trauma akan lebih rentan mengalami dampak negatif dari peristiwa traumatis tersebut. Dampak yang dimaksud adalah korban akan mengalami stagnasi atau tidak dapat menjalankan tugas perkembangannya dengan baik karena trauma yang dialaminya atau individu masih terjebak dalam permasalahan yang menyimpannya.

Pertumbuhan paska trauma yang dialami oleh beberapa individu dipengaruhi oleh faktor-faktor sebagai berikut, yaitu: a). tekanan, b). karakteristik kepribadian, c). pengungkapan emosional, d). strategi koping, e). dukungan sosial, f). karakteristik lingkungan, g). pandangan terhadap dunia, h). gaya perenungan, i). spiritualitas / religiusitas, j). optimisme (Ramos & Leal, 2013). Hal tersebut bisa terjadi karena seseorang yang mengalami peristiwa traumatis akan berbeda-beda dalam menghadapinya. Setiap individu memiliki kemampuannya masing-masing dalam menanggapi dan memecahkan masalah yang dihadapi.

Seperti yang disebutkan di atas salah satu faktor yang mempengaruhi pertumbuhan paska trauma adalah strategi koping. Seseorang memiliki kemampuan untuk mengubah dirinya menjadi lebih positif setelah mengalami suatu pengalaman traumatis yang terjadi, individu akan berusaha menghilangkan perasaan stres sesegera mungkin (Broderick, 2013). Seseorang akan mencari cara untuk menekan stressor tersebut dengan strategi koping (Wijayanti, 2013), cara untuk membangun kembali proses kognitif dan sebagai penyesuaian dengan keadaan yang telah berlalu. Menurut Lazarus (1993) strategi koping ada dua bentuk yaitu *problem focused coping* dan *emotion focused coping*. *Problem focused coping* atau strategi koping berfokus masalah yang lebih mengarah pada penyelesaian masalah secara

langsung serta dapat diarahkan pada lingkungan maupun pada diri sendiri. Sedangkan *emotional focused coping* merupakan strategi koping yang lebih berorientasi pada emosi yang merupakan usaha untuk meredakan atau mengelola stres emosional yang muncul ketika individu berinteraksi dengan lingkungan. (Lazarus & Folkman (dalam Nevid, 2003)

Salah satu cara mengelola emosi korban pelecehan seksual untuk menyelesaikan dan mengatasi masalah traumatis adalah dengan melakukan *emotional focused coping*. Berdasarkan faktor-faktor tersebut peneliti memilih strategi koping berfokus emosi sebagai variabel bebas yang berperan sebagai penyelesaian masalah dan untuk mengurangi tekanan stressor.

Strategi koping berfokus emosi merupakan strategi untuk mengurangi emosi berlebih akibat stresor tanpa mengubah situasi yang menjadi sumber stres secara langsung, individu juga dapat melihat sisi positif dari suatu kejadian dan mencoba melupakan semua tentang sesuatu yang berhubungan dengan hal yang menekan emosinya namun hanya bersifat sementara (Folkman & Lazarus, 1985). Aspek-aspek strategi koping berfokus emosi menurut Carver (1989), antara lain adalah menerima dukungan sosial secara emosional (*seeking social support for emotional reason*), kembali kepada ajaran agama (*turning to religion* reinterpretasi positif dan pertumbuhan (*positive reinterpretation and growth*), penerimaan (*acceptance*), dan penyangkalan (*denial*). Strategi koping berfokus emosi dilakukan dengan harapan bisa menilai permasalahan dari sudut pandang yang positif dan dapat mengalihkan masalah yang terjadi agar bisa kembali menjalani hidup. Setiap orang memiliki reaksi yang berbeda-beda pada masalah yang dihadapi, maka

strategi koping yang dilakukan akan berbeda pula, hal ini tergantung pada individu tersebut dalam memandang permasalahan yang sedang dihadapi (Tanner & Falkner, 1978). Seseorang yang pernah mengalami tekanan atau kejadian yang tidak menyenangkan diharapkan mengambil hikmah atau nilai dari segala usaha yang telah dilakukan (Lazarus & Folkman, 1984). Carver (dalam Bastian, 2012) menyatakan bahwa strategi koping berfokus emosi menjadi efektif karena dapat mencegah individu untuk tenggelam dalam emosi negatif dan membantu individu untuk dapat mengambil tindakan yang proaktif untuk mengatasi emosi negatif yang muncul. Maka dari itu peneliti memilih strategi koping berfokus emosi sebagai variabel bebas dalam penelitian ini.

Korban pelecehan seksual bisa menggunakan strategi koping berfokus emosi untuk meminimalisir stres (Folkman & Moskowitz, 2004). Penelitian yang dilakukan oleh Sihombing (2018) salah satu faktor pemulihan korban pelecehan seksual adalah dengan strategi koping, korban pelecehan mencari dukungan sosial, berpikir positif, menerima kenyataan, berserah kepada Tuhan, dan melakukan hal-hal lainnya agar bisa melupakan dan keluar dari permasalahan atau peristiwa traumatis yang sudah terjadi. Sebagian korban mampu mengatasinya dan ada juga yang masih dalam masa-masa trauma, dengan strategi koping berfokus emosi individu akan mendapatkan makna positif dari peristiwa traumatis yang dialaminya sehingga bisa meminimalisir stres dan meningkatkan perkembangan paska trauma.

Menurut Folkman dan Lazarus (2016) ketika individu menggunakan strategi koping berfokus emosi, pertumbuhan paska traumanya dapat meningkat. Hal tersebut dapat terjadi karena strategi koping berfokus emosi memiliki

keterkaitan dengan pertumbuhan paska trauma seperti menemukan iman, menemukan hal yang penting dalam hidup dan merasa lebih kuat dari sebelumnya. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Mawarpury (2018) dengan judul analisis koping dan pertumbuhan pasca-trauma pada masyarakat terpapar konflik mengenai strategi koping dengan pertumbuhan paska trauma menunjukkan hasil adanya hubungan antara strategi koping berfokus emosi dan pertumbuhan paska trauma. Individu yang mengalami peristiwa traumatis menggunakan strategi koping berfokus emosi, butuhkan untuk mengola tekanan dan emosi yang dialami sehingga individu bisa mencapai pertumbuhan paska trauma.

Dari paparan di atas dapat dirumuskan bahwa “Apakah ada hubungan antara Strategi Koping Berfokus pada Emosi dengan Pertumbuhan Paska Trauma pada Korban Pelecehan Seksual?”.

B. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara strategi koping berfokus emosi dengan pertumbuhan paska trauma pada korban pelecehan seksual.

C. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian diatas, penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat berupa:

1. Manfaat teoritis

Memberikan sumbangan pemikiran di bidang Psikologi khususnya dalam bidang Psikologi Klinis dan Sosial.

2. Manfaat Praktis

Manfaat praktis dalam penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi pembaca khususnya wanita dewasa awal korban pelecehan seksual, serta dapat memberikan sumber informasi untuk meningkatkan pertumbuhan paska trauma melalui strategi koping berfokus emosi.