

## *The Role of Women's Resilience in Facing Cases of Sexual Harassment*

### **Peranan Aspek Resiliensi pada Perempuan dalam Menghadapi Pelecehan Seksual**

**Christy Mayaswara<sup>1</sup>, Ni Nyoman Ari Indra Dewi<sup>2\*</sup>, I Rai Hardika<sup>3</sup>**

<sup>1,2,3</sup>Psikologi, Universitas Dhyana Pura, Bali, Indonesia

(\*) Corresponding Author: [ariindradewi@undhirabali.ac.id](mailto:ariindradewi@undhirabali.ac.id)

#### Article info

##### **Keywords:**

*Resilience Aspect, Sexual harassment, Women.*

##### **Abstract**

*Sexual harassment that continues to occur often has a negative impact on the victim. Blaming themselves to the emergence of suspicion of the opposite sex makes it difficult for victims to socialize and trust others. In overcoming the impact of harassment, it is necessary to have the will and efforts to be able to rise from adversity. This research method uses a qualitative approach with a case study that focuses on informants with an early adult age range of 18-23 years. The technique used in this research is in-depth interview and observation. The results of this study explain that the optimistic, empathetic, and reaching out aspects of the three interviewees played a very important role in overcoming the trauma of sexual harassment faced by the survivors.*

##### **Kata kunci:**

Aspek Resiliensi, Pelecehan Seksual, Perempuan

##### **Abstrak**

Pelecehan seksual yang terus terjadi seringkali memberikan dampak negatif bagi korbannya. Menyalahkan diri hingga timbulnya kecurigaan pada lawan jenis membuat korbannya kesulitan dalam bersosialisasi dan mempercayai orang lain. Dalam mengatasi dampak pelecehan tersebut perlu adanya kemauan dan upaya untuk dapat bangkit dari keterpurukan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif dengan pendekatan studi kasus yang berfokus pada narasumber dengan rentang usia dewasa awal 18-23 tahun. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara mendalam dan observasi. Hasil dari penelitian ini menyatakan bahwa aspek optimis, empati, dan *reaching out* ketiga narasumber sangat berperan dalam mengatasi trauma pelecehan seksual yang dihadapi para penyintas.

## PENDAHULUAN

Setiap tahun kasus pelecehan seksual selalu terjadi ditengah masyarakat. Banyaknya kasus yang terjadi, telah terbukti dari beberapa survei yang dilakukan media maupun lembaga peduli anak dan perempuan. Artikel kompas.com pada tahun 2019 misalnya, survei dengan 62.224 responden secara acak dari seluruh Indonesia, dan menemukan persentase 3 dari 5 wanita pernah mengalami pelecehan. Sebaran persentase aksi pelecehan seksual sering terjadi di transportasi umum seperti bus (35, 80%) dan di jalanan (28, 22%) (Farisa, 2019). Survei lain yang telah dilakukan, dilansir dari laman

artikel Magdalene.co (Amalia, 2019) menyatakan sebanyak 60% responden perempuan telah mengalami pelecehan seksual secara verbal dan komentar-komentar sensual lainnya. 24% di antaranya telah mengalami pelecehan seksual secara fisik, serta 15% lainnya mengalami pelecehan visual. Pelecehan seksual sangat memberikan efek negatif bagi korban seperti merasa tidak nyaman, adanya perasaan cemas, merasa terintimidasi, ketakutan, adanya trauma, malu hingga timbulnya perasaan menyalahi diri sendiri. Pada kasus lainnya dapat menimbulkan perilaku *sexual objectification*, dimana korban sulit menerima keadaan fisik serta diliputinya perasaan takut akan menjadi korban perkosaan, sehingga adanya kecenderungan dalam pembatasan kebebasan beraktivitas, dampak dari perilaku pelecehan seksual tersebut dapat mempersulit berbagai peran dalam ranah sosial seseorang (Rusyidi dkk., 2019).

Besarnya dampak yang dapat mempengaruhi kehidupan korban sehingga penting adanya upaya untuk dapat membangun sikap resiliensi yang sekiranya dapat membantu individu dalam menapaki masa depan setelah mengalami pelecehan seksual. Maevani (2021) mendefinisikan bahwa resiliensi merupakan kemampuan setiap orang dalam upaya menilai, mengatasi, dan mengembangkan kemampuan untuk dapat menghadapi masa depan yang lebih baik sebagai upaya bangkit dari keterpurukan. Resiliensi memungkinkan individu untuk dapat memulihkan keadaannya kembali kepada kondisi yang lebih tenang, baik secara fisik, psikis, dan sosial setelah menghadapi berbagai pengalaman yang menekan (Hendriani, 2018)

Reivich dan Shatte (Hendriani, 2018:51-56) memaparkan adanya tujuh aspek yang membentuk resiliensi, yaitu sebagai berikut: 1. *Emotional Regulation*, upaya untuk tetap tenang dibawah kondisi yang berat dan menekan, 2. *Impulse Control*, merupakan kemampuan seseorang dalam mengendalikan keinginan, dorongan negatif, serta tekanan yang muncul dalam diri, 3. *Optimism*, merupakan kemampuan seseorang dalam melihat masa depan yang cemerlang, dirinya percaya memiliki kemampuan untuk mengatasi kemalangan yang mungkin akan terjadi di masa depan, 4. *Causal Analysis*, seseorang dalam mengidentifikasi dengan baik penyebab dari suatu permasalahan yang telah dialami, serta tidak menyalahkan pihak lain atas kesalahan yang diperbuat/dialami demi membebaskan mereka dari rasa bersalah, 5. *Empathy*, merupakan kemampuan seseorang untuk menganalisis dan merasakan bagaimana perasaan dan emosi dari orang sekitar, 6. *Self-efficacy*, merupakan sebuah kesuksesan dalam memecahkan masalah. Individu meyakini bahwa ia mampu menyelesaikan masalah hingga mencapai kesuksesan, 7. *Reaching out*, kemampuan seseorang dalam upaya keluar untuk meraih dan mengembangkan aspek positif dari dalam diri setelah mengalami kemalangan atau kegagalan yang menimpa. Melalui proses mengatasi pengalaman traumatis inilah penyintas berupaya untuk dapat menemukan kekuatan diri yang pada akhirnya mampu untuk bangkit dan menjadi individu yang resiliensi.

Berdasarkan uraian tersebutlah, penulis ingi meneliti lebih lanjut bagaimana peranan aspek resiliensi dalam mempengaruhi proses resiliensi pada perempuan yang pernah mengalami pelecehan seksual.

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan menggunakan pendekatan studi kasus. Pendekatan studi kasus dimaksudkan untuk dapat mengeksplorasi sebuah sistem/kasus yang terikat dari rentang waktu dengan pendataan yang mendalam yang mana pada evaluasi sistem/kasus tersebut berlandaskan pada pemahaman serta perilaku individu berdasarkan perbedaan nilai, kepercayaan, dan lainnya (Wahyuningsih, 2013).

Sehingga penelitian ini ingin membedah dan mendalami secara keseluruhan terkait bagaimana sikap optimis dan empati dapat mempengaruhi persepsi, perilaku dan lainnya dari para penyintas korban pelecehan seksual.

Narasumber yang digunakan sebanyak tiga orang dengan menggunakan *purposive sampling*. Kriteria yang dikategorikan dalam memilih subjek di antaranya: perempuan rentang dewasa awal, pernah mengalami pelecehan seksual, dan belum menikah.

Teknik penggalan data pada penelitian ini yaitu dengan menggunakan wawancara mendalam dan observasi, peneliti juga memanfaatkan dokumen-dokumen pendukung untuk dapat menambahkan informasi dari narasumber. Wawancara dilaksanakan setelah peneliti melakukan rapport melalui chat whatsapp maupun telepon, kemudian menentukan hari dan jam untuk dilakukannya wawancara. Peneliti juga memberikan *informed consent* untuk meminta persetujuan dari narasumber. Wawancara dan observasi dilakukan sesuai dengan pedoman yang telah peneliti siapkan sebelumnya. Wawancara didokumentasikan dengan alat perekam berupa handphone agar nantinya peneliti dapat melakukan verbatim dengan lebih mudah. Data lapangan yang telah terkumpul akan dilakukan langkah-langkah menurut (Nugrahani, 2014) seperti: mencatat peristiwa di lapangan dengan kode-kode sehingga memudahkan penelusuran nantinya, selanjutnya memilah, dan melakukan kalsifikasi terhadap temuan-temuan penting di lapangan, hingga dilakukannya proses berpikir untuk memperjelas kategori data serta menemukan pola dan hubungan dari temuan-temuan umum.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Melalui penelitian ini didapatkan hasil. Dampak negatif yang dirasakan perempuan penyintas pelecehan seksual seperti kemarahan, kekecewaan, kesedihan, dan lainnya hingga munculnya perasaan curiga akan orang lain terkhusus lawan jenis. Dampak tersebut tidak menutup harapan ketiga penyintas pelecehan seksual dalam berupaya untuk dapat bangkit dari kejadian trauma yang dialaminya dengan memfokuskan diri dalam mengembangkan sikap optimis pada diri sendiri dan empati pada lingkungan sekitar. Hasil penelitian dijabarkan sebagai berikut:

### Kesimpulan Aspek “*Optimism*” Dalam Kasus Pelecehan Seksual Pada Seluruh Narasumber

S1	S2	S3
- Berupaya untuk menjadi individu yang lebih berani hingga siap untuk pulih seperti sediakala.	- Meyakini diri untuk dapat terus bangkit dan kuat dengan tetap melakukan yang terbaik.	- Berupaya menerima dan memberi peluang untuk diri beradaptasi

### Kesimpulan Aspek “*Empathy*” Dalam Kasus Pelecehan Seksual Pada Seluruh Narasumber

S1	S2	S3
- Ingin menjadi wadah pendukung yang dapat membantu penyintas lain	- Ingin menyadarkan para penyintas tetap berani dan mandiri.	- Ingin agar penyintas untuk lebih berani agar tidak mengulang penyesalan yang subjek rasakan.

### Kesimpulan Aspek “*Reaching Out*” Dalam Kasus Pelecehan Seksual Pada Seluruh Narasumber

S1	S2	S3
- Berupaya untuk bangkit, pulih, dan menjadi lebih berani hingga menemukan kekuatan diri.	- Berupaya mengendalikan dan menerima diri sehingga dapat mengikhlaskan apa yang telah dialami.	- Berupaya untuk tidak lagi menyalahkan diri dan lebih terbuka sehingga mampu untuk lebih optimis.

### Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian, proses resiliensi pada perempuan yang mengalami pelecehan seksual didominasi oleh peranan ketiga aspek diantaranya: Optimism, empathy, dan reaching out. Pada ketiga narasumber mengharapkan setelah mengalami pelecehan seksual mereka mampu untuk lebih berani dan tidak takut untuk mengakui dan melaporkan pelecehan yang dialami untuk masa depan. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Guerette & Caron (dalam Sesca & Hamidah, 2018) dimana setelah melalui proses resiliensi, korban kekerasan dan pelecehan seksual dapat menunjukkan beberapa perubahan positif seperti lebih menghargai dan mensyukuri apa yang dimiliki diri, lebih kuat, dan optimis. Sehingga pada ketiga narasumber yang telah mengalami pelecehan seksual dan terus berupaya untuk beresiliensi juga semakin menumbuhkan kepedulian mereka pada orang lain, terkhusus penyintas pelecehan seksual seperti mereka, kepedulian yang dinyatakan oleh ketiga narasumber ternyata sejalan pula dengan penelitian yang dilakukan oleh Guerette & Caron (dalam Sesca & Hamidah, 2018) bahwa pada korban mampu memiliki perasaan lebih empati terhadap korban kekerasan dan pelecehan seksual lainnya. Sesca & Hamidah (2018) menemukan bahwa pada wanita dewasa sebagai korban kekerasan dan pelecehan seksual mampu mengalami peningkatan pengharapan dan lebih optimism terhadap hidup mereka. Serta, berdasarkan hasil penelitian yang ditemukan ada beberapa keterampilan sosial dan interpersonal yang ada pada semua narasumber dimana ketiga narasumber mampu menemukan sisi positif dibalik kemalangan yang menimpa.

Pada aspek *empathy*, ketiga narasumber merasa penting bagi para penyintas untuk dapat cepat dalam menangani kemalangan agar kesedihan yang dialami tidak berlarut

terfokus pada narasumber ketiga. Sependapat oleh Guerette & Caron (Sesca & Hamidah, 2018) menunjukkan adanya peningkatan empati yang dimiliki korban pelecehan seksual kepada korban lain.

Sedangkan dalam aspek *reaching out* ketiga narasumber berupaya untuk dapat meningkatkan aspek positif dalam diri. Pada subjek pertama, berupaya untuk dapat bangkit, pulih, dan menjadi lebih berani hingga dapat menemukan kekuatan diri. Pada narasumber kedua, tetap berupaya untuk dapat mengendalikan dan menerima diri sehingga dapat mengikhlaskan kemalangan yang pernah dialami. Subjek ketiga, juga berupaya untuk tidak lagi menyalahkan diri sendiri dan berupaya untuk lebih terbuka, sejalan dengan teori *posttraumatic growth* yang dijabarkan oleh Miliam & Schmidt (Purwanto & Hendriyani, 2020) dimana seseorang pada akhirnya mampu untuk melampaui keadaan sulit dalam suatu kemalangan yang dihadapi dengan meningkatkan aspek positif melalui dukungan, strategi pemecahan masalah, serta menemukan pemaknaan yang lebih besar terkait kekuatan personal yang dimiliki.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil temuan dalam penelitian ini, dari ketiga narasumber memiliki kemauan untuk berupaya bangkit dari ketepurukan pasca mengalami pelecehan seksual dengan mengembangkan aspek optimis dalam diri dengan meyakini diri untuk dapat bangkit, lebih berani dan kuat, serta berupaya untuk kembali beradaptasi. Aspek *empathy* yang ditemukan pada ketiga subjek juga berkontribusi dalam membangun kekuatan untuk dapat bangkit dan optimis dalam menjalani masa depan setelah mengalami pelecehan seksual. Ketiga subjek memiliki keinginan untuk dapat membantu penyintas pelecehan seksual lainnya untuk dapat bangkit bersama sebagai *support system*, dengan mengajak para penyintas untuk dapat lebih terbuka, berani dan memberikan kesempatan diri untuk bangkit.

Pada penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan baik dalam durasi penelitian, karena sulitnya menemukan partisipan untuk penelitian, serta masih adanya kendala dalam mendapatkan informan sebagai penunjang dalam pernyataan narasumber.

Adapun saran yang dapat diberikan untuk penelitian selanjutnya diharapkan untuk dapat meluangkan lebih banyak waktu dalam mempersiapkan narasumber dan dokumentasi pendukung lainnya sehingga dapat dilaksanakan dengan efisien dan lebih menyeluruh. Serta kepada para penyintas pelecehan seksual lainnya, penulis berharap untuk dapat meningkatkan awareness kepada diri sendiri jika dirasa perlu untuk meminta bantuan.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua narasumber yang bersedia terlibat dalam penelitian ini, kepada para dosen pengajar psikologi Universitas Dhyana Pura yang selalu membantu penulis hingga penelitian ini dapat terpublikasi, serta seluruh teman seperjuangan yang telah membantu dan memotivasi penulis untuk menyelesaikan penelitian ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, S. (2019). Survei: 3 dari 5 Perempuan di Indonesia Alami Pelecehan Seksual di Ruang Publik. <https://magdalene.co/story/survei-3-dari-5-perempuan-di-indonesia-alami-pelecehan-seksual-di-ruang-publik>.
- Farisa, F. C. (2019). Survei KRPA: Perempuan 13 Kali Lebih Rentan Alami Pelecehan Seksual di Ruang Publik. <https://nasional.kompas.com/read/2019/11/27/13414591/survei-krpa-perempuan-13-kali-lebih-rentan-alami-pelecehan-seksual-di-ruang?page=all>
- Nugrahani, F. (2014). Metode Penelitian Kualitatif: Dalam Penelitian Pendidikan Bahasa. <https://www.coursehero.com/file/45976614/Bukupdf/>
- Purwanto, M.D., & Hendriyani. (2020). Tumbuh dari Luka: Gambaran Post-Traumatic Growth Pada Dewasa Awal Pasca Perceraian Orang Tua. *Institusi Jurnal Psikologi Ilmiah*, 12(2), 185-197.
- Rusyidi, B., Bintari, A., & Wibowo, H. (2019). Pengalaman Dan Pengetahuan Tentang Pelecehan Seksual: Studi Awal Di Kalangan Mahasiswa Perguruan Tinggi (*Experience And Knowledge On Sexual Harassment: A Preliminary Study Among Indonesian University Students*). *Share : Social Work Journal*, 9(1), 75. <https://doi.org/10.24198/share.v9i1.21685>
- Sesca, E.M., & Hamidah. (2018). *Posttraumatic Growth* pada Wanita Dewasa Korban Kekerasan Seksual. *Jurnal Psikologi Klinis dan Kesehatan Mental*, 7, 1-13.
- Wahyuningsih, S. (2013). Metode Penelitian Studi Kasus: Konsep, Teori Pendekatan Psikologi Komunikasi, dan Contoh Penelitiannya. (1 ed.). UTM PRESS.