

---

## DAYA LENTING (*RESILIENCE*) PADA PEREMPUAN KORBAN PERKOSAAN

Iyulen Pebry Zuanny  
Marty Mawarpury  
Maya Khairani

*Prodi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Syiah Kuala Banda Aceh*  
Email : psi\_unsyiah@yahoo.com

### *Abstract*

This case study research aimed to see the resilience of women victims of rape. Four respondents are women rape victims who lived in Aceh and were selected using purposeful sampling and snowball sampling methods. Snowball sampling based on certain parties who know the source and location of the respondents. Data were collected using interviews and observation methods. Data analysis was performed with a theme per-subject analysis. Data were analyzed by interpreting and summing up the results of the interview each respondent. Interview guide was developed based on the aspects of resilience by Bonanno (2004). The results showed that resilience of four subjects are different.

**Keywords:** *Resilience, Rape, Women Victims of rape.*

### **Abstrak**

Penelitian yang menggunakan desain studi kasus ini bertujuan untuk melihat "daya lenting" perempuan korban perkosaan. Pemilihan subjek menggunakan teknik *purposeful sampling* dan *snowball sampling*. *Snowball sampling* adalah pengambilan sampling berdasarkan rekomendasi pihak tertentu yang mengenal sumber dan lokasi subjek yang akan diteliti. Subjek dalam penelitian ini berjumlah empat orang perempuan korban perkosaan yang tinggal di Aceh. Data dikumpulkan menggunakan metode wawancara dan observasi. Analisis data dilakukan dengan analisis tema per-subjek. Data dianalisis dengan cara menginterpretasi dan menyimpulkan hasil wawancara dari masing-masing subjek. Panduan wawancara berdasarkan aspek-aspek resiliensi dari Bonanno (2004). Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan resiliensi dari empat subjek adalah berbeda.

**Kata kunci :** daya lenting, perkosaan, perempuan korban perkosaan

**K**asus kekerasan seksual di Aceh menunjukkan peningkatan yang cukup signifikan selama 2010-2011. Perkosaan merupakan salah satu bagian dari kekerasan seksual yang mengakibatkan banyak korban mengalami kondisi memprihatinkan. Jumlah kasus perkosaan di Aceh paling banyak terjadi di Aceh Utara, namun kasus

perkosaan yang mengalami peningkatan yang cukup signifikan selama tahun 2010-2011 juga terjadi di Banda Aceh, Aceh Tengah dan Bener Meriah. Data jumlah korban perkosaan di Aceh dapat dilihat pada tabel 1.

Kabupaten	Data korban perkosaan						Jumlah
	2007	2008	2009	2010	2011	2012	
Aceh Utara	4	7	17	14	10	-	52
Aceh Besar	-	-	-	4	9	-	13
Banda Aceh	-	-	-	4	17	9	30
Aceh Tengah	1	-	3	4	7	3	18
Bener Meriah	-	-	2	10	15	-	27
Lhoksemawe	-	13	3	3	3	1	23
Aceh Tamiang	1	-	3	1	4	-	9
Langsa	3	-	-	1	1	-	3
Bireun	3	-	-	-	2	2	7
Aceh Timur	-	-	5	-	3	-	8

Sumber : (Kompilasi data dari Lembaga Bantuan Hukum Asosiasi Perempuan Indonesia untuk Keadilan (LBH APIK) dan Kelompok Kerja Transformasi Gender untuk Aceh (KKTGA), 2011, Kepolisian daerah (Polda) Aceh dan Kepolisian resor kota (Polresta) Banda Aceh, 2012)

Korban perkosaan di Aceh mengalami kondisi yang memprihatinkan. Selain mengalami trauma, mereka juga tidak memperoleh dukungan materiil maupun dukungan moril dari masyarakat sekitar. Masyarakat menganggap perempuan korban perkosaan sebagai perempuan yang tidak suci, ternoda, aib dan membawa kesialan bagi keluarga serta komunitasnya. Selain itu, pihak kepolisian sering menganggap kasus ini tidak penting dibandingkan dengan kasus lain seperti kasus yang menyebabkan kematian. Akibatnya, banyak dari aparat kepolisian yang menolak berkas pengaduan dari para korban perkosaan (Taslim, Sitepu, Hadiz, & Aripurnami, 1998; Kelompok Kerja Transformasi Gender untuk Aceh (KKTGA), 2011; *International Organization for Migration (IOM)*, 2011)

Proses adaptasi yang baik setelah mengalami peristiwa traumatis sangat dibutuhkan oleh korban perkosaan. Hal ini berfungsi untuk dapat meminimalisasi atau bahkan menghilangkan dampak-dampak yang muncul pascaperkosaan, baik dampak jangka pendek maupun jangka panjang bagi korban. Dari segi psikologis, dampak jangka pendek yang muncul berupa kemarahan, kejengkelan, merasa bersalah, malu, dan terhina. Gangguan emosi ini biasanya menyebabkan terjadinya kesulitan tidur (*insomnia*), kehilangan nafsu makan, depresi, stres, dan ketakutan. Dampak

psikososial juga banyak dirasakan korban perkosaan karena situasi dalam masyarakat yang meningkatkan trauma yang dialami oleh korban. Korban akan merasa bahwa dirinya telah merusak nama baik keluarga karena vonis dari orang-orang sekitar (Sulistyaningsih & Faturochman, 2002).

Perkosaan mengakibatkan banyak korban mengalami kesedihan, merasa tidak nyaman, lelah, kesal, bingung hingga mengalami stres berat dan pada tataran ekstrim memutuskan untuk mengakhiri hidupnya dengan bunuh diri. Perkosaan sangat berhubungan dengan perilaku bunuh diri disebabkan oleh rendahnya kemampuan daya lenting (*resilience*) korban dalam menilai pengalaman buruk yang dialami pascaperkosaan. Untuk mencegah tindakan bunuh diri dibutuhkan sebuah mekanisme ketahanan dalam diri sehingga korban dapat terlepas dari pengalaman buruk yang telah dialaminya (Fuadi, 2011; Segal, 2009).

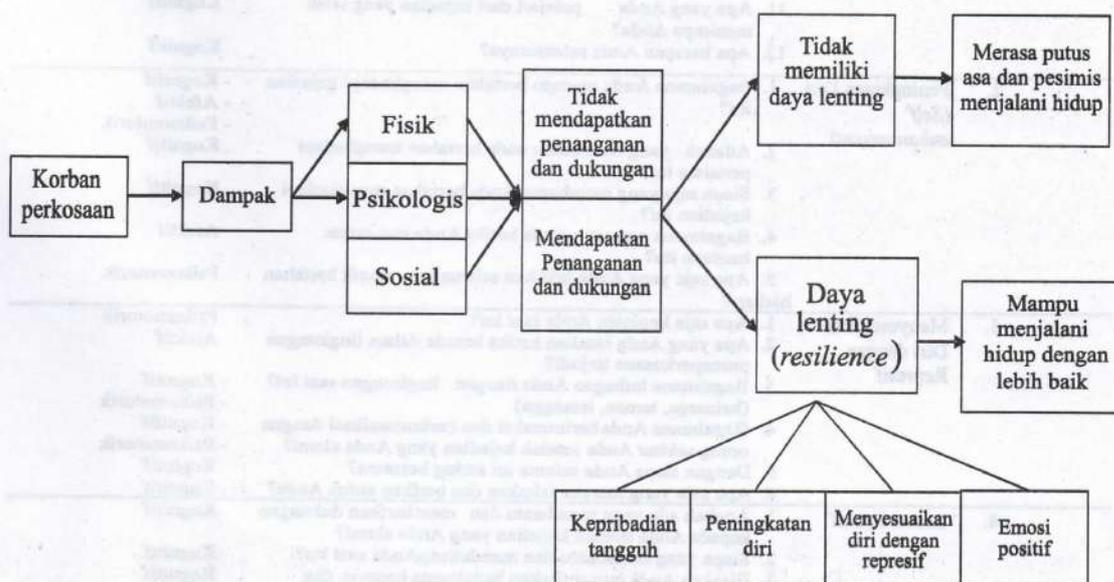
Ada beberapa faktor yang dapat memengaruhi kapasitas daya lenting seseorang. Faktor dari dalam diri individu, yakni keyakinan, penyesuaian diri yang baik, berkepribadian tangguh dan emosi positif merupakan salah satu unsur terpenting dalam pembentukan individu yang memiliki daya lenting. Individu dikatakan memiliki daya lenting ketika melewati proses adaptasi dan pemulihan

selama 2 tahun, namun munculnya daya lenting pada setiap individu juga tergantung pada bagaimana individu mengontrol kesembuhannya dengan ketahanan dan proses adaptasi yang positif (Bonanno, 2004; Herman dalam Nasution, 2011).

Bonanno (2004) menjelaskan bahwa daya lenting merupakan kemampuan individu untuk membangun ketahanan fisik dan psikis sebagai kapasitas untuk mendapatkan pengalaman baru dan emosi positif dalam menghadapi kondisi tidak normal ketika mengalami peristiwa yang traumatik. Kapasitas daya lenting individu dipengaruhi oleh beberapa faktor. Faktor dari dalam diri individu merupakan salah satu unsur terpenting dalam pembentukan daya lenting. Individu yang memiliki keyakinan dan pendekatan kepada Tuhan, memiliki penyesuaian diri yang baik, berkepribadian tangguh dan sering menggunakan emosi positif dalam hidupnya akan menjadikan dirinya sebagai individu yang memiliki daya lenting. Daya lenting berperan dalam

menumbuhkan kemampuan korban perkosaan dalam memaknai hidupnya dan bangkit dari peristiwa traumatis yang dialami. Mar'at (2010) menyatakan bahwa daya lenting merupakan kemampuan atau kapasitas insan yang dimiliki seseorang, kelompok atau masyarakat yang memungkinkannya untuk menghadapi, mencegah, meminimalkan dan bahkan menghilangkan dampak-dampak yang merugikan dari kondisi-kondisi yang tidak menyenangkan

Perkosaan merupakan tindakan kejahatan berupa kekerasan secara seksual, tidak hanya menjadi masalah bagi korban tetapi juga menjadi masalah masyarakat (Taslim, Sitepu, Hadizt & Aripurnami, 1998). Perkosaan adalah perilaku seks laki-laki yang melakukan hubungan seksual dengan seseorang perempuan di luar keinginan dan persetujuan perempuan tersebut, baik keinginannya dilawan dengan kekuatan atau rasa takut akibat ancaman kekuatan maupun oleh obat atau racun, atau ketika korban tidak mampu melakukan penilaian rasional (Kaplan & Sadock, 2004).



Gambar 1. Kerangka Berpikir Daya lenting (*Resilience*) pada Perempuan Korban Perkosaan di Aceh

Pertanyaan dari penelitian ini adalah bagaimana daya lenting (*resilience*) pada perempuan korban perkosaan?

## METODE PENELITIAN

### Subjek Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar daya lenting atau resiliensi korban perkosaan. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus (*case study*). Subjek yang diambil dalam penelitian ini berjumlah empat orang dengan karakteristik sebagai berikut: (a) Perempuan korban perkosaan, (b) Tinggal

di Aceh, (c) Usia 15-27 Tahun, (d) Bersedia menjadi subjek dalam penelitian.

### Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan metode wawancara dan observasi. Metode wawancara dilakukan dengan menggunakan pertanyaan terstruktur dan formal dengan mengacu pada panduan wawancara yang telah disusun berdasarkan teori Bonanno (2004) mengenai aspek-aspek daya lenting yaitu kepribadian tangguh, peningkatan diri, menyesuaikan diri dengan represif, dan emosi positif.

Tabel 2. Panduan Pertanyaan Wawancara

No.	Aspek/Indikator Daya Lenting ( <i>Resilience</i> )	Pertanyaan Wawancara	Aspek Psikologis
1.	Kepribadian Tangguh ( <i>Hardiness</i> )	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Bagaimana keadaan Anda saat ini?</li> <li>2. Bagaimana perasaan Anda berada di lingkungan Anda saat ini?</li> <li>3. Jika Anda tidak keberatan, dapatkah Anda menceritakan bagaimana terjadinya perkosaan yang telah menimpa Anda?</li> <li>4. Bagaimana perasaan Anda saat kejadian itu terjadi?</li> <li>5. Bagaimana perasaan Anda setelah kejadian itu terjadi?</li> <li>6. Bisakah Anda menceritakan apa saja yang Anda lakukan setelah kejadian itu?</li> <li>7. Mengapa Anda memutuskan untuk melakukan hal itu?</li> <li>8. Apa manfaat dari keputusan dan tindakan yang telah Anda lakukan?</li> <li>9. Bagaimana kehidupan Anda setelah kejadian yang anda alami?</li> <li>10. Bagaimana cara anda menghadapi masalah -masalah yang terjadi akibat kejadian tersebut?</li> <li>11. Apa yang Anda pelajari dari kejadian yang telah menimpa Anda?</li> <li>12. Apa harapan Anda selanjutnya?</li> </ol>	<p>Afektif Afektif Kognitif Afektif Afektif Psikomotorik Kognitif Kognitif Kognitif Psikomotorik Kognitif Kognitif</p>
2.	Peningkatan Diri ( <i>Self enhancement</i> )	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Bagaimana Anda mampu bertahan menghadapi kejadian ini?</li> <li>2. Adakah yang membantu anda bertahan menghadapi peristiwa ini?</li> <li>3. Siapa saja yang membantu Anda bertahan menghadapi kejadian ini?</li> <li>4. Bagaimana perasaan Anda ketika Anda menerima bantuan itu?</li> <li>5. Apa saja yang Anda lakukan selama ini untuk bertahan hidup?</li> </ol>	<p>- Kognitif - Afektif - Psikomotorik Kognitif Kognitif Afektif Psikomotorik</p>
3.	Menyesuaikan Diri dengan Represif	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Apa saja kegiatan Anda saat ini?</li> <li>2. Apa yang Anda rasakan ketika berada dalam lingkungan pascaperkosaan terjadi?</li> <li>3. Bagaimana hubungan Anda dengan lingkungan saat ini? (keluarga, teman, tetangga)</li> <li>4. Bagaimana Anda berinteraksi dan berkomunikasi dengan orang sekitar Anda setelah kejadian yang Anda alami?</li> <li>5. Dengan siapa Anda selama ini sering bersama?</li> <li>6. Apa saja yang mereka lakukan dan berikan untuk Anda?</li> </ol>	<p>Psikomotorik Afektif - Kognitif - Psikomotorik - Kognitif - Psikomotorik Kognitif Kognitif</p>
4.	Emosi Positif	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Apakah ada yang membantu dan memberikan dukungan kepada Anda setelah kejadian yang Anda alami?</li> <li>2. Siapa yang membantu dan mendukung Anda saat itu?</li> <li>3. Bisakah Anda menceritakan bagaimana bantuan dan dukungan yang mereka berikan pada Anda?</li> <li>4. Bagaimana perasaan Anda setelah menerima bantuan dan dukungan yang telah mereka berikan?</li> <li>5. Ketika Anda menerima bantuan dan dukungan tersebut</li> </ol>	<p>Kognitif Kognitif Kognitif Afektif Psikomotorik</p>

Selain itu metode observasi digunakan sebagai penunjang untuk memperoleh informasi dan data tambahan dari subjek selama proses penelitian. Peneliti juga menggunakan catatan lapangan dalam bentuk deskriptif dengan mencatat semua peristiwa dan pengalaman yang dilihat dan didengar secara lengkap dan objektif.

**Teknik Analisis Data**

Analisis data yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah analisis tema per subjek. Patton (Poerwandari, 1998) menyatakan bahwa analisis tema per subjek dilakukan dengan membuat secara tertulis laporan studi kasus untuk setiap subjek yang

diwawancarai, lalu kemudian diinterpretasi dan dibuat simpulan akhir.

**HASIL PENELITIAN**

Berdasarkan hasil wawancara pada keempat subjek, dapat dilihat bahwa setiap subjek memiliki cara yang berbeda dalam mencapai daya lenting. Peneliti membuat perbandingan daya lenting keempat subjek dengan membandingkan berdasarkan aspek-aspek daya lenting yang dipaparkan oleh Bonanno (2004), yaitu kepribadian tangguh, peningkatan diri, menyesuaikan diri dengan represi dan emosi positif. Perbandingan kemampuan mencapai daya lenting tersebut dapat dilihat pada tabel 2.

Kategori	Subjek I (A)	Subjek II (B)	Subjek III (C)	Subjek IV (D)
1. Menerima diri dengan positif	Menerima diri dengan positif	Menerima diri dengan positif	Menerima diri dengan positif	Menerima diri dengan positif
2. Mengembangkan kemampuan diri	Mengembangkan kemampuan diri	Mengembangkan kemampuan diri	Mengembangkan kemampuan diri	Mengembangkan kemampuan diri
3. Menemukan makna	Menemukan makna	Menemukan makna	Menemukan makna	Menemukan makna
4. Mengembangkan dukungan sosial	Mengembangkan dukungan sosial	Mengembangkan dukungan sosial	Mengembangkan dukungan sosial	Mengembangkan dukungan sosial
5. Mengembangkan kemampuan pemecahan masalah	Mengembangkan kemampuan pemecahan masalah	Mengembangkan kemampuan pemecahan masalah	Mengembangkan kemampuan pemecahan masalah	Mengembangkan kemampuan pemecahan masalah
6. Mengembangkan kemampuan regulasi emosi	Mengembangkan kemampuan regulasi emosi	Mengembangkan kemampuan regulasi emosi	Mengembangkan kemampuan regulasi emosi	Mengembangkan kemampuan regulasi emosi
7. Mengembangkan kemampuan optimisme	Mengembangkan kemampuan optimisme	Mengembangkan kemampuan optimisme	Mengembangkan kemampuan optimisme	Mengembangkan kemampuan optimisme
8. Mengembangkan kemampuan ketahanan diri	Mengembangkan kemampuan ketahanan diri	Mengembangkan kemampuan ketahanan diri	Mengembangkan kemampuan ketahanan diri	Mengembangkan kemampuan ketahanan diri
9. Mengembangkan kemampuan ketahanan sosial	Mengembangkan kemampuan ketahanan sosial	Mengembangkan kemampuan ketahanan sosial	Mengembangkan kemampuan ketahanan sosial	Mengembangkan kemampuan ketahanan sosial
10. Mengembangkan kemampuan ketahanan psikologis	Mengembangkan kemampuan ketahanan psikologis			

**Tabel 3 : Perbandingan hasil daya lenting (*resilience*) antar subjek**

Kategori	Subjek I (A)	Subjek II (B)	Subjek III (C)	Subjek IV (D)
Aspek-aspek daya lenting ( <i>resilience</i> ) berdasarkan teori Bonanno (2004)				
1. Kepri-badian tangguh	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Tabah dan sabar menjalani hidup</li> <li>- Hikmah yang didapatkan menjadikan diri lebih sabar dan kuat</li> <li>- Memiliki harapan untuk masa depan</li> <li>- Bangkit dan bertahan hidup karena dorongan dari teman dan keluarga</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mampu bertahan menjalani hidup karena keluarga terutama ibu (faktor eksternal)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mampu bertahan dan sabar menjalani hidup karena mengingat anak</li> <li>- Dapat meredam kesulitan hidup karena dorongan orang tua (faktor eksternal)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mampu bertahan hidup karena kehadiran anak</li> <li>- Sabar dan tegar menjalani hidup karena mengingat anak</li> <li>- Memiliki kesabaran dan mampu bangkit t dari penderitaan karena sokongan dari lingkungan</li> <li>- Sabar dengan hinaan dari lingkungan</li> </ul>
2. Peningkatan diri	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bekerja</li> <li>- Menghibur diri</li> <li>- Mampu berinteraksi dengan lingkungan baru</li> <li>- Membangun hubungan dengan pasangan</li> <li>- Memiliki penilaian positif terhadap diri dan lingkungan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Menjalani aktivitas (berkebun, menyangkul, membantu ibu dirumah)</li> <li>- Mencari hiburan (bermain, rekreasi)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Menjalani aktivitas dengan bekerja demi membiayai kehidupan (berkebun, mencuci pakaian)</li> <li>- Membangun hubungan dengan pria</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Berusaha mencari pertolongan saat setelah kejadian</li> <li>- Memiliki interaksi yang baik dengan lingkungan sehingga dapat menjalani kehidupan dengan baik</li> <li>- Berusaha mencari pekerjaan demi membiayai kehidupan keluarga.</li> </ul>
Kategori	Subjek I (A)	Subjek II (B)	Subjek III (C)	Subjek IV (D)
Aspek-aspek daya lenting ( <i>resilience</i> ) berdasarkan teori Bonanno (2004)				
3. Meyesuaikan diri dengan represif	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mampu melupakan ingatan masa lalu (stres dan trauma) dengan melakukan aktivitas positif</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mampu melupakan ingatan masa lalu mengenai perkosaan yang telah dialami</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Iklas dan sabar ketika dihadapi dengan masalah-masalah yang terjadi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mampu melupakan kejadian buruk agar dapat menjalani hidup dengan baik</li> <li>- Mampu melupakan ingatan-ingatan</li> </ul>

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa keempat subjek memiliki cara berbeda dalam mencapai kemampuan daya lenting. Selain itu, perbedaan dalam pencapaian daya lenting juga dipengaruhi oleh munculnya faktor-faktor lain yang mampu meningkatkan daya lenting keempat subjek. Adapun faktor tersebut terdiri atas dukungan, harapan, optimisme, syukur, pasrah, mampu keluar dari kondisi sulit, efektivitas diri, serta dampak dan kesulitan yang dialami pascaperkosaan.

### PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil wawancara dapat dilihat bahwa kemampuan daya lenting keempat subjek berbeda-beda. Selain dipengaruhi oleh aspek-aspek daya lenting yang terdiri dari kepribadian tangguh, peningkatan diri, menyesuaikan diri dengan represif serta emosi positif, kemampuan mencapai daya lenting juga dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang bervariasi yang muncul pada setiap subjek, yaitu dukungan, harapan, optimisme, syukur, pasrah, mampu keluar dari kondisi sulit, efektivitas diri, serta dampak dan kesulitan yang dialami pascaperkosaan.

Subjek A telah melewati masa pemulihan pascaperkosaan selama enam bulan. Kemampuan subjek A bertahan dan bangkit menjalani hidup ini dipengaruhi oleh dukungan dari keluarga khususnya adik-adik subjek dan dukungan dari teman dan rekan kerjanya. Selain itu subjek memiliki keyakinan dalam dirinya untuk mampu mengembalikan kondisi sebelum terjadinya perkosaan. Dukungan dan keyakinan tersebut membuat A bersemangat untuk menjalani hidup, sehingga A dapat dikatakan memiliki kepribadian tangguh.

A melakukan aktivitas dengan mencari pekerjaan demi membiayai kehidupannya. Hal ini dilakukan karena A

memiliki kemandirian yang sudah tertanam pada dirinya sejak kecil serta optimisme untuk melanjutkan masa depannya yang lebih baik. Hal ini sesuai dengan pendapat Tugade dan Fredrickson (2004) yang menyatakan bahwa individu yang memiliki daya lenting adalah individu yang berhasil keluar dari kondisi yang tidak menguntungkan dan tidak akan membiarkan kesengsaraan hidup mengganggu produktivitas dan kesejahteraannya sehingga mampu untuk melanjutkan hidup setelah ditimpa kemalangan atau setelah mengalami tekanan yang berat.

Saat ini A bekerja dan fokus pada masa depannya. Dengan bekerja A dapat melupakan ingatan masa lalu baik itu stres dan trauma akibat perkosaan, sehingga A dikatakan dapat menyesuaikan diri dengan represif. Kehadiran orang lain disisinya seperti teman dan keluarga dapat menumbuhkan kebahagiaan, ketenangan jiwa dan semangat ketika menjalani hidup pascaperkosaan sehingga A memiliki emosi yang lebih positif.

Kemampuan daya lenting A berkembang dengan pesat (*thriving*). Proses tercapainya daya lenting pada subjek A dikarenakan pengalaman diri yang dimilikinya. Sejak kecil A sudah menjadi individu yang mandiri sehingga A mampu lebih tegar ketika menghadapi permasalahan dan kesulitan hidup, kemampuan tersebut membentuk diri A menjadi pribadi yang tangguh. Selain itu A memiliki emosi positif, yakni merasakan kebahagiaan dan semangat untuk menggapai harapannya melanjutkan masa depan yang cerah (Carver, 1998).

Subjek B telah melewati masa pemulihan pascaperkosaan selama delapan tahun. Kemampuan B bertahan untuk menjalani hidup karena didukung oleh keluarga khususnya ibu yang berperan membantu B menjalani aktivitas dan berinteraksi dilingkungannya, sehingga B mampu meredam ketakutan

dan trauma yang selama ini muncul dalam diri B pascaperkosaan. Interaksi yang selama ini dilakukan B dengan teman dan keluarga mampu menciptakan emosi positif pada B yaitu merasakan kebahagiaan dan keceriaan sehingga B dapat merasa hidup lebih bermakna.

Kemampuan daya lenting B masih dalam fase bertahan (*survival*). B tidak mampu meraih atau mengembalikan fungsi psikologis dan emosi yang positif setelah menghadapi tekanan. Pada B hal ini terlihat dari intensitas trauma dan ketakutan yang dialaminya. Delapan tahun pascaperkosaan B masih merasakan kecemasan dan ketakutan ketika berinteraksi dengan orang baru dalam menyesuaikan diri (Carver, 1998).

Subjek C telah melewati masa pemulihan pascaperkosaan selama dua tahun tiga bulan. Kemampuan C bertahan dan sabar menjalani hidup dikarenakan oleh sokongan dari keluarga terutama dari orangtua. Selain itu kehadiran anak dalam hidupnya membuat C lebih tegar untuk berusaha untuk membesarkan anaknya, hal ini membuat C dapat dikatakan sebagai individu yang tangguh. Selama ini C menjalani aktivitas di luar rumah dengan bekerja, hal ini dilakukannya demi membiayai kehidupannya bersama anak dan kedua orangtuanya. C mampu bangkit dari penderitaannya karena dapat meminimalisasi dan mengatasi perkecokan yang terjadi akibat konflik dalam keluarga. Proses adaptasi ini membuat C dapat menyesuaikan diri dengan represif.

Kemampuan daya lenting C berada pada fase pemulihan (*recovery*), subjek mampu pulih kembali pada fungsi psikologis dan emosi secara wajar serta dapat beradaptasi terhadap kondisi yang menekan, meskipun masih menyisahkan efek dari perasaan yang negatif. C bangkit dan berusaha membangun aktivitasnya dengan bekerja, meskipun banyak masalah yang dihadapi C seperti

mendapatkan hinaan serta ditelantarkan oleh pelaku namun C tetap tegar untuk bertahan hidup bersama anaknya (Carver, 1998).

Subjek D telah melewati masa pemulihan pascaperkosaan selama dua tahun enam bulan. Kemampuan D bertahan menjalani hidup dengan tegar dan sabar adalah karena kehadiran anak serta dukungan dari lingkungan. D membangun interaksi dan hubungan baik dengan lingkungan sekitarnya, yaitu keluarga dan tetangga. Selain itu, D mencari pekerjaan demi membiayai kehidupan keluarga guna memperoleh kehidupan yang lebih baik. Keluarga memberikan bimbingan pada D sehingga D dapat melupakan kejadian buruk di masa lalu dan dapat menjalani hidup dengan baik. Hal ini menjadikan D sebagai individu yang memiliki kemampuan menyesuaikan diri dengan represif.

Kemampuan daya lenting D berada pada fase pemulihan (*recovery*). Pada D kemampuan daya lenting dapat dilihat dari kemampuannya kembali beraktivitas dalam kehidupan sehari-harinya yakni dengan bekerja. D masih merasakan kesedihan dan kekecewaan yang mendalam atas perkosaan yang menimpanya namun D dapat beradaptasi dengan baik dengan lingkungan untuk memulihkan kondisinya.

Hasil penelitian juga menemukan beberapa faktor lain yang memengaruhi daya lenting keempat subjek selain aspek-aspek teoritis yang telah ditetapkan dalam melihat daya lenting. Subjek A mampu berkembang dengan pesat disebabkan banyak faktor yang memengaruhi kemampuan daya lenting dalam diri A. Dukungan merupakan faktor penting pada A yang didapatkan dari teman-teman dan keluarga sehingga A memiliki semangat untuk melanjutkan hidupnya hingga saat ini. Reivich dan Shatte (Nasution, 2011) menyatakan bahwa dukungan merupakan

salah satu unsur yang memiliki peran besar terhadap respon individu untuk menjalani hidup sendiri. Subjek A memiliki harapan dalam dirinya untuk meraih kesuksesan demi mewujudkan masa depan yang cerah. A berusaha memperbaiki kehidupannya pascaperkosaan karena memiliki optimisme dalam dirinya untuk melanjutkan hidup dengan lebih baik.

Keyakinan menggapai masa depan yang cerah dalam diri A juga dikarenakan rasa syukur pada Allah karena masih diberikan kesempatan dan keberuntungan untuk menjalani hidup. Reis dan Sprecher (2009) menyatakan bahwa individu yang terus bersyukur atas hidupnya meskipun masih merasakan dampak dari suatu keadaan yang menekan namun individu tersebut akan merasakan ketenangan dalam kehidupannya. Kemampuan A menerima kondisi kehidupannya pascaperkosaan juga disebabkan kepasrahan dalam dirinya. Sekalipun demikian, A tetap mampu melakukan aktivitas-aktivitas positif untuk membuatnya lebih bermakna, seperti yang dikemukakan oleh Afifah (2007) bahwa individu yang memiliki daya lenting mampu menerima keadaan yang sedang dihadapi, pasrah, dan yakin pada kekuasaan Allah.

Subjek A mampu keluar dari kondisi sulit (*reaching out*) pascaperkosaan. Kemampuan A sangat terlihat jelas dari usaha yang dilakukannya untuk meredakan segala kesulitan yang terjadi pascaperkosaan, yaitu mencari rutinitas dengan bekerja dan menjalin interaksi positif dengan lingkungan di tempat tinggal dan tempat kerjanya. Reivich dan Shatte (Nasution, 2011) menyatakan bahwa individu yang memiliki kemampuan untuk keluar dari kondisi sulit (*reaching out*) adalah individu yang tidak terperangkap dalam satu rutinitas karena ingin mencoba hal-hal baru bersama orang-orang

dilingkungannya.

Faktor efektivitas diri juga muncul dalam diri A, yaitu merupakan keyakinan untuk berfungsi kembali dan melanjutkan aktivitas-aktivitas yang meningkatkan efektivitas hidupnya setelah mengalami perkosaan. Hal ini termanifestasi dalam penilaian positif yang dimiliki. A yakin bahwa dirinya masih memiliki keberuntungan karena A merasa dirinya berguna untuk orang-orang di sekitarnya khususnya bagi keluarga. Reivich dan Shatte (Nasution, 2011) menjelaskan bahwa individu yang memiliki efikasi diri dapat merasa berfungsi di dunia ini karena yakin masih memiliki keberuntungan untuk menggapai kesuksesan.

Subjek A masih merasakan dampak dan kesulitan pascaperkosaan yang menimpa dirinya. Selain dampak psikologis berupa trauma, subjek sangat merasakan dampak psikososial karena harus menanggung malu akan aib yang telah melekat dalam dirinya. Selain itu kesulitan yang dialaminya berupa kekecewaan atas penanganan kasus yang tidak diselesaikan oleh pihak terkait sehingga A merasa bahwa pemenuhan hak sebagai korban tidak tercapai.

Subjek B merasa bahwa dukungan dari keluarga, terutama ibu, yang penyokong yang membuat dirinya bertahan menjalani hidup. B memiliki harapan untuk menggapai cita-citanya yang terhambat karena perkosaan yang menimpanya. Hal ini mengakibatkan B harus putus sekolah. Kini B sangat berharap dapat melanjutkan pendidikan yang terhambat akibat perkosaan yang telah menimpanya delapan tahun yang lalu. Subjek B memiliki optimisme yaitu keyakinan dalam dirinya untuk dapat hidup mandiri apabila mendapatkan pendamping hidup yang bersedia menerima kondisi B saat ini. Adapun dampak dan kesulitan yang dialami B pascaperkosaan, yaitu mengalami trauma dan ketakutan sehingga menghambat

interaksinya di lingkungan terutama jika berhadapan dengan orang baru.

Subjek C menganggap dukungan yang didapatkan dari keluarga terutama orangtua memotivasi dirinya untuk menjalani aktivitas dan dalam berinteraksi di lingkungan. Ekdari, Mustaqfirin dan Faturochman (2001) menyatakan bahwa kesediaan keluarga untuk membantu korban sepenuhnya membuat korban bangkit kembali dari penderitaannya. Selain itu korban lebih cepat beradaptasi dan menyelesaikan masalah yang muncul serta mampu mengatasi perasaan negatif akibat perkosaan. C memiliki harapan yang besar pada masa depan untuk mendapatkan kehidupan yang lebih baik, seperti yang dijelaskan Bluvol dan Marilyn (Hadjam & Primardi, 2010) bahwa seseorang yang memiliki harapan yang besar akan memiliki energi lebih untuk memotivasi diri dan berperan aktif dalam penyelesaian masalah dan mencapai kehidupan yang lebih baik.

Subjek C merasakan dampak dan kesulitan pascaperkosaan, yaitu sering menerima hinaan dan cemoohan dari lingkungan setelah kejadian yang dialaminya sehingga C merasa sedih, malu, dan ketakutan. Selain itu kesedihan yang dirasakan C dikarenakan oleh pelaku yang menelantarkan C sehingga C harus menanggung beban seorang diri dan menjadi ibu tunggal untuk membiayai kehidupan anak yang telah dilahirkannya.

Subjek D mampu bertahan karena dukungan dari keluarga terutama dari kedua orangtuanya. Keluarga membantu D bertahan hidup karena bersedia menerima kondisi D setelah mengalami perkosaan. Selain itu pihak keluarga juga memberikan perhatian dan semangat agar D mampu menjalani aktivitasnya kembali seperti sebelum saat mengalami perkosaan. Subjek D memiliki harapan untuk menemukan pendamping hidup agar mendapat kebahagiaan untuk membangun keluarga yang lengkap demi

anak yang dilahirkannya. Reivich dan Shatte (Nasution, 2011) bahwa individu yang memiliki daya lenting adalah individu yang optimis karena memiliki harapan ke masa depan dan yakin dapat mengatur bagian-bagian dari kehidupannya dalam memecahkan masalah.

Pada subjek D diketahui bahwa syukur merupakan faktor yang dapat meningkatkan daya lenting. D mampu melakukan penilaian positif terhadap permasalahan yang dialami sehingga merasa bersyukur pada Allah karena masih diberikan kesempatan dan keberuntungan untuk menjalani hidup. Hal ini senada dengan pernyataan Peterson dan Seligman (Arbiyah, Imelda & Oriza, 2008), bahwa individu yang bersyukur mampu mengidentifikasi diri sebagai individu yang sadar dan berterima kasih atas anugerah Allah dan pemberian orang lain.

Munculnya faktor-faktor berbeda pada setiap subjek tergantung pada konteks dan faktor eksternal lainnya yang memiliki fungsi berbeda pada setiap subjek dalam meningkatkan daya lenting. Selain itu juga tergantung pada kemampuan subjek dalam melakukan penilaian terhadap suatu permasalahan yang dialaminya pascaperkosaan. Grotberg (Mar'at, 2010) menyatakan bahwa kualitas daya lenting setiap individu berbeda karena ditentukan oleh banyak faktor seperti tingkat usia, taraf perkembangan, intensitas individu dalam menghadapi situasi-situasi yang tidak menyenangkan serta seberapa besar dukungan sosial dalam pembentukan daya lenting setiap individu. Menurut Yuniardi (2007), ketika menghadapi situasi yang sama, dampak dan reaksi setiap orang tidak sama. Hal ini terkait dengan potensi, penghayatan subjektif yang dirasakan setiap individu, dan juga tugas-tugas perkembangan yang berbeda-beda pada tiap tahap.

## PENUTUP

### Simpulan

Hasil penelitian ini menunjukkan daya lenteng pada perempuan korban perkosaan di Aceh, bahwa keempat subjek memiliki daya lenteng yang berbeda-beda. Hal ini dapat dilihat berdasarkan aspek-aspek daya lenteng, yaitu kepribadian tangguh, peningkatan diri, menyesuaikan diri dengan represif dan emosi positif yang masing-masing memiliki fungsi berbeda dalam memengaruhi kemampuan daya lenteng subjek penelitian. Selain itu ditemukan faktor-faktor lain yang bervariasi pada masing-masing subjek, yaitu harapan, dukungan, optimis, syukur, pasrah, mampu keluar dari kondisi sulit, efektivitas diri, dampak dan kesulitan yang dialami pascaperkosaan. Selain aspek dan faktor berbeda yang memengaruhi daya lenteng subjek, penelitian ini juga menemukan bahwa keempat subjek memiliki cara yang berbeda dalam memahami kemampuan diri sendiri dan menilai kejadian yang dialami. sehingga kemampuan daya lenteng keempat subjek berbeda-beda.

### Saran

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan selama menjalani penelitian, yaitu keterbatasan waktu dalam proses atau sesi wawancara yang dilakukan pada korban perkosaan. Selain itu keterbatasan dari peneliti yang mengalami kesulitan membangun *rapport* dengan beberapa subjek penelitian sehingga peneliti kurang mampu menggali kasus secara lebih mendalam. Keterbatasan lainnya adalah tidak melibatkan pihak-pihak terkait seperti pendamping korban dan pihak terkait lainnya untuk bekerja sama dalam proses penelitian.

Berdasarkan keterbatasan tersebut, peneliti menyarankan kepada peneliti selanjutnya yang berminat melanjutkan penelitian mengenai daya lenteng pada perempuan korban perkosaan, agar dapat

membangun *rapport* yang baik agar dapat melihat daya lenteng korban secara lebih jauh dan lebih mendalam. Diharapkan kepada pihak-pihak terkait yang melakukan penanganan terhadap korban perkosaan, baik pihak kepolisian, rumah sakit dan lembaga sosial atau instansi lainnya agar dapat memberikan penanganan dan pemulihan pada korban perkosaan dengan lebih baik. Selain itu diharapkan kepada pemerintah dan para praktisi psikologi untuk bekerja sama membuat pendekatan intervensi psikologis berbasis daya lenteng (*resilience*) untuk membuat korban dapat bertahan (*survive*) menjalani kehidupan yang lebih baik pascaperkosaan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, D. R. (2007). Daya lenteng pada lansia korban gempa Yogyakarta. *Skripsi*. Diakses 26 September 2011 dari: <http://eprints.lib.ui.ac.id/>.
- Arbiyah, N., Imelda, F. N & Oriza, I. D. (2008). Hubungan bersyukur dan *subjective well being* pada penduduk miskin. *Jurnal Psikologi*, 14(1), 12.
- Bonanno, G. A. (2004). Loss, trauma and human resilience, have underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive event?. *Journal of American Psychologist*, 59(1), 25-26.
- Carver, C. S. (1998). Resilience dan thriving: issues, models and linkages. *Journal of social issues*, 54(2), 245-266.
- Ekdari., Mustaqfirin & Faturochman (2001). Perkosaan, dampak, dan alternatif penyembuhannya. *Jurnal Psikologi*, 1, 1-8.
- Fuadi, M. A. (2011). Dinamika psikologis

- kekerasan seksual : sebuah studi fenomenologi. *Psikoislamika Jurnal Psikologi Islam*, 8 (2), 191-208.
- Hadjam, M.N. & Primardi. (2010). Optimisme, harapan, dukungan sosial keluarga, dan kualitas hidup orang dengan epilepsi. *Jurnal Psikologi*. 3 (2), 125-126.
- International Organization for Migration (IOM). (2011). *Data jumlah kasus perkosaan di Aceh Tahun 2010*. Banda Aceh.
- Kaplan, R.M. & Sadock, A. (2004). *Buku ajar psikiatri klinis (Ed. 2)*. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Kelompok Kerja Transformasi Gender Aceh (KKTGA). (2011). *Data jumlah kasus perkosaan di Banda Aceh Tahun 2011*. Banda Aceh.
- Kepolisian daerah (Polda) Aceh. (2012). *Data jumlah perempuan korban perkosaan di Propinsi Daerah Istimewa Aceh (Nanggroe Aceh Darussalam)*. Banda Aceh.
- Kepolisian resor kota (Polresta) Banda Aceh. (2012). *Data jumlah kasus perkosaan di Banda Aceh Tahun 2012*. Banda Aceh.
- Lembaga Bantuan Hukum Asosiasi Perempuan Indonesia untuk Keadilan (LBH APIK). (2011). *Data Jumlah Kasus Perkosaan di Aceh Tahun 2007-2011*. Aceh Utara.
- Mar'at, S. (2010). *Psikologi Perkembangan*. Bandung : Rosdakarya.
- Nasution, S. M. (2011). *Daya lenting : daya pegas menghadapi trauma kehidupan*. Medan : USU Press.
- Poerwandari, E. K. (1998). *Pendekatan kualitatif dalam penelitian psikologi*. Jakarta: Lembaga Pengembangan Sarana Pengukuran dan Pendidikan Psikologi (LPSP3) UI.
- Reis, H. T. & Sprecher, S. (2012). *Encyclopedia of Human Relationships : Gratitude*. University of Rochester Illinois State University : SAGE knowledge, Inc.
- Segal, D. L. (2009). Self-reported history of sexual coercion and rape negatively impacts resilience to suicide among women students. *Death Studies*, 3, 848-850.
- Sulistyaningsih, E & Faturochman. (2002). Dampak sosial psikologis perkosaan. Yogyakarta: *Bulletin Psikologi*. Diakses 23 september 2011 dari : <http://fatur.staff.ugm.ac.id/>.
- Taslim, A., Sitepu, H. S., Hadiz, L & Aripurnami, S. (1998). *Bila perkosaan terjadi*. Jakarta : Kalyanamitra.
- Tugade, M. M & Fredrickson, B. L. (2004). *Resilient individuals use positive emotions to bounce back from negative emotional experiences*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 86, 320-333.