

DAYA LENTING (*RESILIENCE*) PADA PEREMPUAN KORBAN PERKOSAAN

Iyulen Pebry Zuanny, Marty Mawarpury & Maya Khairani

Abstrak

Kekerasan seksual di Aceh mengalami peningkatan yang cukup signifikan selama 2010-2011, salah satunya adalah kasus perkosaan. Daya lenting (resilience) dibutuhkan pada korban perkosaan untuk membantu korban bangkit dari pengalaman buruk sehingga mampu bertahan menjalani hidup. Penelitian ini bertujuan untuk melihat daya lenting (resilience) perempuan korban perkosaan. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Prosedur dalam pengambilan subjek pada penelitian ini menggunakan teknik purposeful sampling dengan menggunakan strategi sampling bola salju (snowball). Subjek dalam penelitian ini berjumlah 4 orang, yaitu perempuan korban perkosaan yang tinggal di Aceh. Data pada penelitian dikumpulkan melalui teknik wawancara dan observasi. Analisis data pada penelitian ini menggunakan analisis tema per-subjek. Hasil wawancara menunjukkan bahwa keempat subjek memiliki kemampuan daya lenting yang berbeda-beda. Daya lenting subjek A berkembang dengan pesat, subjek B mampu bertahan, subjek C dan D masih berada pada fase pemulihan. Daya lenting setiap subjek dipengaruhi oleh kepribadian tangguh, peningkatan diri, menyesuaikan diri dengan respresif dan emosi positif. Faktor lain yang memengaruhi daya lenting yaitu dukungan, harapan, syukur, optimisme, kepasrahan, efikasi diri dan dampak paskaperkosaan.

Kata kunci : *Daya lenting, Perkosaan, Perempuan Korban perkosaan, Aceh.*

A. Pendahuluan

Kasus 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 ke 2011 terjadi di Banda Aceh, Aceh Tengah dan Bener Meriah. Data jumlah korban perkosaan di Aceh dapat dilihat pada tabel 1.

TABEL 1. Jumlah Perempuan Korban Perkosaan di Propinsi Daerah Istimewa Aceh (Nanggroe Aceh Darussalam) Tahun 2007-2012

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 diakibatkan oleh dampak perkosaan yang menyebabkan trauma, juga dikarenakan tidak adanya dukungan materil maupun dukungan moril pada korban dari masyarakat sekitar yang menganggap perempuan korban perkosaan sebagai perempuan yang tidak suci, ternoda, aib dan membawa kesialan bagi keluarga serta komunitasnya (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 pada korban perkosaan. Hal ini berfungsi agar korban dapat meminimalisir atau bahkan menghilangkan dampak-dampak yang muncul paskaperkosaan. Dampak dari perkosaan mengakibatkan banyak korban yang 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, hal ini disebabkan oleh rendahnya kemampuan daya lenting (resilience) korban dalam menilai pengalaman buruk yang dialami paskaperkosaan, untuk mencegah tindakan bunuh diri dibutuhkan sebuah mekanisme ketahanan dalam diri sehingga korban

dapat terlepas dari pengalaman buruk yang telah dialaminya (Sulistyaningsih dan Faturochman, 2002 ; 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. Selain itu juga tergantung pada bagaimana individu mengontrol kesembuhannya dengan ketahanan dan proses adaptasi yang positif (Bonanno, 2004 ; Herman dalam Nasution, 2011).

B. Pembahasan

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 paskaperkosaan.

Subjek A telah melewati masa pemulihan paskaperkosaan 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. Selain itu 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 paskaperkosaan 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 paskaperkosaan 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 paskaperkosaan. 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 paskaperkosaan B masih merasakan kecemasan dan ketakutan ketika berinteraksi dengan orang baru dalam menyesuaikan diri (Carver, 1998).

Subjek C telah melewati masa pemulihan paskaperkosaan 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 diluar rumah dengan bekerja, hal ini dilakukannya demi membiayai kehidupannya bersama anak dan kedua orangtuanya. C mampu bangkit dari penderitaannya karena dapat meminimalisir dan mengatasi percekocokan 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 paskaperkosaan 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. Kehadiran anak dalam hidup D membuatnya merasakan emosi positif karena merasa bahagia ketika mencurahkan kasih sayang dan perhatian pada anaknya.

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 karena 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. Subjek A memiliki harapan dalam dirinya untuk meraih kesuksesan demi mewujudkan masa depan yang cerah. A berusaha memperbaiki kehidupannya paskaperkosaan 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. Kemampuan A menerima kondisi kehidupannya paskaperkosaan juga disebabkan karena kepasrahan dalam dirinya, namun A tetap mampu melakukan aktivitas-aktivitas positif untuk membuatnya lebih bermakna. Subjek A mampu keluar dari kondisi sulit (*reaching out*) paskaperkosaan. Kemampuan A sangat terlihat jelas dengan usaha yang dilakukannya untuk meredam segala kesulitan yang terjadi paskaperkosaan yaitu mencari rutinitas dengan bekerja dan menjalin interaksi positif dengan lingkungan di tempat tinggal dan tempat kerjanya.

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 disekitarnya khususnya bagi keluarga.

Subjek A masih merasakan dampak dan kesulitan paskaperkosaan 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 merupakan 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 paskaperkosaan yaitu mengalami trauma dan ketakutan sehingga menghambat interaksinya dilingkungan 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. C memiliki harapan yang besar pada masa depan untuk mendapatkan kehidupan yang lebih baik, mendapatkan pendamping hidup dan dapat menggapai impiannya untuk bertahan menjalani hidup dengan lebih baik. Subjek C merasakan dampak dan kesulitan paskaperkosaan 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 dari 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. 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.

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 paskaperkosaan. Grotberg (dalam Mar'at, 2010) menyatakan, 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 subyektif yang dirasakan setiap individu, dan juga tugas-tugas perkembangan yang berbeda-beda pada tiap tahap.

Kesimpulan

Hasil penelitian ini menunjukkan daya lenting pada perempuan korban perkosaan di Aceh, dan ditemukan bahwa keempat subjek memiliki daya lenting yang berbeda-beda. Hal ini dapat dilihat berdasarkan aspek-aspek daya lenting dari Bonanno (2004) yaitu kepribadian tangguh, peningkatan diri, menyesuaikan diri dengan represif dan emosi positif yang masing-masing memiliki fungsi berbeda dalam memengaruhi kemampuan daya lenting 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 paskaperkosaan. Selain aspek dan faktor berbeda yang memengaruhi daya lenting 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 lenting keempat subjek berbeda-beda.

Berdasarkan keterbatasan tersebut maka peneliti menyarankan kepada peneliti selanjutnya yang berminat melanjutkan penelitian mengenai daya lenting pada perempuan korban perkosaan, agar dapat membangun *rapport* yang baik agar dapat melihat daya lenting 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 lenting (*resilience*) untuk membuat korban dapat bertahan (*survive*) menjalani kehidupan yang lebih baik paskaperkosaan.

Referensi

- 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.
- Ekandari., Mustaqfirin & Faturachman (2001). Perkosaan, dampak dan alternatif penyembuhannya. *Jurnal psikologi*, 1, 1-8.
- Fuadi, M. A. (2011). Dinamika psikologis kekerasan seksual : sebuah studi fenomenologi. *Jurnal Psikologi Islam*, 8 (2), 191-208.
- Hadjam & Primardi.(2010). Optimism, 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 & Sadock.(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 & Faturachman.(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.

- Taylor, S. E. (2009). *Health Psychology (8thed)*. University of California, Los Angeles : McGraw Hill Higher Education.
- 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.
- Yuniardi, M. S. (2007). Analisis potensi daya lenting korban lumpur panas lapindo: tinjauan pada tiap tahap perkembangan. *Naskah publikasi*. Universitas Muhammadiyah Malang.