

# Studi Mengenai Resiliensi pada Mahasiswi Korban Kekerasan Fisik

Leti Yusmiati, Stephani Raihana Hamdan

Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Islam Bandung  
Bandung, Indonesia

lettystyles129@gmail.com, stephanihamdan@gmail.com

**Abstract**—Physical violence can have negative consequences in the short and long term, physical and psychological problems. Some physical health problems include physical injuries such as wounds, bruises, bite marks, concussions, broken bones, joint damage, loss of hearing and vision, migraine, permanent disabilities, arthritis, hypertension, and heart disease. Psychological problems include depression, alcohol use or substance abuse, anxiety, personality disorders, PTSD (Post Traumatic Stress Disorder), sleep disorders and eating disorders, social dysfunction, and suicide. According to data compiled from various sources, the rate of violence against female students university in the city of Bandung continues to increase, especially physical violence. When individuals have experienced a traumatic experiences such as physical violence, but still has the desire to improve her better life by continuing higher education at the bachelor level, this is show that the individuals have a characteristic of resilience. This approach uses a mixed method. The results of this study indicate that there are 4 respondents who have high resilience and one respondent who has moderate resilience. On that basis, there are 80% of respondents who have high resilience and 20% of respondent who has moderate resilience.

**Keywords**—physical violence, resilience

**Abstract**—Kekerasan fisik dapat menimbulkan akibat negatif baik dalam jangka pendek maupun dalam jangka panjang, baik masalah fisik maupun psikologis. Beberapa masalah kesehatan fisik diantaranya cedera fisik seperti luka, memar, bekas gigitan, gegar otak, patah tulang, , kerusakan sendi, kehilangan pendengaran dan penglihatan, migrain, cacat permanen, radang sendi, hipertensi, dan penyakit jantung. Masalah psikologis diantaranya depresi, penggunaan alkohol atau penyalahgunaan zat, kecemasan, gangguan kepribadian, PTSD (Post Traumatic Stress Disorder), gangguan tidur dan gangguan makan, disfungsi sosial, dan bunuh diri. Menurut data yang dihimpun dari berbagai sumber menyebutkan bahwa angka kekerasan terhadap mahasiswi di kota Bandung terus mengalami peningkatan terutama kekerasan fisik. Ketika individu pernah mengalami pengalaman traumatis seperti kekerasan fisik, namun masih memiliki keinginan untuk memperbaiki kehidupannya menjadi lebih baik yaitu dengan cara melanjutkan pendidikan tinggi pada jenjang S-1 maka hal tersebut salah satunya merupakan indikasi adanya perilaku resiliensi dalam diri individu. Pendekatan ini menggunakan mixed method. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat 4 orang subjek yang memiliki resiliensi tinggi dan satu orang subjek yang memiliki resiliensi sedang. Atas dasar hal tersebut maka terdapat 80 % subjek penelitian yang memiliki resiliensi tinggi dan 20 % subjek penelitian yang memiliki

resiliensi sedang.

**Kata kunci**—kekerasan fisik, resiliensi

## I. PENDAHULUAN

Menurut WHO (World Health Organization) kekerasan adalah penggunaan kekuatan fisik dan kekuasaan, ancaman atau tindakan terhadap diri sendiri, perorangan atau sekelompok orang (masyarakat) yang mengakibatkan atau kemungkinan besar mengakibatkan memar atau trauma, kematian, kerugian psikologis, kelainan perkembangan, atau perampasan hak [1].

perempuan di Kota Bandung setiap tahun selalu meningkat, pada tahun 2008 data kasus masuk berjumlah 32 kasus hingga 2014 bertambah mencapai 142 kasus. Bentuk kekerasan yang terjadi cenderung kekerasan fisik (104 kasus). (instituteperempuan.or.id).

Lembaga Bantuan Hukum (LBH) APIK tahun 2015 menyebutkan terdapat 26 % mahasiswi yang mengalami kekerasan fisik (Siane E. Soba, Christien A. Rambli, dan Melanthon J. Umboh). Dampak dari kekerasan fisik yang dialami mahasiswi adalah kepercayaan diri rendah, kepercayaan diri menurun, dan merasa terancam. [2]. Kekerasan fisik yang dialami individu masih menyisakan efek jangka panjang bahkan hingga masa dewasa. Maksud masa dewasa disini adalah mahasiswi yang pernah mengalami kekerasan fisik namun mereka masih mampu untuk terus melanjutkan pendidikan pada jenjang Strata-1 meskipun efek dari kekerasan fisik masih terasa terutama efek psikologis.

Kekerasan memiliki dua pengaruh yaitu pengaruh terhadap kesehatan fisik dan juga kesehatan mental baik jangka pendek maupun jangka panjang. Namun jika dikaitkan dengan kenyataan pada subjek yang pernah menjadi korban kekerasan tersebut, sebagian besar subjek justru memandang peristiwa kekerasan yang dialaminya dari sudut pandang positif sehingga mereka tidak menderita baik secara mental maupun secara fisik. Berdasar hal tersebut, peneliti tertarik untuk melihat gambaran individu yang pernah mengalami kekerasan fisik apabila ditinjau dengan salah satu teori psikologi positif yaitu resiliensi. Alasan pemilihan kekerasan fisik karena seperti pada data yang telah disebutkan sebelumnya bahwa di kota Bandung paling sering terjadi kekerasan fisik

terhadap perempuan. Selain itu, berdasar data wawancara juga didapatkan bahwa korban kekerasan fisik lebih banyak daripada korban kekerasan lainnya.

Alasan pemilihan mahasiswi karena para individu yang memiliki pengalaman traumatis seperti kekerasan fisik masih memiliki keinginan untuk mendapatkan kehidupan yang lebih baik, yaitu salah satu caranya dengan melanjutkan sekolah pada pendidikan tinggi seperti jenjang strata 1. Adapun usia dari subjek yang akan dilakukan pada penelitian ini adalah usia 18-25 tahun. Pada usia 18-25 tahun termasuk usia dewasa awal. Usia dewasa awal merupakan periode penyesuaian diri terhadap pola-pola kehidupan baru dan harapan-harapan sosial baru. Adapun jenis kelamin dari subjek penelitian ini adalah perempuan, karena perempuan merupakan individu yang cukup sering terkena kekerasan fisik di kota Bandung .

Berdasar hasil wawancara dengan subjek penelitian pada pra survey, menghasilkan bahwa individu yang pernah mengalami kekerasan fisik menunjukkan variasi resiliensi yang berbeda-beda yaitu ada individu yang terindikasi mampu resiliensi dan ada juga individu yang terindikasi tidak mampu resiliensi, sehingga perlu digambarkan lebih lanjut mengenai variasi resiliensi pada individu yang pernah mengalami kekerasan fisik dalam penelitian ini, dengan demikian peneliti tertarik untuk melakukan penelitian ini dengan judul “Studi Mengenai Resiliensi pada Mahasiswi Korban Kekerasan Fisik”.

## II. LANDASAN TEORI

Kekerasan fisik terjadi ketika suatu tindakan menghasilkan kerugian fisik atau potensi kerugian fisik pada diri individu dan dilakukan oleh orang yang sering berada di sekitar individu yang secara logika seharusnya mampu mengontrol tindakan kekerasan tersebut (World Health Organization, 2006). Kekerasan fisik bisa mengakibatkan kondisi yang benar-benar berbahaya dan mengakibatkan kerugian fisik selamanya. Kekerasan fisik terjadi ketika seseorang menggunakan anggota tubuh orang lainnya atau menggunakan suatu objek untuk mengendalikan tindakan orang lain tersebut.

Hal-hal yang termasuk pada kekerasan fisik diantaranya :

1. Menggunakan kekuatan fisik yang menghasilkan rasa sakit, ketidaknyamanan atau cedera
2. Memukul, mencubit, menarik rambut, memutar lengan, mencekik, membakar, menikam, meninju, mendorong, menampar, memukul, mendorong, menendang, mencekik, menggigit, mencekok paksa, atau perlakuan kasar lainnya
3. Menyerang dengan senjata atau benda lain

Individu yang memiliki pengalaman pernah mengalami kekerasan fisik, tidak hanya mengalami kerugian secara fisik saja namun juga mengalami kerugian lainnya, yaitu : Fisik, penelitian terakhir dalam neurodevelopment mengonfirmasi bahwa anak-anak yang mengalami kekerasan fisik secara signifikan dan efek yang

mengakibatkan kerugian dalam perkembangan otak (Perry, 2008); Emosi, individu yang mengalami kekerasan fisik sering menunjukkan pola kelekatan menghindari, dimana individu tersebut menahan diri dari mencari perhatian atau kontak ketika mengalami stress. Tingkah laku ini mungkin adaptif dalam menahan munculnya kemarahan melalui perhatian yang kurang. Bagaimanapun, individu yang menghindari memerlukan pengamanan dan kenyamanan namun tidak mendapatkan keduanya, sehingga perkembangan masa depannya akan terpengaruh negatif. [3]. Tidak mengagetkan jika individu yang mengalami kekerasan fisik menunjukkan kekurangan dalam banyak aspek proses emosi, termasuk rekognisi, ekspresi, pemahaman, dan regulasi emosi.

Resiliensi adalah suatu konsep yang menunjukkan kemampuan seseorang untuk mengatasi dan beradaptasi terhadap masa-masa sulit yang dihadapi. Resiliensi diri seseorang juga menentukan keberhasilan atau kegagalan dalam kehidupannya (Jackson dan Watkin, 2004: 13 ). Resiliensi dipandang oleh para ahli sebagai kemampuan untuk bangkit kembali dari situasi atau peristiwa yang traumatis. Resiliensi secara psikologi diartikan sebagai kemampuan merespon secara fleksibel untuk mengubah kebutuhan situasional dan kemampuan untuk bangkit dari pengalaman emosional yang negatif (Block dan Block, Block dan Kremen, Lazarus dalam Swastika, 2010: 3 dalam Alaiya Choiril (2017)).

Dari berbagai pengertian resiliensi dapat disimpulkan bahwa resiliensi adalah kemampuan seseorang untuk bertahan dan tidak menyerah pada keadaan-keadaan yang sulit dalam hidupnya, serta berusaha untuk belajar dan beradaptasi dengan keadaan tersebut dan kemudian bangkit dari keadaan tersebut untuk menjadi lebih baik (Alaiya Choiril Mufidah, 2017).

Konsep resiliensi dapat didefinisikan sebagai kualitas personal yang memungkinkan individu untuk terus berkembang ketika menghadapi situasi sulit (Connor dan Davidson, 2003). Resiliensi juga dapat dilihat sebagai ukuran kemampuan seseorang dalam mengatasi stres (Connor dan Davidson, 2003). Menurut Connor dan Davidson (2003) faktor-faktor resiliensi terkait dengan lima hal, yaitu:

1. Kompetensi personal, standar yang tinggi, dan keuletan  
Hal ini menunjukkan bahwa individu merasa mampu mencapai tujuannya dalam situasi kemunduran atau kegagalan
2. Kepercayaan terhadap diri sendiri, memiliki toleransi terhadap efek negatif, dan kuat menghadapi stres  
Hal ini berkaitan dengan ketenangan dan coping terhadap stress, berpikir dengan hati-hati, dan fokus meskipun dalam masalah.
3. Menerima perubahan secara positif dan dapat menjalin hubungan yang aman dengan orang lain  
Merupakan kemampuan beradaptasi dengan perubahan yang dihadapinya

4. pengendalian diri, dalam pencapaian tujuan dan bagaimana meminta bantuan pada orang lain
5. Pengaruh spiritual, ialah yakin akan Tuhan dan nasib

Dalam Conor-Davidson (2003) karakteristik individu yang memiliki resiliensi yaitu mampu melihat perubahan atau stress sebagai tantangan/kesempatan, berkomitmen, memiliki kesadaran batas kontrol, terlibat dukungan dengan orang lain, dekat dan merasa aman dengan orang lain, memiliki tujuan personal atau kelompok, efikasi diri, memperkuat akibat stress, berhasil sukses, kontrol sadar yang realistis atau memiliki pilihan, memiliki rasa humor, tindakan pendekatan yang bertujuan, sabar, toleransi terhadap akibat negatif, kemampuan untuk berubah, optimis, dan setia.

### III. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif yaitu dengan kuesioner. Adapun kuesioner yang digunakan adalah kuesioner resiliensi. Pada pengukuran resiliensi ini menggunakan alat ukur resiliensi dari Conor-Davidson Resilience Scale 25 yang telah diadaptasi oleh peneliti sesuai dengan kebutuhan penelitian. Berikut hasil penelitian dari studi mengenai resiliensi pada mahasiswi korban kekerasan fisik :

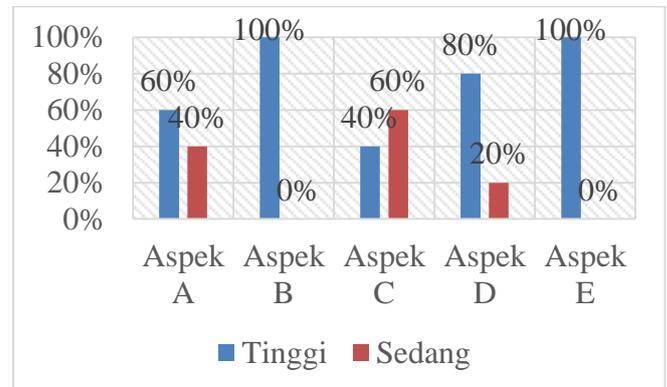
**TABEL 1.** PERSENTASE TINGKAT RESILIENSI SUBJEK PENELITIAN (SECARA KESELURUHAN)



Berdasar tabel 1, maka terdapat 4 orang subjek penelitian atau 80 % subjek penelitian yang memiliki resiliensi tinggi dan 1 orang subjek penelitian atau 20 % subjek penelitian yang memiliki resiliensi sedang. Empat orang subjek penelitian ini mengalami kekerasan fisik sejak usia SD hingga SMA, namun setelah lulus SMA mereka tidak mengalami kekerasan fisik kembali, namun 1 orang subjek masih mengalami kekerasan fisik dari usia SD hingga sekarang kuliah. Pelaku kekerasan fisik terhadap subjek penelitian adalah ayah, ibu, ayah dan ibu, kakak, bahkan pasangan. Empat orang subjek penelitian ini memang memiliki resiliensi tinggi namun baik keempat subjek penelitian tersebut maupun satu orang subjek penelitian yang memiliki resiliensi sedang, sedikit banyak masih mengalami efek dari kekerasan fisik yang pernah

dialaminya, diantaranya penyesalan, ketakutan akan kemungkinan mengalami kekerasan fisik kembali di masa depan, mudah putus asa, dan terbata-bata ketika berbicara di depan banyak orang.

**TABEL 2.** PERSENTASE TINGKAT RESILIENSI SUBJEK PENELITIAN UNTUK SELURUH ASPEK RESILIENSI



Aspek A : Personal competence, high standard, and tenacity

Aspek B : Trust in one’s instincts, tolerance of negative affect, and strengthening effects of stress

Aspek C : Positive acceptance of change and secure relationship with others

Aspek D : Self Control

Aspek E : Spiritual influence

Berdasar tabel 2, maka aspek tertinggi adalah Trust in one’s instincts, tolerance of negative affect, and strengthening effects of stress dan Spiritual influence, sedangkan aspek terendah adalah Positive acceptance of change and secure relationship with others. Aspek trust in one’s instincts, tolerance of negative affect, and strengthening effects of stress adalah kepercayaan terhadap diri sendiri, memiliki toleransi terhadap efek negatif, dan kuat menghadapi stres. Hal ini berkaitan dengan ketenangan dan coping terhadap stress, berpikir dengan hati-hati, dan fokus meskipun dalam masalah. Hal ini menunjukkan bahwa subjek penelitian memiliki tekad untuk memperbaiki kehidupannya seperti melanjutkan pendidikan tinggi S-1 dan belajar dengan tekun didalamnya seperti berlaku jujur ketika ujian, berusaha mempertahankan nilai akademik. Aspek spiritual influence adalah pengaruh spiritual, ialah yakin akan Tuhan dan nasib. Seluruh subjek penelitian memiliki keyakinan terhadap Tuhan dan mereka menyadari bahwa pengalaman kekerasan fisik yang mereka alami merupakan takdir dan sebetulnya Tuhan pasti akan membantu mereka. Aspek positive acceptance of change and secure relationship with others adalah menerima perubahan secara positif dan dapat menjalin hubungan yang aman dengan orang lain. Aspek ini merupakan kemampuan beradaptasi dengan perubahan yang dihadapinya. Aspek ini merupakan aspek terendah, hal ini dimungkinkan karena seluruh subjek masih

mengalami efek dari kekerasan fisik yang pernah dialaminya sehingga mempengaruhi kehidupan mereka sehari-hari. Adapun efek dari kekerasan fisik yang masih dialami oleh subjek penelitian adalah trauma yaitu psikosomatik, merasa takut terhadap perasaan tidak nyaman, mudah putus asa, memiliki self esteem yang rendah, dan penyesalan.

#### IV. KESIMPULAN

Simpulan dari penelitian ini adalah :

1. Secara keseluruhan subjek yang memiliki tingkat resiliensi tinggi sebanyak 80 % dan subjek yang memiliki tingkat resiliensi sedang sebanyak 20 %
2. Aspek tertinggi adalah Trust in one's instincts, tolerance of negative affect, and strengthening effects of stress dan spiritual influence karena seluruh subjek memiliki motivasi yang sangat kuat untuk mencapai tujuannya serta melakukan usaha-usaha terbaik yang bisa mereka upayakan dan seluruh subjek memiliki keyakinan akan Tuhan dan pertolongan-Nya, serta aspek terendah adalah Positive acceptance of change and secure relationship with others karena subjek mengalami kekerasan fisik dari pelaku yang berbeda-beda seperti dari ibu, ayah, pasangan, atau orang tua dan kakak sehingga menimbulkan efek psikosomatis, merasa takut terhadap perasaan tidak nyaman, mudah putus asa, memiliki self esteem yang rendah, dan penyesalan
3. Pada masing-masing aspek resiliensi, maka didapat 2 orang subjek yang memiliki resiliensi tinggi pada seluruh aspek resiliensi dan 1 orang subjek yang memiliki resiliensi sedang (3 aspek resiliensi sedang dan 2 aspek resiliensi tinggi), sedangkan 2 orang subjek lainnya, yang satu memiliki 1 aspek resiliensi sedang dan 4 aspek resiliensi tinggi serta subjek yang satunya lagi memiliki 2 aspek resiliensi sedang dan 3 aspek resiliensi tinggi
4. Terdapat dua orang subjek yang mengalami kekerasan fisik yang cukup berat, namun subjek satu mampu memiliki resiliensi tinggi sedangkan subjek satunya lagi memiliki resiliensi sedang
5. Pengalaman kekerasan fisik pada empat orang subjek yang memiliki resiliensi tinggi dan satu orang subjek memiliki resiliensi sedang masih meninggalkan trauma yaitu psikosomatik, merasa takut terhadap perasaan tidak nyaman, mudah putus asa, memiliki self esteem yang rendah, dan penyesalan

#### V. SARAN

Saran dari penelitian ini adalah :

1. Bagi korban kekerasan fisik hendaknya bisa menjadi motivasi seperti dengan cara mendekatkan diri pada Tuhan bahwa terdapat orang yang

- mengalami kekerasan fisik namun tetap bisa melanjutkan kehidupannya dengan positif
2. Bagi keluarga korban kekerasan fisik, hendaknya anggota keluarga mampu memberikan dukungan sosial seperti meluangkan waktu untuk mendengarkan keluh kesah atau cerita korban agar korban tetap memiliki resiliensi yang tinggi
3. Bagi lembaga pendidikan tinggi dalam menangani mahasiswi yang menjadi korban kekerasan fisik, apabila ada mahasiswi yang tampak psikosomatis misalnya, maka perlu adanya penanganan psikologi karena ada kemungkinan efek dari kekerasan fisik yang pernah dialami
4. Bagi peneliti selanjutnya, hendaknya meneliti dengan cara mengkorelasikan antara efek dari kekerasan fisik dengan resiliensi pada korban

#### DAFTAR PUSTAKA

- [1] American Psychological Association. 2018. Sexual Abuse. [diunduh 16 november 2018]. <https://www.apa.org/topics/sexual-abuse/index.aspx>
- [2] Chasanah, Uswatun., Thika Marlina, dan Dian Sulasmy. (2015). Dampak Bullying pada Mahasiswa Keperawatan di DKI Jakarta dalam Perspektif Kesehatan Jiwa. [diunduh 21 Januari 2020]. <http://ejournal.urindo.ac.id/index.php/kesehatan/article/viewFile/107/93>
- [3] Patricia K. Kerig, Amanda Ludlow, dan Charles Wenar. 2012. Developmental Psychopathology. London : McGraw Hill
- [4] Connor, Kathryn M., & Jonathan R.T. Davidson. (2003). Development of a New Resilience Scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (cd-risc). <https://pdfs.semanticscholar.org/cdf7/e48f5b42847e1d7cabd7a4fdcb3761a40279.pdf>
- [5] Rahayu, Tri Suci dan Siti Qadariah. (2019). Studi Deskriptif Mengenai Resiliensi pada Mahasiswa Korban Kekerasan dalam Pacaran di Komunitas X Bandung. [di unduh 21 Januari 2020]. <http://karyailmiah.unisba.ac.id/index.php/psikologi/article/view/14294/pdf>
- [6] Mufidah, Alaiya Choiril. (2017). Hubungan antara Dukungan Sosial terhadap Resiliensi pada Mahasiswa Bidikmisi dengan Mediasi Efikasi Diri. [diunduh 6 november 2018]. <http://journal2.um.ac.id/index.php/JSPsi/article/view/1484>
- [7] S. Vaishnavi, Connor K, dan Davidson JR. (2007). An abbreviated version of the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC), the CD-RISC2: Psychometric properties and applications in psychopharmacological trials. [diunduh 11 november 2018]. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/17459488>