

**DINAMIKA *POSTTRAUMATIC GROWTH* PADA PEREMPUAN
KORBAN KEKERASAN DALAM RUMAH TANGGA**

SKRIPSI



Disusun oleh:

Habibah Islachiyani Prayitno

NIM. 18410217

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG
2022**

**DINAMIKA *POSTTRAUMATIC GROWTH* PADA PEREMPUAN KORBAN
KEKERASAN DALAM RUMAH TANGGA**

SKRIPSI

Diajukan kepada

Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim
Malang untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana
Psikologi (S.Psi)

Oleh:

Habibah Islachiyani Prayitno

NIM. 18410217

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG**

2022

**DINAMIKA *POSTTRAUMATIC GROWTH* PADA PEREMPUAN KORBAN
KEKERASAN DALAM RUMAH TANGGA**

SKRIPSI

Oleh

Habibah Islachivani Pravitno
NIM. 18410217

Telah disetujui oleh:
Dosen Pembimbing



Aprilia Mega Rosdiana, M.Si
NIP. 19900410 202012 2 004

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi



Nurfa H.
Nurfa Hidayah, M.Si
NIP. 19761128 200212 2 001

SKRIPSI

DINAMIKA *POSTTRAUMATIC GROWTH* PADA PEREMPUAN KORBAN KEKERASAN DALAM RUMAH TANGGA

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
pada tanggal 30 Juni 2022

Susunan Dewan Penguji

Dosen Pembimbing



Aprilia Mega Rosdiana, M.Si
NIP. 19900410 202012 2 004

Anggota Penguji Lain



Rikha Futurosida, S.Psi, MA
19830429 20160801 2 038

Ketua Penguji Penguji Utama



Dr. Yulia Sholichatun, M.Si
19700724 2005012 0 003

Skripsi ini telah diterima sebagai
salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi
pada tanggal Juli 2022

Mengesahkan,



PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Habibah Islachiyani Prayitno

NIM : 18410217

Fakultas : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul “Dinamika *Posttraumatic Growth* pada Perempuan Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga” adalah benar-benar hasil karya sendiri baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali kutipan dalam bentuk kutipan yang disebutkan sumbernya. Jika di kemudian hari ada *claim* dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab Dosen Pembimbing dan pihak Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak sesuai, saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan yang berlaku.

Malang, 30 Mei 2022



Penulis,

Habibah Islachiyani Prayitno

(NIM 18410217)

MOTTO

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۖ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۖ

“Maka sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan,
Sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan”

(QS. Asy-Syarh [94]: 5-6)

“That which does not kill us makes us stronger”

(Friedrich Nietzsche)

HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk:

Abah dan Ibu, yang selalu melambungkan doa dan mengucurkan usaha untuk putri ketiganya ini. Serta guru-guru saya, siapapun dan dimanapun yang telah membantu saya untuk menikmati akal budi yang dikaruniakan Allah SWT kepada saya.

KATA PENGANTAR

Puji syukur *alhamdulillah* senantiasa penulis ucapkan kepada Allah SWT yang selalu memberikan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis mampu menyelesaikan skripsi dengan judul “Dinamika *Posttraumatic Growth* pada Perempuan Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga” yang terselesaikan dengan baik.

Salawat serta Salam tidak lupa penulis haturkan Kehadirat Nabi Muhammad *Shallallahu ‘Alaihi Wasallam*, beserta keluarga, para sahabat dan seluruh ummatnya yang telah membimbing dan menuntun kita dari jalan penuh kegelapan menuju jalan yang terang yakni datangnya Agama Islam.

Penelitian ini tidak akan pernah terselesaikan tanpa adanya bantuan dari berbagai pihak yang terlibat. Untuk itu dengan segala kerendahan hati, peneliti mengucapkan rasa terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. H. Zainuddin, MA selaku Rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
2. Ibu. Dr. Hj. Rifa Hidayah, M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
3. Ibu Aprilia Mega Rosdiana, M.Si sebagai dosen pembimbing sekaligus dosen wali penasehat akademik penulis yang selalu memberikan segenap ketulusan waktu, tenaga, ilmu, semangat, dan kepercayaan kepada penulis untuk menyelesaikan apa yang telah dimulai.

4. Bapak Ibu dosen sivitas akademika Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang tidak bisa disebutkan satu-persatu yang telah membimbing peneliti baik secara akademik maupun non akademik dengan penuh keikhlasan.
5. *Asatidz-asatidzah* dan segenap keluarga besar Ma'had Sunan Ampel Al-'Aly UIN Maulana Malik Ibrahim Malang yang telah memberikan ilmu, kenangan, kebaikan, pengalaman berhikmat, serta tauladan berharga bagi penulis.
6. Orang tua, saudara, dan sahabat-sahabat penulis, terimakasih atas doa baiknya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan tepat waktu.
7. Teman-teman seperjuangan fakultas Psikologi 2018 yang telah kebersamai dan membantu peneliti dalam menimba ilmu empat tahun terakhir
8. Kedua narasumber, yang telah bersedia berbagi kisah dan hikmah tentang perjuangannya melawan diri sendiri dan bangkit melawan kerapuhan diri.

Malang, 30 Mei 2022

Penulis,

Habibah Islachiyani Prayitno

(NIM 18410217)

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iv
MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
ABSTRAK	xiii
ABSTRACT.....	xiv
المستخلص.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Fokus Penelitian	9
C. Pertanyaan Penelitian	10
D. Tujuan Penelitian.....	10
E. Manfaat Penelitian.....	10
BAB II KAJIAN TEORI.....	12
A. Posttraumatic-Growth.....	12
1. Pengertian Posttraumatic-Growth.....	12
2. Proses <i>Posttraumatic Growth</i>	14
3. Dinamika <i>Posttraumatic Growth</i>	17
4. Dimensi <i>Posttraumatic-Growth</i>	22
5. Faktor yang Mempengaruhi <i>Posttraumatic-Growth</i>	27
6. <i>Posttraumatic-Growth</i> dalam Kajian Islam.....	30
B. Kekerasan dalam Rumah Tangga.....	33
1. Pengertian Kekerasan dalam Rumah Tangga	33
2. Faktor Penyebab Kekerasan dalam Rumah Tangga	34
3. Bentuk-bentuk Kekerasan dalam Rumah Tangga	36
4. Dampak Kekerasan dalam Rumah Tangga.....	38

5. Kekerasan dalam Rumah Tangga Menurut Kajian Islam.....	40
BAB III METODE PENELITIAN.....	45
A. Kerangka Penelitian	45
B. Subjek Penelitian.....	47
C. Teknik Pengumpulan Data.....	47
D. Teknik Analisa Data.....	49
E. Kredibilitas Penelitian	51
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	53
A. Pelaksanaan Penelitian	53
1. Gambaran Umum Subjek Penelitian	53
2. Proses Penelitian.....	54
B. Paparan Data Hasil Penelitian	57
1. Dinamika <i>Posttraumatic-Growth</i> pada Perempuan Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga	57
2. Faktor-Faktor <i>Posttraumatic Growth</i>	60
3. Dimensi <i>Posttraumatic Growth</i> pada Perempuan Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga.....	71
C. Pembahasan.....	82
1. Dinamika <i>Posttraumatic Growth</i>	82
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi <i>Posttraumatic Growth</i>	86
3. Dimensi <i>Posttraumatic Growth</i>	93
BAB V PENUTUP.....	100
A. Kesimpulan.....	100
B. Saran.....	101
DAFTAR PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

Tabel 4. 1 Rincian Pelaksanaan Penelitian Subjek 1	56
Tabel 4. 2 Rincian Pelaksanaan Penelitian Subjek 2	56

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Bukti Konsultasi	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 2 Surat Izin Penelitian	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 3 Informed consent subjek I	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 4 Informed consent subjek II	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 5 Pedoman Wawancara	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 6 Transkrip Wawancara Subjek I	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 7 Transkrip Wawancara Subjek I	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 8 Transkrip Wawancara Subjek I	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 9 Transkrip Wawancara <i>Significant Other</i> Subjek I	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 10 Transkrip Wawancara Subjek II	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 11 Transkrip Wawancara Subjek II	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 12 Transkrip Wawancara <i>Significant Other</i> Subjek II	Error! Bookmark not defined.
Lampiran 13 Dokumentasi Penelitian	Error! Bookmark not defined.

ABSTRAK

Prayitno, Habibah Islachiyani, 18410217, *Dinamika Posttraumatic Growth* pada Perempuan Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga, *Skripsi*, Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2022.

Dosen Pembimbing: Aprilia Mega Rosdiana, M,Si

Sebagian besar korban kekerasan dalam rumah tangga adalah perempuan. Kekerasan dalam rumah tangga berdampak pada penderitaan psikis dan trauma yang dialami oleh perempuan korban kekerasan dalam rumah tangga. Beberapa orang dengan pengalaman traumatis justru mampu mengembangkan perubahan positif dari peristiwa negatif tersebut. Hal inilah yang disebut dengan *posttraumatic growth*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan bentuk-bentuk, faktor, dan dinamika *posttraumatic growth* pada perempuan korban kekerasan dalam rumah tangga.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Pengambilan data menggunakan teknik observasi dan wawancara semi terstruktur kepada subjek dan *significant others*. Adapun kriteria subjek adalah perempuan yang pernah mengalami kekerasan dalam rumah tangga dan telah mengalami pertumbuhan pasca trauma dengan variasi subjek yang masih menikah dan bercerai. Analisis data dilakukan dengan tiga tahapan yakni reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Uji kredibilitas penelitian ini menggunakan triangulasi teknik dan sumber.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dinamika *posttraumatic growth* yang digambarkan oleh kedua subjek berawal dari peristiwa negatif yang mengguncang persepsi kehidupan yang dimiliki subjek. Subjek harus melalui perenungan dengan melibatkan kognitif untuk merekonstruksi pemahaman baru tentang apa yang telah terjadi. Selanjutnya subjek menembangkan penerimaan sehingga subjek dapat memiliki pemahaman positif. Faktor yang mempengaruhi *posttraumatic growth* adalah persepsi kehidupan individu sebelum peristiwa traumatis, jenis dan durasi penderitaan, cara pengungkapan diri, strategi koping masalah, manajemen pada pikiran-pikiran negatif, penerimaan, pengaruh sosiokultural, dan spiritualitas. Sedangkan dimensi *posttraumatic growth* pada kedua subjek adalah meningkatnya kekuatan individu, perbaikan hubungan dengan orang lain, munculnya jalan hidup baru, meningkatnya apresiasi hidup, dan peningkatan spiritualitas. Dari hasil yang telah dipaparkan, diharapkan penelitian ini dapat memberikan alternatif intervensi pada penyintas kekerasan dalam rumah tangga. **Kata kunci:** *posttraumatic growth*, perempuan, kekerasan dalam rumah tangga.

ABSTRACT

Prayitno, Habibah Islachiyani, 18410217, Dynamics of Posttraumatic Growth in Women Victims of Domestic Violence, *Thesis*, Faculty of Psychology, State Islamic University Maulana Malik Ibrahim Malang, 2022.

Supervisor: Aprilia Mega Rosdiana, M,Si

Most victims of domestic violence are women. Domestic violence has an impact on psychological suffering and trauma experienced by women. Some people with traumatic experiences can develop positive changes from the negative events. This is called posttraumatic growth. The purpose of this study is to describe the forms, factors, and dynamics of posttraumatic growth in women victims of domestic violence.

The method used in this research is qualitative research with a phenomenological approach. Collecting data using observation techniques and semi-structured interviews with the subjects and significant others. The criteria for the subject are women who have experienced domestic violence and have experienced post-traumatic growth with a variety of subjects who are still married and divorced. Data analysis was carried out in three stages, namely data reduction, data presentation, and concluding. Test the credibility of this study using triangulation of techniques and sources.

The results of this study indicate that the dynamics of posttraumatic growth described by the two subjects originated from negative events that shook the subject's perception of life. Subjects must go through contemplation by involving cognitive to reconstruct a new understanding of what has happened. Furthermore, the subject develops acceptance so that the subject can have a positive understanding. Factors that influence posttraumatic growth are the perception of an individual's life before the traumatic event, the type and duration of suffering, ways of self-disclosure, problem coping strategies, management of negative thoughts, acceptance, sociocultural influences, and spirituality. While the dimensions of posttraumatic growth in both subjects are increasing individual strength, improving relationships with other people, the emergence of new ways of life, increasing appreciation of life, and increasing spirituality. From the results that have been described, it is hoped that this study can provide alternative interventions for survivors of domestic violence..

Keywords: posttraumatic growth, women, domestic violence.

المستخلص

برايبنتو ، حبيبة إيسلاتشياني ، 18410217 ، ديناميات نمو ما بعد الصدمة في النساء ضحايا العنف المنزلي ، بحث جامعي ، كلية النفسية جامعة مولانا مالك إبراهيم الإسلامية الحكومية مالانج ،

المشرف : أفرليانا ميغا روشديانا، الماجستير

معظم ضحايا العنف المنزلي من النساء. للعنف المنزلي تأثير على المعاناة النفسية والصدمات التي تتعرض لها النساء ضحايا العنف المنزلي. يستطيع بعض الأشخاص الذين يعانون من تجارب مؤلمة تطوير تغييرات إيجابية من الأحداث السلبية. يُعرف هذا بالنمو اللاحق للصدمة. كان الغرض من هذه الدراسة هو وصف أشكال وعوامل ديناميكيات النمو اللاحق للصدمة لدى النساء ضحايا العنف المنزلي.

الطريقة المستخدمة في هذا البحث هي بحث نوعي بمنهج ظاهري. جمع البيانات باستخدام تقنيات المراقبة والمقابلات شبه المنظمة للفاعل والأشخاص المهمين الآخرين. معايير هذا الموضوع هي النساء اللائي تعرضن للعنف المنزلي ونمو ما بعد الصدمة مع مجموعة متنوعة من الموضوعات التي لا تزال متزوجة ومطلقة. تم إجراء تحليل البيانات على ثلاث مراحل ، وهي تقليل البيانات وعرض البيانات واستخلاص النتائج. يستخدم هذا الاختبار البحثي تثليث التقنيات والمصادر.

تشير نتائج هذه الدراسة إلى أن أشكال النمو في كل من موضوعات ما بعد الصدمة هي القوة الفردية ، وتحسين العلاقات مع الآخرين ، وظهور مسارات جديدة ، وتقدير الحياة ، وتحسين الروحانية. في حين أن العوامل التي تؤثر على نمو ما بعد الصدمة هي تصور حياة الفرد قبل الحدث الصادم ، ونوع ومدّة المعاناة ، والرعاية الذاتية ، واستراتيجيات التعامل مع المشكلات ، وإدارة الأفكار السلبية ، والقبول ، والتأثيرات الاجتماعية والثقافية ، والروحانية. بدأت ديناميكيات نمو ما بعد الصدمة التي وصفها الموضوعان من الأحداث السلبية التي هزت تصور الفرد للحياة. يجب أن تمر الموضوعات من خلال التأمل من خلال إشراك الإدراك لإعادة بناء فهم جديد لما حدث. علاوة على ذلك ، يطور الموضوع القبول بحيث يمكن للموضوع أن يكون له فهم إيجابي. من النتائج التي تم وصفها ، من المأمول أن هذه الدراسة يمكن أن توفر تدخلات بديلة للناجين من العنف المنزلي.

الكلمات الأساسية: النمو ما بعد الصدمة ، النساء ، العنف المنزلي

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Di dunia modern ini, pelanggaran hak asasi manusia terus terjadi di berbagai belahan dunia. Termasuk bentuk pelanggaran HAM adalah perlakuan-perlakuan yang merendahkan derajat dan martabat manusia, serta hilangnya hak rasa aman dan kebebasan dari penyiksaan. Pelanggaran HAM dapat terjadi dimanapun oleh siapapun, baik di ranah publik maupun ranah personal. Perempuan yang pada konteks budaya patriarki masih menjadi kelompok ter subordinasi dan dipandang lemah, sangat rentan menjadi objek kekerasan.

Kekerasan dalam ranah domestik tidak terlepas dari pengaruh ideologi dan budaya. Salah satu ideologi yang masih mengakar kuat di Indonesia dan berbagai negara lainnya adalah ideologi patriarki. Sebuah cara pandang yang memosisikan laki-laki selalu di atas perempuan. Patriarki masih ada dalam setiap sendi-sendi kehidupan sosial masyarakat. Ketimpangan posisi antar gender ini yang menyebabkan kerugian pada pihak yang dilemahkan, yakni perempuan. Kerugian itu dapat berupa diskriminasi, subordinasi, bahkan kekerasan baik dalam ranah publik maupun domestik. Pihak yang merasa lebih kuat memiliki kecenderungan untuk berlaku sewenang-wenang terhadap pihak yang lebih lemah. Baik lemah dari segi fisik, politik, sosial, maupun ekonomi. Adapun pihak yang paling rentan menjadi korban karena lemahnya kuasa dalam ranah domestik adalah istri, anak, dan pembantu rumah tangga. Sedangkan

pelaku kekerasan dalam rumah tangga yang kerap ditemui adalah suami sebagai pemilik kekuatan secara fisik dan ekonomi lebih besar (Rofiah, 2017).

Tahun 2000-2018 di 161 negara dan wilayah, WHO menemukan bahwa kekerasan terhadap perempuan terjadi pada 30% perempuan di dunia. Artinya 1 dari 3 perempuan di dunia telah menjadi sasaran kekerasan baik kekerasan fisik maupun seksual, oleh pasangan maupun non-pasangan mereka (WHO, 2021). WHO juga mencatat, lebih dari seperempat wanita berusia 15-49 tahun yang memiliki pasangan telah menjadi korban kekerasan fisik dan/atau seksual oleh pasangan mereka setidaknya sekali dalam seumur hidup. Sebanyak 42% wanita yang mengalami kekerasan pasangan intim melaporkan cedera sebagai akibat dari kekerasan ini (WHO, 2021). Kekerasan yang terjadi pada perempuan bahkan menyebabkan hal yang fatal seperti pembunuhan atau bunuh diri.

Di Indonesia, Komnas Perempuan dalam CATAHU 2015-2020 mendapatkan data bahwa dalam catatan kekerasan terhadap perempuan, kekerasan terhadap istri (KTI) selalu menempati persentase terbesar. Pada tahun 2015 terdapat 6725 kasus, kemudian berturut-turut 2016 sampai 2020 adalah 5784, 5167, 5114, 6555, dan 3221 kasus (Komnas Perempuan, 2021). Sepanjang tahun 2021, Komnas Perempuan juga mendapatkan laporan 2527 kasus kekerasan di ranah personal. 771 kasus diantaranya atau 30,5 % berupa kekerasan terhadap istri. Sedangkan pada tahun yang sama, laporan kekerasan terhadap istri yang diterima Lembaga Layanan menempati presentase tertinggi yakni 50,2% atau 2633 kasus (Komnas Perempuan, 2022).

Presentase bentuk kekerasan dalam rumah tangga dikemukakan oleh Komnas Perempuan melalui Catahu 2022 menunjukkan bahwa jumlah kasus yang dilaporkan kepada lembaga layanan didominasi oleh kekerasan psikis sebesar 41%. Adapun sebagian besar kasus tersebut terjadi dalam ranah personal. Meskipun begitu, baik kekerasan fisik, psikis, seksual maupun ekonomi masing-masing memiliki dampak psikis pada korban. Namun lembaga layanan belum memiliki tenaga penanganan psikis yang cukup (Komnas Perempuan, 2022).

Nisa (2018), dalam penelitiannya memamparkan beberapa contoh bentuk kekerasan dalam rumah tangga yang dialami oleh perempuan. Pada bentuk kekerasan fisik, suami korban memukul, membuang dan membakar baju korban sehingga korban tidak dapat beraktivitas. Adapun kekerasan psikis yang diungkapkan korban antara lain: larangan untuk bekerja dan beraktivitas di luar rumah; dimarahi dengan kata-kata kasar; serta keadaan sehari-hari yang penuh perdebatan dan tidak harmonis (Nisa, 2018). Rofiah menambahkan, bentuk kekerasan dalam rumah tangga berupa kekerasan verbal, kekerasan sosial, kekerasan spiritual.

KDRT didefinisikan oleh UU No. 23 Tahun 2004 tentang Penghapusan Kekerasan dalam Rumah Tangga (PKDRT) Pasal 1 adalah “setiap perbuatan terhadap seseorang terutama perempuan yang berakibat timbulnya kesengsaraan atau penderitaan secara fisik, seksual, psikologis, dan/atau penelantaran rumah tangga termasuk ancaman untuk melakukan sebuah perbuatan, pemaksaan, atau perampasan kemerdekaan secara melawan hukum dalam lingkup rumah

tangga.” Lebih lanjut, pada pasal 5 disebutkan tentang larangan melakukan kekerasan dalam rumah tangga dengan empat cara: kekerasan fisik; kekerasan psikis; kekerasan seksual; atau penelantaran rumah tangga.

KDRT dalam ranah personal atau KDRT/RP yang kerap terjadi di Indonesia bagaikan fenomena gunung es. Mengingat keterbatasan akses serta keterbatasan lembaga penyedia layanan bagi korban, catatan jumlah kekerasan yang ada tidak selalu menyatakan fakta yang terjadi di masyarakat (Rofiah, 2017). Kesadaran masyarakat mengenai kekerasan dalam rumah tangga dan prosedur pelaporan juga menjadi keterbatasan masyarakat dalam melaporkan kekerasan yang terjadi. Sehingga, jumlah pasti kekerasan dalam ruang domestik sangat sulit untuk diungkap.

Komnas Perempuan menghimpun data dampak kekerasan dalam rumah tangga yang dilaporkan oleh korban, meliputi dampak fisik, psikis, ekonomi, dan sosial (Komnas Perempuan, 2022). Kekerasan dalam rumah tangga dalam bentuk apapun dapat mempengaruhi kesehatan mental dan kualitas hidup perempuan sebagai korban. Stewart dan Robinson (dalam Han Almiş, 2020) mengungkapkan bahwa dampak yang dialami setiap korban berbeda-beda berdasarkan tipe, ukuran, durasi, mekanisme coping, dukungan sosial, serta lingkungan hidup saat terjadinya kekerasan. Perempuan yang menjadi korban kekerasan dalam rumah tangga cenderung menunjukkan gejala depresi dan menyalahkan diri sendiri. Dalam paparan kronis terhadap kekerasan, perempuan sering memiliki perasaan tidak aman, kehilangan kendali, perasaan bersalah, harga diri, putus asa dan tidak berdaya. (Han Almiş, 2020). Seorang korban

kekerasan oleh pasangan rentan mengalami penyesuaian diri yang buruk sebab dalam tekanan dan frustrasi. Korban hanya mampu menerima apa yang menimpa dirinya tanpa berusaha mencari jalan keluar atau menyelesaikan masalahnya (Utami, 2020)

Dari segi kognitif, kenangan akan sebuah kejadian traumatis dapat memicu perasaan cemas, ketakutan berlebih, dan perasaan tertekan (American Psychiatric Association, 2013). Kekerasan fisik dan seksual meningkatkan depresi, kecemasan, pikiran untuk bunuh diri, dan perilaku bunuh diri (Han Almis, 2018). Selain itu, perempuan yang terpapar kekerasan fisik memiliki tingkat diagnosis psikiatri yang lebih tinggi (Vahip dan Doganavsargil, dalam Han Almis, 2020) dan diagnosis yang paling umum adalah gangguan stres pasca trauma, depresi, dan gangguan kecemasan (Ferrari, 2016). Dalam sebuah penelitian yang dilakukan pada wanita yang mendaftar ke klinik rawat jalan psikiatri, dilaporkan bahwa wanita yang mengalami kekerasan verbal dan fisik memiliki gejala kejiwaan yang lebih banyak daripada wanita yang tidak.

KDRT juga menjadi salah satu faktor meningkatnya angka perceraian di Indonesia. Jumlah kasus KDRT yang dilaporkan berkaitan erat dengan angka cerai gugat (Rofiah, 2017). Dampak perceraian dijelaskan oleh Shapiro dan Keyes (dalam Istiqomah, 2021) bahwa pasca peristiwa perceraian individu dapat mengalami penurunan kesejahteraan psikologis. Salah satu penyebabnya adalah perubahan status perempuan menjadi janda yang tidak mudah untuk dijalani. Lebih lanjut, perempuan dapat mengalami kondisi psikis yang memburuk akibat hal-hal yang terjadi sebelum perceraian dan sebab perceraian itu sendiri. Seperti

tidak bersikap positif terhadap diri sendiri maupun orang lain, tidak mampu mengatur hidupnya pasca bercerai, dan merasa tidak memiliki tujuan hidup (Istiqomah, 2021).

Salah satu faktor yang membedakan pengambilan keputusan bercerai pada penyintas kekerasan adalah tingkat keputusasaan. Kisa (2018) menyatakan bahwa perempuan yang berada dalam paparan kekerasan cenderung memiliki tingkat keputusasaan yang tinggi dan sulit untuk mengambil keputusan. Sebaliknya, wanita yang memilih untuk berpisah dan memiliki rencana bekerja dan berkarir cenderung memiliki keputusasaan yang rendah. Namun pada penelitian Hervika (2021) ditemukan bahwa korban kekerasan yang tidak memiliki dukungan sosial menunjukkan keputusasaan yang lebih tinggi dibandingkan partisipan yang merasa memiliki dukungan sosial.

Peristiwa traumatis dapat menyebabkan perubahan pada fungsi dasar individu baik kognitif, emosional, dan perilaku. Transformasi ini dapat mengarah pada perubahan negatif dan perubahan positif. Tedeschi dan Calhoun (2018: 18) menyatakan bahwa untuk mencapai transformasi positif, seorang individu harus melalui proses panjang dari hari ke hari hingga bertahun-tahun. Pertumbuhan individu ke arah positif pasca trauma inilah yang disebut dengan *posttraumatic growth*.

Menurut Calhoun dan Tedeschi (dalam Utami, 2020), *posttraumatic-growth* merupakan perubahan positif yang dialami individu sebagai akibat dari perjuangan menghadapi peristiwa traumatis. *Posttraumatic growth* dapat membantu korban kekerasan untuk bangkit dan menjalani kehidupan selanjutnya

dengan pandangan dan prioritas hidup yang baru. Individu yang mengalami *posttraumatic growth* akan memiliki daya tahan yang lebih baik sehingga cenderung dapat melewati tantangan hidup dengan lebih baik (Utami, 2020). Perbedaan *posttraumatic growth* dengan resiliensi adalah bahwa kata resiliensi tidak pernah didefinisikan sebagai transformasi atau restrukturisasi. Definisi kamus istilah menyatakan bahwa resiliensi atau ketahanan adalah "kekuatan atau kemampuan untuk kembali ke bentuk atau posisi semula setelah ditekek, dikompresi, atau diregangkan" atau "segera pulih dari penyakit, depresi atau kesulitan" (Tedeschi & Calhoun, 2018). Lebih dari itu, *posttraumatic growth* adalah usaha dalam menuju peningkatan level perubahan positif yang lebih tinggi, tidak kembali pada keadaan semula.

Posttraumatic growth telah banyak dibahas dalam penelitian-penelitian terdahulu. Berbagai penelitian menyebutkan bahwa *posttraumatic growth* ditemukan individu-individu yang mengalami kejadian traumatis seperti korban bencana alam, korban perceraian orang tua, pasien kanker, dan juga korban kekerasan. Namun beberapa penelitian mempertimbangkan jenis kejadian yang berbeda dapat menyebabkan pola *posttraumatic growth* yang berbeda (Tedeschi & Calhoun, 2018). Oleh sebab itu, dimensi, proses, faktor penyebab, dan dinamika *posttraumatic growth* selalu berbeda tiap individu.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Subandi, Ahmad, Kurniati, dan Febri (2014) menunjukkan adanya *posttraumatic growth* pada korban erupsi Merapi di Jogjakarta. Dari ketiga variabel yang diteliti yakni spiritualitas, kebersyukuran, dan harapan, data kuantitatif penelitian tersebut menunjukkan hanya spiritualitas

yang memiliki pengaruh signifikan terhadap *posttraumatic growth*. Didukung oleh hasil kualitatif yang menyebutkan bahwa indikasi spiritualitas korban antara lain melalui salat, iman, kebijaksanaan, compassion, dan sabar. Hal-hal tersebut yang mengantarkan individu dari pengalaman buruk pada pertumbuhan positif (Subandi, 2014).

Penelitian *posttraumatic growth* pada korban kekerasan pada Anak dan Remaja dilakukan oleh Rahayu (2016) di Kota Samarinda. Subjek dalam penelitian tersebut adalah seorang remaja yang pernah mengalami kekerasan seksual oleh ayah kandungnya. Hasil penelitian tersebut mengemukakan bahwa subjek mampu tumbuh dari kejadian tersebut terutama dalam mengembangkan empati yang lebih tinggi pada kawan sebayanya di *shelter*. Subjek mampu mencapai *posttraumatic growth* sebab didukung oleh beberapa faktor antara lain kekuatan individu, paparan trauma, gaya kelekatan dengan ibunya, dukungan sosial oleh kawan sebaya, serta fasilitas fisik seperti kegiatan dan konseling di *shelter*.

Selain itu, Uasni (2019) pada penelitiannya yang berjudul *Posttraumatic Growth* pada Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga mendeskripsikan gambaran dan faktor-faktor *posttraumatic growth* pada empat subjek perempuan dewasa awal korban KDRT. Penelitian tersebut berlatar tempat di Kalimantan Timur dengan latar belakang pengalaman kekerasan yang berbeda-beda. Menurut Uasni, keempat subjek teridentifikasi telah bertumbuh menjadi lebih positif sebagai hasil perjuangan atas pengalam traumatis yang mereka alami. Perubahan positif tersebut tercermin dalam penghargaan terhadap kehidupan,

hubungan dengan orang lain, kekuatan pribadi, perubahan spiritual, dan adanya kemungkinan baru (Uasni, 2019).

Berdasarkan pemaparan di atas maka peneliti sangat tertarik untuk mengangkat tema *posttraumatic growth* pada perempuan korban kekerasan dalam rumah tangga. Banyaknya dampak negatif kekerasan dalam rumah tangga membuat penulis tersadar akan pentingnya perhatian khusus pada korban. Dengan menggali dinamika, faktor-faktor, serta dimensi *posttraumatic growth* pada korban, diharapkan penelitian ini dapat berkontribusi dalam pengembangan atau alternatif intervensi. Sehingga korban kekerasan dalam rumah tangga bukan hanya mampu bangkit dari masa krisisnya, namun juga bertumbuh ke arah yang lebih positif.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan pemaparan latar belakang fenomena di atas, penelitian ini berfokus pada dinamika *posttraumatic-growth* pada perempuan korban KDRT. Hal itu meliputi proses awal hingga akhir yang akan membentuk sebuah dinamika. Termasuk bentuk-bentuk *posttraumatic-growth*, faktor-faktor yang mempengaruhi *posttraumatic-growth* pada perempuan korban KDRT. Fokus penelitian digunakan agar pembahasan tidak melenceng terlalu jauh dari tema yang telah ditentukan. Maka yang dimaksud dengan *posttraumatic-growth* adalah suatu perubahan positif seseorang menuju level yang lebih tinggi setelah mengalami peristiwa traumatis. Pada penelitian ini, peristiwa traumatis dipersempit definisinya hanya pada pengalaman-pengalaman kekerasan yang dialami perempuan dalam ranah rumah tangga.

C. Pertanyaan Penelitian

Dari latar belakang yang telah dipaparkan sebelumnya, pertanyaan penelitian yang dirumuskan adalah sebagai berikut.

1. Bagaimana dinamika *posttraumatic-growth* pada perempuan korban kekerasan dalam rumah tangga?
2. Apa faktor-faktor yang mempengaruhi *posttraumatic-growth* pada perempuan korban kekerasan dalam rumah tangga?
3. Bagaimana dimensi psikologis *posttraumatic-growth* pada perempuan korban kekerasan dalam rumah tangga?

D. Tujuan Penelitian

Sejalan dengan pertanyaan penelitian di atas maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Mendeskripsikan dinamika *posttraumatic-growth* pada perempuan korban kekerasan dalam rumah tangga.
2. Mendeskripsikan faktor-faktor yang mempengaruhi *posttraumatic-growth* pada perempuan korban kekerasan dalam rumah tangga.
3. Mendeskripsikan dimensi *posttraumatic-growth* pada perempuan korban kekerasan dalam rumah tangga.

E. Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu kepastakaan bagi studi keilmuan khususnya pada peminatan psikologi klinis. Peneliti juga

berharap penelitian ini dapat membuahkan hasil yang bisa memperluas dan memperdalam cakrawala ilmu dan pengetahuan di bidang psikologi yang bersifat faktual. Sehingga kelak penelitian ini dapat dijadikan bahan rujukan dan kepustakaan penelitian-penelitian serupa di masa depan.

2. Secara Praktis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat menyajikan informasi yang bermanfaat bagi para penyintas trauma, khususnya trauma sebab kekerasan dalam rumah tangga. Korban kekerasan yang telah melalui keadaan sangat buruk di masa lalu dapat bangkit dan bertumbuh dari keterpurukannya. *Posttraumatic growth* diharapkan dapat menjadi alternatif intervensi bagi penyintas kekerasan dalam rumah tangga.
- b. Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi literasi bagi masyarakat umum mengenai bagaimana bentuk pertumbuhan pasca trauma serta faktor yang mempengaruhi seorang korban KDRT untuk mengembangkan *posttraumatic-growth*.
- c. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini diharapkan dapat memberikan perbandingan hasil dan pengembangan sudut pandang penelitian mengenai psikologi klinis secara luas dengan tema spesifik *posttraumatic-growth*.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Posttraumatic-Growth

1. Pengertian Posttraumatic-Growth

Tedeschi dan Calhoun menjabarkan *posttraumatic growth* sebagai suatu perubahan positif seseorang menuju level yang lebih tinggi setelah mengalami peristiwa traumatis dan juga perjuangan yang dialami individu dalam menerima kenyataan baru setelah trauma (Salsabila et al., 2021). *Posttraumatic growth* merupakan cabang psikologi positif yang memandang bahwa manusia memiliki kemampuan untuk mengembangkan dirinya menjadi lebih baik pasca mengalami kejadian traumatis. *Posttraumatic growth* bukan hanya kembali ke sediakala tetapi juga mengalami peningkatan psikologis yang baik. Peningkatan tersebut terlihat dari lima aspek yang berkembang yaitu kekuatan diri; hubungan dengan orang lain; keterbukaan akan kemungkinan baru; apresiasi hidup; dan perubahan spiritual atau falsafah hidup (Tedeschi dan Calhoun, 2004).

Sedangkan menurut Patton, Violanti dan Smith (2010), *posttraumatic-growth* adalah perubahan yang memberikan manfaat signifikan dalam hal kognitif dan emosional yang melampaui tingkat adaptasi sebelumnya. Individu yang mengembangkan *posttraumatic-growth* juga mengalami peningkatan fungsi psikologis atau kesadaran akan hidup akibat dari trauma psikologis yang ia alami. Sehingga individu bukan hanya kembali pada keadaannya seperti sedia kala tetapi juga mengalami peningkatan psikologis.

Tedeschi dan Calhoun (Calhoun & Tedeschi, 2004) menyebutkan bahwa *posttraumatic-growth* memiliki dua pengertian penting. Pertama, *posttraumatic-growth* dapat terjadi saat seseorang mengalami kejadian yang sangat tidak diinginkan atau tidak menyenangkan. Kedua, perubahan positif hanya akan terjadi setelah seseorang melakukan perjuangan. Perjuangan ini merujuk pada penerimaan masa lalu dan masa depannya dalam kehidupan yang terjadi segera setelah mengalami trauma yang berat. Seseorang yang berhasil mengembangkan *posttraumatic growth* dapat merasakan dirinya memiliki kehidupan yang berarti. Seseorang juga akan mengalami peningkatan penghayatan pada kehidupan dengan level kedekatan secara personal, interpersonal, dan spiritual yang dalam (Werdel & Wicks, 2012)

Posttraumatic-growth didefinisikan sebagai hasil dari sebuah proses. Calhoun dan Tedeschi (2004) menggarisbawahi bahwa tingkat kesulitan yang dialami oleh penyintas trauma yang mengembangkan *posttraumatic growth* lebih tinggi daripada individu yang tangguh. Oleh karena itu *posttraumatic growth* hanya hadir dalam situasi yang sangat menegangkan, dikaitkan dengan proses transformatif yang akan memungkinkan perbedaan yang jelas sesudah dan sebelum peristiwa traumatis (Ramos & Leal, 2013).

Joseph dan Linley (2008) meyakini bahwa *posttraumatic growth* lebih sesuai dengan konsep *psychological well being*, karena konsep *posttraumatic growth* dianggap dapat memberikan perubahan secara menetap pada individu. Perubahan skema kepribadian mendorong individu untuk memandang kehidupan dengan cara berbeda sehingga juga tampak dalam sikap dan perilakunya. Istilah *posttraumatic*

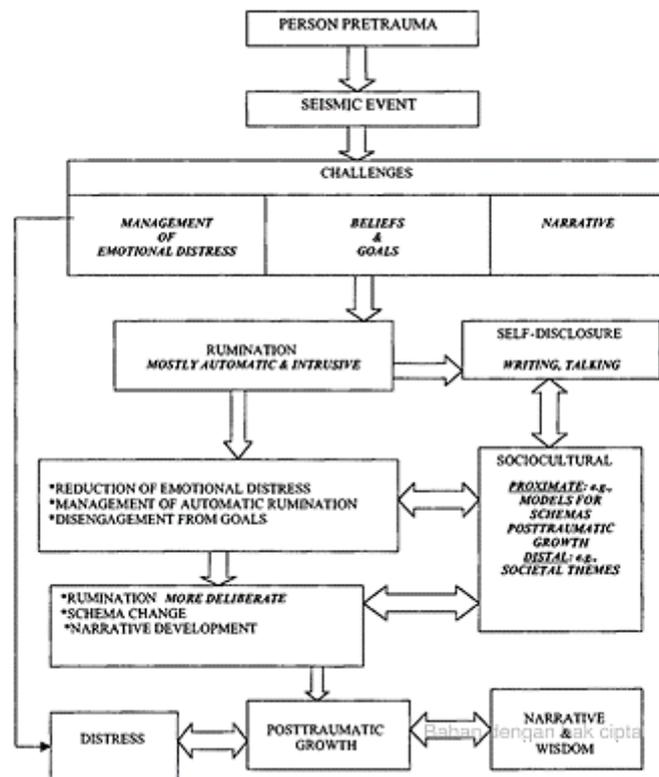
growth menangkap inti dari fenomena yang terjadi dibandingkan dengan istilah lain karena:

- a. *Posttraumatic growth* terjadi secara khusus pada beberapa kejadian yang *stressful* dibandingkan pada kejadian dengan level stres yang rendah.
- b. *Posttraumatic growth* disertai dengan transformasi perubahan kehidupan.
- c. *Posttraumatic growth* merupakan *hasil* dari pengalaman traumatik bukan suatu bentuk mekanisme koping dalam menghadapi pengalaman traumatik.
- d. *Posttraumatic growth* merupakan perkembangan atau kemajuan dari kehidupan seseorang (Linley & Joseph, 2004).

Berdasarkan beberapa pemaparan pengertian di atas, maka dapat disarikan bahwa *posttraumatic-growth* adalah keadaan individu yang mengalami perubahan positif akibat dari perjuangan melalui masa kritis atau kejadian yang sangat membekas dan mengancam kehidupan. Perubahan ini meliputi peningkatan kekuatan diri, peningkatan hubungan dengan orang lain, apresiasi kehidupan, ketrbukaan pada jalan dan kemungkinan baru, serta peningkatan spiritual dan falsafah hidup.

2. Proses *Posttraumatic Growth*

Tedeschi & Calhoun (2014) menjelaskan skema umum bagaimana *posttraumatic growth* terjadi. Elemen penting dalam model ini antara lain: karakteristik kepribadian, karakteristik situasi, pengelolaan tekanan emosi, perenungan, pengungkapan diri, pengaruh sosiokultural, pengembangan naratif, dan kebijaksanaan hidup.



a. Krisis atau Tantangan

Pada fase ini, individu mengalami berbagai penderitaan dan kelulutan-kesulitan akibat peristiwa traumatis yang dialami. Individu berjuang untuk mengelola tekanan emosional sebab terguncangnya keyakinan yang ia miliki selama ini. Peristiwa traumatis juga menghancurkan narasi kehidupan individu (Tedeschi & Calhoun, 2014). Oleh sebab itu, krisis ini juga dipengaruhi oleh karakteristik individu dan karakteristik penderitaan atau peristiwa traumatis yang dialami.

b. Ruminasi atau Keterlibatan Kognitif

Pengalaman traumatis cenderung mengarahkan individu pada proses perenungan atau yang disebut dengan ruminasi. Kata ruminasi sering

kali diartikan sebagai dampak negatif pasca trauma sehingga seringkali dijadikan indikasi dari posttraumatic stress disorder. Martin & Tesser (1996) mengartikan ruminasi sebagai perenungan yakni pemikiran berulang yang tidak selalu mengganggu dan itu termasuk mengenang, memecahkan masalah, dan membuatnya masuk akal. Sehingga lebih tepat jika ruminasi dipadankan maknanya dengan keterlibatan kognitif. Tedeschi mengungkapkan bahwa pada tahapan awal pasca trauma, ruminasi yang terjadi cenderung lebih bersifat tiba-tiba, otomatis, dan mengganggu. Inilah yang disebut dengan *intrusive rumination*.

Sedangkan perenungan yang lebih disengaja mengarahkan individu pada proses reflektif dan cenderung bersifat perbaikan, penataan ulang, serta pembangunan ulang cara-cara individu dalam memahami dunia. Termasuk dalam tahap ini adalah perjuangan individu dalam mengurangi tekanan emosional, mengelola perenungan otomatis, dan pelepasan dari tujuan atau keyakinan. Proses ini terbagi dalam tiga tahap yakni memahami, mengelola, dan memaknai (*comprehensibility, manageability, and meaningfulness*). Dengan langkah awal memahami secara mendasar tentang apa yang terjadi individu dapat memiliki kesempatan yang lebih baik dalam mengelola dan menemukan jalan untuk mengatasinya. Selain mengatasi perubahan keadaan, individu juga dapat mencapai kesimpulan bahwa ia memiliki sumber daya untuk menghadapinya. Tahapan terakhir adalah proses memaknai. Proses reflektif inilah yang menghasilkan *posttraumatic growth*.

Keseluruhan proses keterlibatan kognitif ini tidak dapat terjadi serta merta setelah peristiwa traumatis. Butuh waktu yang cukup lama dan akan sama sekali berbeda pada setiap individu.

c. Kesiapan dan Resiliensi

Menurut Janoff-Bulman, terdapat aspek lain dari PTG yang dia sebut "kesiapan," kemampuan yang dihasilkan dari perubahan dunia asumsi, atau skema hidup seorang individu, untuk melawan trauma berikutnya. Kesiapsiagaan semacam ini tampaknya mirip dengan apa yang telah dikonseptualisasikan sebagai "ketahanan" atau resiliensi, yakni kemampuan untuk bangkit kembali dari efek peristiwa traumatis. Tedeschi dan Calhoun berpendapat bahwa kekuatan individu dan perubahan filosofi hidup dapat menciptakan kesiapan psikologis seseorang untuk mengelola trauma di masa depan. Orang-orang yang lebih kuat dan lebih bijak sana ini mewujudkan resiliensi. Bukan berarti peristiwa di masa depan itu kelak tidak berdampak. Ada kemungkinan akan kehilangan, kesedihan, penderitaan, atau tanggapan negatif lainnya. Namun sangat kecil kemungkinannya bagi individu untuk goyah dari pandangan diri, orang lain, dan filosofi hidup yang telah terbangun. "Kesiapan" ini menunjukkan peningkatan ketahanan individu terhadap keadaan stres di masa depan.

3. *Dinamika Posttraumatic Growth*

Definisi dinamika menurut KBBI adalah sebuah gerak, tenaga yang menggerakkan, semangat. Sedangkan dinamika sosial diartikan sebagai gerak

masyarakat secara terus-menerus yang menimbulkan perubahan dalam tata hidup masyarakat yang bersangkutan. Maka dalam konteks ini, dinamika *posttraumatic growth* merupakan sebuah perubahan, gejolak, atau gerak dari dalam secara terus menerus yang terjadi dalam diri seorang individu yang mengalami *posttraumatic growth*.

Posttraumatic growth tidak boleh dianggap sebagai sifat statis individu, tetapi sebagai kualitas yang bervariasi dari waktu ke waktu, stres, dan hasil. Penilaian ulang yang positif mungkin merupakan komponen *posttraumatic growth* sebagai suatu proses. *Posttraumatic growth* sebagai suatu proses diprakarsai oleh pertemuan dengan peristiwa kehidupan yang sangat menantang, didorong oleh tantangan awal terhadap dunia asumsi atau keyakinan inti seseorang; mengalami perjuangan psikologis; mengatasi tekanan emosional dan perenungan yang mengganggu; pindah ke perenungan reflektif atau usaha merenungkan tentang apa yang telah terjadi; dan akhirnya menyadari pengalaman PTG.

Tuapattinaya & Hartati, (2014) yang menjelaskan bahwa dua faktor dalam mengambil keputusan yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi: kognisi, motivasi, kepribadian, pembelajaran, persepsi, sikap, hambatan internal, penyesuaian diri, dan harapan akan masa depan. Sedangkan faktor eksternal terdiri atas lingkungan sosial budaya seperti dukungan sosial yang meliputi: dukungan, keterbukaan, dan penerimaan. Sangat mungkin bahwa individu yang memiliki tingkat keterlibatan kognitif yang tinggi dengan elemen terkait trauma, dan yang memiliki kebutuhan tinggi untuk mengungkapkan diri,

mungkin sangat mungkin untuk terlibat dalam pengungkapan terkait peristiwa, dan pada gilirannya mungkin sangat terpengaruh oleh jenis tanggapan yang diterima dari budaya terdekat.

Selain itu, gaya, cara, dan isi pengungkapan individu dapat menimbulkan berbagai jenis tanggapan dari orang lain. Jenis tanggapan, pada gilirannya, diharapkan berdampak pada isi perenungan individu tentang apa yang telah terjadi. Namun, ketika individu mengalami kendala sosial tentang pengungkapan terkait stres, maka orang mungkin berharap bahwa kemungkinan pertumbuhan akan berkurang. Penelitian tentang efek tanggapan negatif terhadap orang-orang dalam keadaan yang merugikan menunjukkan bahwa ada beberapa cara orang dapat tidak mendukung mereka yang mengalami trauma, dan bahwa tingkat keparahan keadaan mungkin berperan dalam menentukan jenis masalah apa yang dialami oleh para penyintas.

Jaringan sosial mereka (Ingram, Betz, Mindes, Schmitt, & Smith, 2001) mungkin berguna untuk memeriksa efek dari berbagai respons yang mendukung dan tidak mendukung pada keinginan untuk mengungkapkan diri dan efek dari respons ini pada produksi perenungan tambahan tentang kemungkinan reaksi orang lain. Sebagai contoh, kami telah menemukan dalam pekerjaan kami dengan orang tua yang berduka bahwa sebagian besar penderitaan dan perenungan mereka difokuskan pada kekecewaan yang mereka alami dalam reaksi orang-orang yang mereka anggap akan mendukung dan berbelas kasih (Tedeschi & Calhoun, 2004). Ingram dkk. (2001) melaporkan bahwa interaksi sosial yang tidak mendukung stresor-spesifik menyebabkan masalah dalam

penyesuaian. Kami juga berharap bahwa peningkatan perenungan yang tidak produktif yang digerakkan oleh tanggapan orang lain yang tidak mendukung dapat membuatnya lebih sulit bagi individu untuk mempertahankan fokus pada refleksi pada konten yang dapat mengarah ke PTG.

Selain itu, akan terlihat bahwa ketika individu mampu terlibat dalam pengungkapan yang mengandung tema pertumbuhan, ketika tema pertumbuhan adalah bagian dari narasi dan idiom budaya terdekat yang terkait dengan respons pasca trauma, dan ketika pengungkapan dipenuhi dengan penerimaan atau penguatan dari orang lain yang signifikan, maka pertumbuhan lebih mungkin dialami.

Setidaknya ada empat dimensi yang mungkin menguntungkan dipertimbangkan dalam studi masa depan hubungan antara faktor kognitif dan PTG, sebagai berikut: (a) kognisi intrusif versus reflektif, (b) valensi kognisi, (c) isi kognisi, (d) dan frekuensi dan waktu kognisi.

Isi perenungan juga tampaknya menjadi area yang tepat untuk penyelidikan lebih lanjut. Apa yang dipikirkan oleh individu yang terpapar trauma biasanya mencakup elemen tidak menyenangkan yang terkait dengan krisis, dan kontennya mungkin terutama terkait dengan peristiwa. Namun, kognisi yang memiliki konten lain juga dapat terjadi berulang kali setelah trauma dan penelitian di masa depan akan berhasil mencakup beragam konten.

Kognisi pasca trauma dapat bervariasi dalam valensi. Beberapa pikiran, misalnya, mengingat rasa sakit dan takut mengalami luka pertempuran, mungkin memiliki valensi negatif yang kuat, meskipun pikiran berulang lainnya mungkin memiliki valensi positif yang kuat, misalnya, mengingat tindakan tanpa pamrih dari sesama prajurit yang datang untuk menyelamatkan dan memberikan bantuan segera. Dohrenwend dkk. (2004) mempertimbangkan valensi dan arti-penting dalam studi tentang apa yang mereka sebut "penilaian tersier" dari dinas militer di antara veteran Perang Vietnam. Mereka memeriksa interpretasi bervalensi positif dan negatif di antara para veteran yang melaporkan bahwa pengalaman militer sangat menonjol bagi mereka, yaitu, itu adalah peristiwa kehidupan utama dan mempengaruhi kehidupan sehari-hari. Interpretasi positif dan negatif cenderung terjadi bersamaan, dan veteran yang membuat penilaian negatif cenderung menunjukkan tingkat keterasingan yang tinggi. Kelompok veteran yang menunjukkan penilaian positif hampir selalu memasukkan penilaian negatif juga, dan menunjukkan penyesuaian terbaik, meskipun beberapa juga memiliki gangguan stres pasca trauma (PTSD). Hampir tidak ada indikasi penilaian positif eksklusif atau penolakan defensif.

Akhirnya, frekuensi kognisi pascatrauma akan tampak penting, dan tampaknya frekuensi akan terkait secara berbeda dengan pertumbuhan tergantung pada intrusi, isi, dan valensi kognisi yang dipelajari. Ada beberapa indikasi bahwa waktu kognisi mungkin penting dalam menentukan kemungkinan PTG (Tedeschi, Calhoun, & Cooper, 2000), tetapi tindakan variabel ini mungkin bergantung pada domain tertentu PTG yang bersangkutan.

Data yang tersedia sangat menunjukkan bahwa elemen kognitif berpotensi besar pentingnya pemahaman PTG, tetapi peran karakteristik yang berbeda dari perenungan dan elemen kognitif lainnya belum dipahami dengan baik.

4. Dimensi *Posttraumatic-Growth*

Adapun studi yang dilakukan oleh Slade dkk. (2019) mengungkapkan tiga level dalam perubahan positif yang terjadi dalam *posttraumatic growth*, yakni level individu, level interpersonal, dan level spiritual. Pertama adalah *level individu*, yakni perubahan yang ada pada diri individu yang menyangkut dirinya sendiri. Level ini mengkombinasikan tiga hal yang menyangkut nilai dan cara hidup individu. Misalnya dalam hal penambahan wawasan dan kejelasan tujuan hidup, yakni bagaimana seseorang menilai kembali kehidupannya; menyadari siapa teman dan orang-orang terdekatnya; mengurangi materialisme; serta mengurangi pikiran tentang harapan masyarakat. Selain itu, pada level individu, seseorang juga melakukan perubahan pada kepribadian, pandangan, dan keterampilannya. Individu merasa lebih otentik dengan penerimaan dirinya; lebih mampu menangani stres; serta mampu manajemen waktu dengan menetapkan apa yang prioritas dalam kehidupan sehari-harinya. Dan terakhir dalam level individu adalah perubahan kesehatan, gaya hidup, dan minat (Slade, 2019). Misalnya seseorang mulai mengembangkan kebiasaan dan gaya hidup yang lebih sederhana; membuka diri akan adanya kemungkinan baru; dan mengatur pola hidup sehat seperti menjaga pola makan dan tidur.

Pada *level interpersonal* individu mengembangkan perubahan yang berhubungan dengan relasinya dengan orang lain. Dua hal penting yang

dikombinasikan dalam level ini adalah relasi individu dengan *keluarga dan teman* serta relasi individu dengan *tempat atau perannya dalam masyarakat*. Perubahan yang terjadi pada hubungan dengan keluarga dan teman meliputi perkembangan individu dalam berkomunikasi; menghabiskan waktu lebih banyak dengan keluarga atau teman; serta melepaskan relasi-relasi beracun yang tidak sehat. Sedangkan relasi individu dengan perannya dalam masyarakat berubah ke arah kesadaran individu untuk memberi dan melakukan sesuatu untuk lingkungan sekitarnya (Slade, 2019), serta mengembangkan keberanian untuk menantang stigma yang ada dalam masyarakat.

Level terakhir adalah *level spiritual* atau religiusitas. Yakni perubahan positif individu dalam mencapai makna hidup dan tujuan hidup. Perilaku yang termasuk di dalamnya adalah meningkatnya keterikatan pada institusi atau komunitas religi (Slade, 2019); lebih sering berdoa dan mendekatkan diri pada Tuhan; serta mengeksplorasi pengalaman-pengalaman religius.

Menurut Tedeschi (2016) dimensi *posttraumatic growth* antara lain:

a. *Personal Strength*

Aspek yang pertama berada pada kekuatan personal. Hal yang luar biasa ketika sesuatu yang amat buruk terjadi, individu dapat menemukan cara untuk mengatasinya serta melewatinya yang pada akhirnya mengarahkan individu untuk menggali kekuatan yang tidak pernah diketahui atau bahkan tidak pernah dibutuhkan sebelumnya. Salah satu perubahan umum yang terjadi adalah pengalaman dunia seseorang sebagai dunia yang lebih berbahaya, tidak dapat diprediksi, di mana kerentanannya sendiri menjadi

jelas dan menonjol. Perlawanan akan penderitaan trauma yang terjadi terus menerus mengarahkan seseorang untuk mengembangkan tingkat resiliensi diri yang lebih baik. Mereka mampu untuk mengatur *emotional distress*, mengatasi masalah, mengembangkan minat baru, aktivitas baru, bahkan membuat perubahan signifikan dalam hidup mereka (Tedeschi & Calhoun,2006).

b. *Improved Relationships with Others*

Selanjutnya adalah hubungan dengan orang lain. Termasuk juga kedekatan yang lebih besar, keintiman, dan kebebasan untuk menjadi diri sendiri. Bagian penting dari pengalaman pasca trauma adalah menemukan dan menerima perhatian dari orang lain. Menerima dukungan dari orang lain membawa individu lebih dekat dengan orang lain. Pertumbuhan hubungan itu misalnya dengan anggota keluarga, teman, atau bahkan keluarga besar pada umumnya. Trauma dapat mengubah persepsi seseorang tentang hubungan. Pengalaman traumatis membantu seseorang untuk melihat bahwa ia dapat mengandalkan orang lain dan menerima bantuan mereka. Selain itu, individu yang belajar untuk menerima keterbatasan diri dan kerentanannya lebih memungkinkan untuk memberikan apresiasi lebih tinggi pada bantuan yang diberikan orang lain. Hubungan itu juga ditunjukkan dari peningkatan empati dan kasih sayang untuk orang lain yang menderita (Tedeschi & Calhoun,2006).

c. *Appreciation of Life*

Aspek berikutnya adalah apresiasi kehidupan. Seseorang dengan *posttraumatic-growth* kerap kali menyadari bahwa prioritas dalam hidupnya telah bergeser. Seringnya, hal-hal kecil dalam kehidupan sehari-hari menjadi sesuatu baru yang paling diapresiasi. Pengalaman tentang kehilangan atau nyaris kehilangan sesuatu yang berharga mendorong seseorang untuk menyadari betapa berharganya hidup ini. Kesadaran ini yang mengarahkan seseorang pada perubahan radikal pada prioritas hidup dan pemahaman yang lebih baik tentang apa yang paling penting dalam hidup. Misalnya pada korban kekerasan atau bencana yang nyaris kehilangan nyawa, mereka akan mengatakan bahwa melawan trauma adalah *bonus time* atau waktu tambahan bagi mereka untuk terus hidup. Apresiasi ini terwujud dalam kebersyukuran dan cara hidup yang lebih lambat untuk melihat hal-hal sekitar lebih dalam.

d. *New Life Paths and Possibilities*

Keterbukaan terhadap kemungkinan baru adalah aspek selanjutnya. Berhubungan dengan perubahan besar terhadap apresiasi dan prioritas hidup yang terjadi pasca trauma, seseorang juga mengembangkan keteguhan dalam memegang kepercayaannya yang baru terhadap hidup. Tentu jalan hidup yang baru dan berbagai kemungkinan baru tidak terjadi tanpa melewati perjuangan dan duka. Begitupula *posttraumatic-growth* tidak berkembang begitu saja tanpa melewati perlawanan dan menghadapi kehilangan. Hal ini merupakan perjuangan individu dalam merekonstruksi kognitif dan mengembangkan optimisme.

e. *Spiritual Change and a New Understanding of Life's Meaning and Purpose*

Aspek terakhir adalah perubahan spiritualitas. Spiritualitas bukan melulu tentang tradisi dan agama, tapi juga pencerahan diri dalam mencapai makna dan tujuan hidup. Sebagian orang akan mengembangkan spiritualitasnya sebagai jawaban atas pertanyaan mereka tentang bagaimana menjalani kehidupan dengan baik. Masih berhubungan dengan perspektif baru mereka terhadap kehidupan, mereka dapat menemukan hal tersebut dari keyakinan agama, pengertian spiritual, atau falsafah hidup yang mereka anut. Masing-masing individu mengembangkannya dengan cara mereka masing-masing dengan sifat yang sangat personal. Sebagian mereka mencari petunjuk hidup dalam kitab suci agama yang mereka yakini, sedangkan sebagian yang lain mencarinya dengan pengetahuan dan gagasan sekular.

Pemaparan aspek-aspek di atas menjadi dasar penarikan kesimpulan tentang karakteristik individu yang mengembangkan *posttraumatic-growth* yakni mengalami lima perubahan aspek kehidupan setelah peristiwa traumatis. Lima aspek tersebut ialah: memiliki kekuatan personal; perbaikan hubungan dengan orang lain; peningkatan apresiasi kehidupan; keterbukaan akan kemungkinan baru; dan perubahan spiritual. Perubahan positif pada aspek-aspek tersebut bukanlah perubahan pada tingkatan semula, tetapi dalam *posttraumatic-growth*, individu mengalami perubahan melewati tingkat sebelum terjadinya peristiwa traumatis.

5. Faktor yang Mempengaruhi *Posttraumatic-Growth*

Adapun *posttraumatic-growth* dipengaruhi oleh sepuluh faktor sebagaimana yang diungkapkan Tedeschi dan Calhoun (dalam Ramos & Leal, 2013).

- a. Penderitaan. Peristiwa traumatis menghadirkan serangkaian keadaan negatif yang dapat menyebabkan penderitaan dan kerapuhan yang tidak dapat diprediksi, serta lemahnya kendali seseorang atas kehidupannya. Meskipun begitu individu secara bersamaan bisa saja memiliki persepsi tentang keuntungan sebagai hasil dari perlawanan terhadap trauma yang menyiksa.
- b. Karakteristik kepribadian. Empat dari *big five characteristics* memiliki korelasi positif dengan *posttraumatic growth* sedangkan hanya *neuroticism* yang memiliki korelasi negatif. Yang pertama yakni *extraversion* atau kepribadian yang cenderung penuh semangat, antusias, dominan, ramah, dan komunikatif. Kedua adalah *openness to experience*, yakni individu yang terbuka pada pengalaman yang bervariasi dan berbeda. Mereka juga umumnya imajinatif, menyenangkan, dan artistik. Selanjutnya ketiga yakni *agreeableness*, sifat mudah mempercayai orang lain, murah hati, mudah menerima, selalu mengalah, baik hati, dan menghindari konflik. serta yang keempat yaitu *conscientiousness* atau kesungguhan dimana individu cenderung pekerja keras, cermat, tepat waktu dan tekun (Wulandari & Rehulina, 2013).

- c. Pengungkapan emosi. Pengungkapan dari respon emosi akibat trauma memfasilitasi proses kognisi, sebab ketika individu berusaha menggambarkan perasaannya agar dapat dimengerti orang lain, individu secara tidak langsung telah bersedia untuk menerima pendapat orang lain. Hal ini juga dapat meningkatkan fungsi fisik, mengurangi stres, dan meningkatkan fungsi sistem kekebalan tubuh (Ramos & Leal, 2013)
- d. Strategi koping. Jenis strategi koping yang digunakan berpengaruh pada pemrosesan kognitif pada individu, serta menentukan tingkat pertumbuhan yang dialami. Baik koping yang berfokus pada masalah ataupun emosi, keduanya memiliki korelasi positif terhadap *posttraumatic growth*. Sebaliknya, penyangkalan, represi, dan penekanan emosi mengakibatkan kesehatan memburuk (Linley & Joseph, 2004)
- e. Dukungan sosial. Selaras dengan salah satu hasil atau karakteristik *posttraumatic growth* yang menyebutkan perbaikan relasi dengan orang lain, salah satu faktor yang mempengaruhi proses *posttraumatic growth* juga berhubungan dengan orang lain, yakni dukungan sosial. Persepsi perubahan positif dalam beberapa domain kehidupan individu dapat menciptakan peluang untuk hubungan lebih dekat, perilaku yang lebih berbelas kasih, dan kontak serta persahabatan baru, yang mengubah dukungan sosial menjadi sebuah hasil akhir.
- f. Karakteristik lingkungan. Tedeschi dan Calhoun (2004) menyebutkan tiga faktor lingkungan yang dikaitkan dengan pertumbuhan individu: gender, usia, dan tingkat pendidikan. Studi menunjukkan bahwa

posttraumatic growth lebih banyak ditemukan pada perempuan, orang muda, dan orang-orang berpendidikan lebih tinggi.

- g. Dunia asumsi. Sebelum mengalami peristiwa negatif seorang individu telah memiliki *assumptive world* atau dunia asumsi. Termasuk dalam dunia asumsi seseorang adalah kepercayaan, tujuan hidup, nilai-nilai yang dianut, persepsi, hingga narasi hidup seseorang. dunia asumsi inilah yang terancam dan tertantang saat peristiwa traumatis menimpa. Menggunakan keterlibatan kognitif, dunia asumsi seseorang direvisi dan direkonstruksi menjadi pemahaman yang lebih baik dan menjadi *posttraumatic growth*, bahkan kebijaksanaan.
- h. Gaya ruminasi atau perenungan. Setelah peristiwa traumatis, individu sering terganggu oleh pikiran negatif (*intrusive thinking*) yang menyerang proses kognitif secara tiba-tiba. Individu dengan penderitaan masa lalu yang lebih besar cenderung mengalami pikiran negatif lebih intens. Sebaliknya, bentuk perenungan lainnya adalah perenungan yang disengaja (*deliberate rumination*) dimana individu dengan sukarela memikirkan trauma dengan tujuan yang jelas untuk mencoba memahami peristiwa tersebut, perubahan yang dibawa, dan implikasinya untuk masa depan (Ramos & Leal, 2013). Lebih lanjut ruminasi atau perenungan oleh Calhoun & Tedeschi dijelaskan sebagai persamaan dari *cognitive engagement* atau keterlibatan kognitif. Meliputi proses memunculkan persepsi dan berbagai kemungkinan baru dengan cara merekonstruksi kognitif yang terganggu akibat trauma. Proses refleksi tersebut adalah isi

dari ruminasi disengaja (*deliberative*) yang mengacu pada proses perbaikan, restrukturisasi, atau pembangunan kembali bagaimana individu memahami dunia. *Posttraumatic growth* lebih mungkin terjadi pada individu yang merenungkan dengan berbagai isi dan kemungkinan serta mencoba untuk memahami apa yang telah terjadi (Tedeschi & Calhoun, 2006).

- i. Spiritualitas/religiusitas. Perjuangan dalam menghadapi kesulitan dapat menghasilkan hubungan yang lebih baik dengan agama dan pemahaman yang lebih baik tentang masalah spiritualitas. Bahkan religiusitas/spiritualitas berkorelasi positif dengan proses kognitif dan pertumbuhan yang dialami.
- j. Optimisme. Optimisme dapat menguatkan jalannya pertumbuhan dan muncul dari berbagai pemahaman positif terhadap situasi yang mengancam; ekspresi perasaan positif, dan mencari dukungan dari orang lain.

6. *Posttraumatic-Growth* dalam Kajian Islam

Posttraumatic-growth tidak dibahas secara gampalng dalam kajian kejiwaan menurut Islam. Namun aspek-aspek yang mengarah pada *posttraumatic growth* banyak dijelaskan dalam kajian Islam yakni nilai-nilai optimisme dan religiusitas. Dalam kajian *posttraumatic growth*, salah satu faktor yang mempengaruhi individu dalam mengembangkan *posttraumatic growth* adalah kemampuan individu dalam mengembangkan optimisme dan

spiritualitas/religiusitas. Seperti yang dijelaskan dalam QS. Al-Baqarah ayat 155-157 bahwa Allah SWT menguji keimanan manusia untuk menjadi lebih baik lagi. Allah SWT berfirman:

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ ۗ وَبَشِيرِ الصَّابِرِينَ
الَّذِينَ إِذَا أَصَابْتَهُمْ مُصِيبَةٌ قَالُوا إِنَّا لِلَّهِ وَإِنَّا إِلَيْهِ رَاجِعُونَ
أُولَٰئِكَ عَلَيْهِمْ صَلَوَاتٌ مِّن رَّبِّهِمْ وَرَحْمَةٌ وَأُولَٰئِكَ هُمُ الْمُتَهَنِّدُونَ

155. *Dan sungguh Kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar*
156. *Yaitu orang-orang yang apabila ditimpa musibah, mereka mengucapkan: "Innaa lillahi wa innaa ilaihi raaji'uun"*
157. *Mereka itulah yang mendapatkan keberkahan yang sempurna dan rahmat dari Rabbnya dan mereka itulah orang-orang yang mendapat petunjuk*

Berdasarkan tafsir Al-Muyassar dalam surah al-baqarah ayat 155 yakni kami akan benar-benar menguji kalian dengan sedikit rasa takut, kelaparan, berkurangnya harta karena kesulitan dalam mendapatkannya atau hilang dari jiwa dengan terjadinya kematian atau mati syahid di jalan Allah dan dengan berkurangnya buah-buahan kurma, anggur dan biji-bijian karena sedikitnya hasil panen atau rusak dan berilah kabar gembira wahai Nabi, kepada orang-orang yang bersabar dalam menghadapi persoalan ini dan persoalan-persoalan yang serupa, dengan apa yang membahagiakan mereka dan menyenangkan mereka berupa kesudahan yang baik di dunia dan di akhirat.

Sedangkan ayat 156 menerangkan di antara karakter orang-orang yang sabar itu bahwa sesungguhnya mereka ketika ditimpa sesuatu yang tidak mereka sukai, mereka mengatakan sesungguhnya kamu adalah ahamba sahaya milik

allah, dibawah pengaturang perintah dan kendalinya. Dia melakukan apa saja yang dikehendakinya pada kami dan sesungguhnya kami akan kembali kepadanya melalui kematian dan kebangkitan untuk menghadapi perhitungan amal dan pembalasannya”

Selanjutnya dalam ayat 157 dijelaskan orang-orang bersabar itu mereka mendapatkan pujian dari Tuhan mereka dan rahmat agung dari-Nya dan mereka adalah orang-orang yang memperoleh petunjuk menuju jakan yang lurus.

Allah juga tidak mengubah keadaan suatu kaum sebelum mereka sendiri yang mengubah apa yang ada pada diri mereka sendiri. Dalam QS. Ar-Ra'du [13]:11 Allah Swt berfirman:

لَهُ مُعْجِبَاتٌ مِّنْ بَيْنِ يَدَيْهِ وَمَنْ خَلْفَهُ يَحْفَظُونَهُ مِنْ أَمْرِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا مَا
بِأَنفُسِهِمْ وَإِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِقَوْمٍ سُوءًا فَلَا مَرَدَ لَهُ وَمَا لَهُمْ مِنْ دُونِهِ مِنْ وَالٍ - ١١

Baginya (manusia) ada malaikat-malaikat yang selalu menjaganya bergiliran, dari depan dan belakangnya. Mereka menjaganya atas perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak akan mengubah keadaan suatu kaum sebelum mereka mengubah keadaan diri mereka sendiri. Dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap suatu kaum, maka tak ada yang dapat menolaknya dan tidak ada pelindung bagi mereka selain Dia (QS. Ar-Ra'du [13]: 11).

Dalam tafsir Al-Misbah, demikian pula Allah tidak akan mengubah nasib suatu bangsa dari sebuah keadaan sengsara menjadi mudah, atau dari lemah menjadi kuat, sebelum mereka sendiri mengubah apa yang ada pada diri mereka. Apabila Allah berkehendak memberikan bencana kepada suatu bangsa, tidak akan ada seorang pun yang dapat melindungi mereka dari bencana itu. Tidak ada seseorang pun yang mengendalikan urusan kalian hingga dapat menolak

bencana itu (Shihab, 2017). Hal ini selaras dengan pengetahuan *posttraumatic-growth*, yakni perubahan positif pada individu. Perubahan individu pasca mengalami keadaan yang lemah berupa keadaan kritis yang dapat dikehendaki oleh diri sendiri.

B. Kekerasan dalam Rumah Tangga

1. Pengertian Kekerasan dalam Rumah Tangga

Pengertian kekerasan dalam rumah tangga dijelaskan dalam Pasal 1 Undang-Undang No. 23 Tahun 2004 Tentang Penghapusan Kekerasan Dalam Rumah Tangga adalah *setiap perbuatan terhadap seseorang terutama perempuan, yang berakibat timbulnya kesengsaraan atau penderitaan secara fisik, seksual, psikologis, dan atau penelantaran rumah tangga termasuk ancaman untuk melakukan perbuatan, pemaksaan, atau perampasan kemerdekaan secara melawan hukum dalam lingkup rumah tangga* (Saraswati, 2006:19)

Sedangkan WHO menjelaskan kekerasan terhadap pasangan intim atau *intimate partner violence* mengacu pada perilaku pasangan intim atau mantan pasangan yang menyebabkan kerugian fisik, seksual, ataupun psikologis, termasuk agresi fisik, pemaksaan seksual, pelecehan psikologis dan perilaku pengendalian.(WHO, 2021).

Family violence/ domestic violence/ kekerasan dalam rumah tangga menurut Konsulat Jenderal Republik Indonesia Perth (2015) adalah setiap perilaku kasar yang diperlihatkan oleh seorang anggota keluarga atau pasangan yang menyebabkan korban merasa tidak nyaman, takut atau tidak aman (Farizka & Uasni, 2019).

Berdasarkan beberapa pengertian di atas maka dapat disimpulkan bahwa kekerasan dalam rumah tangga adalah setiap perbuatan yang dilakukan oleh salah satu pihak pasangan dalam rumah tangga yang menimbulkan penderitaan terhadap pihak lainnya baik secara fisik, psikis, seksual, dan ekonomi termasuk terenggutnya rasa aman dan nyaman serta kedaulatan diri sendiri.

2. Faktor Penyebab Kekerasan dalam Rumah Tangga

Mardiyati (2015) KDRT disebabkan oleh dua faktor, yakni faktor eksternal dan faktor internal. Agresivitas seseorang dapat terpicu oleh keadaan lingkungan di luar dirinya. Hal ini yang dimaksud dengan faktor eksternal seseorang melakukan kekerasan. Keadaan yang seringkali memicu agresivitas tinggi adalah keadaan yang penuh tekanan dan *stressful* seperti kesulitan ekonomi. Sedangkan faktor internal adalah faktor yang bersumber pada kepribadian dari dalam diri pelaku itu sendiri yang menyebabkan ia mudah sekali terprovokasi melakukan tindak kekerasan, meskipun masalah yang dihadapinya tersebut relatif kecil.

Faktor lain dijelaskan oleh Han Almiş, (2020) dalam beberapa variabel, yakni perempuan; pasangan; dan pernikahan. Pada variabel yang berhubungan dengan perempuan, Han Almiş, (2020) memaparkan bahwa perempuan yang memiliki penghasilan dan pendidikan rendah lebih rentan menjadi objek kekerasan pasangan mereka. Selain itu, pendekatan dengan cara menormalisasi kekerasan akan mengarahkan pada lingkaran kekerasan. Hal ini dapat terjadi ketika perempuan memiliki riwayat paparan kekerasan di masa kanak-kanak sehingga perempuan

menganggap bahwa kekerasan adalah hal yang normal. Faktor lain dalam variabel ini adalah depresi, gangguan kepribadian, serta penggunaan alkohol.

Selanjutnya dalam variabel yang berhubungan dengan pasangan, Eckhardt (1997) (dalam Han Almiş, 2020) menemukan bahwa laki-laki yang melakukan kekerasan lebih mudah marah dan agresif dibanding yang tidak melakukan kekerasan. Selain itu, laki-laki pengangguran dan memiliki riwayat penyakit medis atau kejiwaan lebih cenderung melakukan kekerasan pada pasangan. Penelitian lain menyebutkan bahwa riwayat penggunaan alkohol suami sangat terkait dengan perilaku kekerasan, dan pasangan yang bercerai atau berpisah memiliki pengalaman kekerasan dua hingga tiga kali lebih banyak daripada pasangan yang sudah menikah. Rendahnya tingkat sosial dan ekonomi serta pendidikan merupakan penyebab penting munculnya KDRT. Dan juga, khususnya di dalam budaya patriarki, penerimaan laki-laki sebagai superior dari perempuan dan sebagai figur utama pembuat keputusan dalam keluarga telah ditunjukkan sebagai salah satu faktor risiko penting yang berperan dalam munculnya kekerasan

Terakhir, dalam variabel yang berhubungan dengan pernikahan, Gulec (2012) menyebutkan fakta bahwa pernikahan dibawah 18 tahun meningkatkan frekuensi kekerasan fisik dalam rumah tangga (Han Almiş, 2020). Selanjutnya, kekerasan dalam rumah tangga jarang ditemukan pada pernikahan yang lebih lama. Adapun kekerasan fisik maupun verbal sangat berhubungan dengan penghasilan keluarga, bahkan Kurt (2018) mengungkapkan kekerasan seksual dan kekerasan fisik keduanya meningkat selaras dengan menurunnya angka penghasilan (Han Almiş, 2020).

3. Bentuk-bentuk Kekerasan dalam Rumah Tangga

Menurut UUPKDRT pasal 5, kekerasan yang terjadi dalam rumah tangga terbagi menjadi beberapa bentuk, yakni: kekerasan fisik, kekerasan psikis, kekerasan seksual, dan penelantaran rumah tangga.

a. Kekerasan Fisik

Pasal 6 UUPKDRT menerangkan bahwa yang dimaksud dengan kekerasan fisik adalah *“perbuatan yang mengakibatkan rasa sakit, jatuh sakit, atau luka berat.”*

b. Kekerasan Psikis

pasal 7 UUPKDRT menjelaskan yang dimaksud dengan kekerasan psikis adalah *perbuatan yang mengakibatkan ketakutan, hilangnya rasa percaya diri, hilangnya kemampuan untuk bertindak, rasa tidak berdaya, dan/atau penderitaan psikis berat pada seseorang”*

c. Kekerasan Seksual

Pasal 8 UUPKDRT menjelaskan yang dimaksud dengan kekerasan seksual adalah:

- 1) Pemaksaan hubungan seksual yang dilakukan terhadap orang yang menetap dalam lingkup rumah tangga tersebut
- 2) Pemaksaan hubungan seksual terhadap salah seorang dalam lingkup rumah tangganya dengan orang lain untuk tujuan komersial dan/atau tujuan tertentu.

d. Penelantaran Rumah Tangga

Pasal 9 Ayat 1 dalam UUPKDRT menjelaskan bahwa *setiap orang dilarang menelantarkan orang dalam lingkup rumah tangganya, padahal menurut hukum yang berlaku baginya atau karena persetujuan atau perjanjian ia wajib memberikan kehidupan, perawatan, atau pemeliharaan kepada orang tersebut.*

Penelantaran sebagaimana yang dimaksud pada ayat (1) juga berlaku bagi setiap orang yang mengakibatkan ketergantungan ekonomi dengan cara membatasi dan/atau melarang untuk bekerja yang layak di dalam atau di luar rumah sehingga korban berada di bawah kendali orang tersebut.

Sedangkan Fatimah (2016) memaparkan bentuk-bentuk kekerasan kepada pasangan yang dijelaskan oleh LSM Wanita Rifka Anisa, antara lain:

- a. Kekerasan fisik, yakni agresi yang ditujukan pada fisik korban. Kekerasan fisik umumnya dilakukan secara langsung menggunakan anggota badan pelaku seperti menendang, memukul, mencekik, mendorong, menjambak, dan lain-lain. Kekerasan fisik juga tidak jarang dilakukan dengan menggunakan barang-atau alat tertentu seperti benda tajam, rokok, kayu, besi, dan lain-lain.
- b. Kekerasan emosional, yaitu bentuk agresi yang berdampak pada emosional korban. Misalnya tertekan, malu, sakit hati, rendah diri, atau emosi-emosi tidak nyaman lainnya. Bentuk kekerasan emosional ini umumnya berbentuk verbal, seperti mencaci, berkata kasar, sumpah serapah, membentak, mengancam. Sedangkan bentuk nonverbal dari kekerasan emosional adalah pengabaian.

- c. Kekerasan seksual, yakni kekerasan yang berhubungan dengan agresivitas seksual seperti paksaan dalam mencium, memeluk, memegang atau merabab-raba anggota badan tertentu. Sedangkan WHO menjelaskan bahwa kekerasan seksual adalah "setiap upaya seseorang untuk mendapatkan aktivitas seksual menggunakan paksaan, oleh siapa pun dan dalam keadaan apa pun. Termasuk pemerkosaan; percobaan pemerkosaan; sentuhan seksual yang tidak diinginkan; dan bentuk non-kontak lainnya" (WHO, 2021)
 - d. Kekerasan ekonomi, yaitu jenis kekerasan yang berkaitan dengan uang dan barang. Misalnya seorang suami yang menelantarkan istri dan anak-anaknya dalam keadaan kesulitan ekonomi. Dengan kata lain, sang suami tidak bertanggung jawab akan perannya dalam memberikan kecukupan ekonomi (Utami, 2020)
4. Dampak Kekerasan dalam Rumah Tangga

Berbagai dampak negatif ditimbulkan oleh kekerasan dalam hubungan intim baik secara fisiologis, emosional, maupun psikologis pada korban. Secara fisiologis korban kekerasan dapat mengalami luka fisik, kesulitan tidur, gangguan makan, kehamilan tak terencana, penyakit seksual, dan sebagainya (Rusyidi & Hidayat, 2020). Luka fisik yang ditimbulkan akibat kekerasan pada umumnya berupa lebam akibat pukulan. Korban kekerasan yang mengalami dampak kekerasan sesuai dengan bentuk siksaan yang ia terima, dari pukulan, sayatan, menjambak, membakar, hingga membacok. Beberapa siksaan fatal bahkan dapat menyebabkan cacat hingga kematian.

Selanjutnya, Mason (dalam Salsabila et al., 2021) menjelaskan dampak psikologis yang terjadi pada korban berupa Posttraumatic Stress Disorder (PTSD). PTSD umumnya terjadi pada korban kekerasan sebab trauma yang disebabkan peristiwa kekerasan yang dialami. Selain PTSD, efek psikologis lain yang menyertai korban dapat berupa kecemasan, depresi, rendahnya *self-esteem*, simtom obsesif-kompulsif, dan lain-lain. Stewart dan Robinson juga menyatakan bahwa pengaruh kekerasan terhadap kesehatan mental perempuan dapat bervariasi tergantung pada jenis, ukuran, durasi kekerasan, mekanisme coping individu, siklus hidup pada saat kekerasan dan dukungan sosial (Han Almiş, 2020).

Perempuan yang menjadi korban kekerasan dalam rumah tangga umumnya bereaksi lebih setelah syok dan penyangkalan, dan kemudian menunjukkan depresi dan menyalahkan diri sendiri. Pikiran tentang kemungkinan pengalaman serupa di masa depan dapat menimbulkan rasa takut. Dalam keterpaparan kronis terhadap kekerasan, perempuan sering kali memiliki perasaan tidak aman, kehilangan kendali, perasaan bersalah, harga diri, keputusasaan dan ketidakberdayaan. Selanjutnya, dampak kekerasan terhadap perempuan menjadi faktor risiko terjadinya gangguan jiwa pada perempuan dan gangguan kejiwaan slebih sering ditemukan pada perempuan yang terpapar kekerasan dalam rumah tangga. Wanita yang terpapar kekerasan fisik juga memiliki tingkat diagnosis psikiatri yang lebih tinggi dengan diagnosis paling umum adalah gangguan stres pascatrauma, depresi, dan gangguan kecemasan (Han Almiş, 2020).

5. Kekerasan dalam Rumah Tangga Menurut Kajian Islam

Rofi'ah (2017) menyebutkan salah satu faktor dilanggengkannya KDRT adalah sebab adanya tafsir agama yang dipengaruhi ideologi patriarki yang berkembang dalam masyarakat. Hal ini menyebabkan munculnya tafsir agama yang bias gender. Tafsir agama berbeda dari esensi agama itu sendiri. Sebab menurut Rofi'ah (2017) agama Islam sejak masa kehadirannya justru memperjuangkan hak perempuan serta memiliki spirit penghapusan kekerasan terhadap perempuan. Namun pengaruh ideologi patriarki dalam tafsir agama yang menjadikannya kerap dijadikan legitimasi atas perilaku kekerasan atas nama Islam

Faqihuddin Abdul Kodir (2019) menyatakan bahwa terdapat empat isu penting tentang relasi dalam rumah tangga khususnya suami-istri yang sering dikaitkan dengan tafsir al-Quran, yaitu *nusyuz*, kekerasan, poligami, dan perceraian. Dua isu diantaranya, sangat lekat dengan konteks penelitian tentang kekerasan dalam rumah tangga. Yakni *nusyuz* dan kekerasan. Sebagaimana Firman Allah SWT. dalam QS. an-Nisaa' 4:34.

الرَّجَالُ قَوَّامُونَ عَلَى النِّسَاءِ بِمَا فَضَّلَ اللَّهُ بَعْضَهُمْ عَلَى بَعْضٍ وَبِمَا أَنْفَقُوا مِنْ أَمْوَالِهِمْ
فَالصَّالِحَاتُ قَانِتَاتٌ حَافِظَاتٌ لِّلْغَيْبِ بِمَا حَفِظَ اللَّهُ وَاللَّتِي تَخَافُونَ نُشُوزَهُنَّ فَعِظُوهُنَّ وَاهْجُرُوهُنَّ
فِي الْمَضَاجِعِ وَاصْرَبُوهُنَّ فَإِنِ اطَّعْنَكُمْ فَلَا تَبْغُوا عَلَيْهِنَّ سَبِيلًا إِنَّ اللَّهَ كَانَ عَلِيمًا كَبِيرًا - ٣٤

Laki-laki (suami) itu pelindung bagi perempuan (istri), karena Allah telah melebihkan sebagian mereka (laki-laki) atas sebagian yang lain (perempuan), dan karena mereka (laki-laki) telah memberikan nafkah dari hartanya. Maka perempuan-perempuan yang saleh adalah mereka yang taat (kepada Allah) dan menjaga diri ketika (suaminya) tidak ada, karena Allah telah menjaga (mereka). Perempuan-

perempuan yang kamu khawatirkan akan nusyuz, hendaklah kamu beri nasihat kepada mereka, tinggalkanlah mereka di tempat tidur (pisah ranjang), dan (kalau perlu) pukullah mereka. Tetapi jika mereka menaatimu, maka janganlah kamu mencari-cari alasan untuk menyusahkannya. Sungguh, Allah Mahatinggi, Mahabesar (QS. an-Nisaa' 4:34).

Asbabun nuzul QS. an-Nisaa' 4:34 dijekaskan oleh Ibn Asyur (dalam Jaya, 2020) dari Ibnu Abi Hatim, bahwa Hasan Al-Basri berkata “seorang wanita mendatangi Rasulullah SAW dan mengadukan kepada beliau bahwa suaminya telah menamparnya. Beliau pun bersabda, ‘balaslah sebagai *qishash*-nya’. Lalu Allah menurunkan firman-Nya, ‘Laki-laki (suami) itu pelindung bagi perempuan (Istri)’. Maka wanita itu kembali ke rumah tanpa meng-*qishash* suaminya” (Jaya,2020)

Selain itu, dalam riwayat Ibnu Mardawaih, Ali berkata, “Seorang laki-laki dari Anshar mendatangi Nabi Saw. dengan istrinya. Lalu istrinya berkata, ‘Wahai Rasulullah, suami saya ini telah memukul wajah saya hingga membekas.’ Rasulullah Saw. pun bersabda, ‘seharusnya dia tidak perlu melakukannya.’ Lalu Allah menurunkan firman-Nya dalam QS. an-Nisaa' :34 di atas. Bahwa ‘*laki-laki itu pelindung bagi perempuan.*’ (As-Suyuthi, 2008)

Ibnu Asyur (1973) berpendapat bahwa hanya demi memperbaiki hubungan sebuah pasangan, maka memukul diperbolehkan (Kodir, 2019). Oleh karena itu memukul sangat tidak dianjurkan bahkan bersifat *mamnu'* atau dilarang jika didasari oleh amarah yang bertujuan untuk menyakiti. Padahal pada dasarnya asas kasih sayang antara keduanya dapat diwujudkan dengan pemahaman bahwa masing-masing pihak memiliki keharusan untuk

memperlakukan pasangannya dengan layak. Menurut Rofi'ah (2017), penggunaan ayat al-Qur'an sebagai legitimasi KDRT dipengaruhi oleh bias gender yang lebih kuat mengintervensi penafsiran al-Qur'an. Penafsiran yang tidak adil gender ini mengakibatkan tersebarnya pemahaman bahwa seorang suami boleh memukul istrinya.

Ibn Asyur menjelaskan bahwa QS. an-Nisaa' ayat 34 ini juga membahas mengenai salah satu permasalahan penting dalam rumah tangga lainnya, yakni *nusyuz*. *Nusyuz* yang dimaksud adalah bentuk pembangkangan isteri terhadap suami. Faqihuddin Abdul Kodir (Kodir, 2019) menekankan bahwa narasi ini seakan-akan ditujukan searah dimana hanya istri yang dapat disebut sebagai membangkang. Padahal pada kenyataannya, *nusyuz* atau pembangkangan bisa saja dilakukan baik istri maupun suami.

An-Nisaa' ayat 34 di atas yang sering disalahpahami oleh tafsir agama yang bias gender sebagai legitimasi kekerasan yang dilakukan kepada istri atas nama Islam. Padahal terdapat penjelasan dari berbagai tafsir yang dikemukakan oleh para ulama' seperti yang dijelaskan di atas justru menunjukkan sebaliknya. *Nusyuz* yang dimaksudkan dalam ayat tersebut bukan hanya ditujukan pada istri yang membangkang dari komitmen, namun juga berlaku sebaliknya bagi laki-laki yang membangkang dari komitmen pernikahan (Kodir, 2019).

Adapaun ayat al-Qur'an yang menyebutkan *nusyuz* suami terhadap istri terdapat dalam QS. An-Nisaa' [4]: 128.

وَإِنْ امْرَأَةٌ خَافَتْ مِنْ بَعْلِهَا نُشُورًا أَوْ إِعْرَاضًا فَلَا جُنَاحَ عَلَيْهِمَا أَنْ يُصْلِحَا بَيْنَهُمَا صُلْحًا وَالصُّلْحُ خَيْرٌ وَأُحْضِرَتِ الْأَنْفُسُ الشُّحَّ وَإِنْ تُحْسِنُوا وَتَتَّقُوا فَإِنَّ اللَّهَ كَانَ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرًا - ١٢٨

Dan jika seorang perempuan khawatir suaminya akan nusyuz atau bersikap tidak acuh, maka keduanya dapat mengadakan perdamaian yang sebenarnya, dan perdamaian itu lebih baik (bagi mereka) walaupun manusia itu menurut tabiatnya kikir. Dan jika kamu memperbaiki (pergaulan dengan istrimu) dan memelihara dirimu (dari nusyuz dan sikap acuh tak acuh), maka sungguh, Allah Mahateliti terhadap apa yang kamu kerjakan. (QS. an-Nisaa' 4:128).

Nusyuz di dalam ayat 128 ini oleh Kodir (2019) diartikan sebagai sikap berpaling suami, yakni tidak lagi memberikan perhatian kepada sang istri. Ayat di atas menjelaskan apabila terdapat salah satu diantara sepasang suami-istri mulai tidak nyaman, enggan dan mau berpaling dari yang lain maka ayat ini mengajak keduanya untuk berdamai dan kembali kepada komitmen. Perilaku berdamai inilah arti dari *shulh* dalam ayat tersebut. Selanjutnya Allah Swt. meminta keduanya untuk *ihsan*, yakni memperbaiki perbuatan lebih dari sebelumnya kepada pasangan. Allah Swt juga memerintahkan agar keduanya untuk *bertakwa*, yakni menghapus sikap-sikap, pernyataan dan segala perilaku serta sikap buruk pada pasangan.

Kedua ayat di atas menjelaskan *nusyuz* dari dua pihak, yakni *nusyuz* istri terhadap suami dan *nusyuz* suami terhadap istri. Kodir (2019) menjelaskan bahwa dalam perspektif *mubadalah*, *nusyuz* adalah kontradiksi dari taat. Yakni segala perilaku negatif dalam relasi berpasangan yang merapuhkan hubungan antara keduanya hingga menjadi jauh dari keadaan *sakinah, mawaddah wa rahmah*. Nasihat dalam ayat 34 juga dimaknai sebagai menjalin komunikasi dengan baik, agar dapat memahami, sadar, dan

saling memperbaiki hubungan. Lalu katta-kata pisah ranjang diartikan sebagai jeda untuk memberikan waktu kepada pasangan merenung, berpikir, dan merefleksikan. Tujuan dari kedua ayat tersebut adalah menciptakan kedamaian dengan berbuat baik dan menjaga diri dari hal-hal yang dapat mencederai hubungan.

Begitu pula dalam perspektif *mubadalah* apa yang dimaksud dengan istilah ‘pukullah’ dalam QS. An-Nisaa’ [4] ayat 34 sangat bertentangan dengan semangat menciptakan suasana kasih sayang yang diteladankan Rasulullah Saw. Segala bentuk pemukulan dan kekerasan bukan lagi cara yang tepat untuk menangani persoalan *nusyuz*. Kodir (2019) menyebutkan bahwa hampir semua ulama’ sepakat untuk tidak memukul, sekalipun boleh, karena dianggap menyalahi kemulyaan. Hal ini dipertegas oleh beberapa hadist yang secara spesifik melarang pemukulan, atau menganjurkan untuk meninggalkan pemukulan, salah satunya adalah sebagai berikut:

Dari Aisyah Ra. berkata, “Rasulullah Saw tidak pernah memukul seseorang sama sekali, tidak istri, dan tidak juga pembantu (hamba sahaya). (Shahih Muslim, no. 6195)

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Kerangka Penelitian

Tujuan dari adanya kerangka penelitian adalah untuk memeriksa cara-cara yang dibutuhkan peneliti untuk memperoleh data yang diperlukan dalam rangka menjawab pertanyaan penelitian (Sugiyono, 2011). Pertanyaan penelitian ini adalah bagaimana dinamika *posttraumatic-growth* pada perempuan korban KDRT. Maka metode penelitian kualitatif lebih tepat digunakan untuk menjawab pertanyaan penelitian ini. Sebab, metode penelitian kualitatif berusaha untuk mengungkap berbagai keunikan yang terdapat dalam individu, kelompok, masyarakat atau organisasi dalam kehidupan sehari-hari secara menyeluruh, rinci, dalam, dan dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah (Ghony & Almanshur, 2012). Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan mampu memberikan suatu penjelasan secara terperinci tentang fenomena yang tidak dapat dicapai dengan desain penelitian kuantitatif.

Metode penelitian kualitatif bertujuan untuk memahami fenomena yang dialami oleh subjek penelitian secara utuh. Penelitian kualitatif disajikan dalam bentuk deskripsi yang berupa kata-kata pada suatu konteks khusus yang alamiah dengan memanfaatkan berbagai metode yang alamiah (Moleong, 2007). Definisi tersebut menguatkan alasan penggunaan penelitian kualitatif dalam penelitian ini. Sebab dinamika *posttraumatic-*

growth pada perempuan korban KDRT tidak dapat diukur dengan angka-angka namun dapat diuraikan melalui perilaku, tindakan, dan kata-kata yang diberikan oleh partisipan. Kata-kata tersebut dapat berupa motivasi, persepsi, sikap dan hal-hal yang dipercaya oleh subjek. Misalnya pernyataan tentang perlakuan yang pernah subjek terima, bentuk trauma yang dialami, dan apa yang subjek rasakan.

Metode pendekatan yang peneliti gunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan studi kasus. Studi kasus melibatkan individu, kelompok, ataupun komunitas yang bertujuan untuk menunjukkan hal-hal penting yang menjadi perhatian, proses sosial masyarakat dalam peristiwa yang konkret, pengalaman pemangku kepentingan. Diharapkan, kasus dapat mengilustrasikan bagaimana masalah dapat diatasi melalui penelitian (Hodgetts & Stolte, 2003). Yin menekankan penggunaan pertanyaan *how* dan *why* karena kedua pertanyaan tersebut dipandang sangat tepat untuk memperoleh pengetahuan yang mendalam tentang gejala yang dikaji (Yin, 2006).

Yamin mengungkapkan bahwa studi kasus berbentuk penjelasan tentang masalah, kejadian, atau situasi tertentu, kemudian peneliti berusaha mencari alternatif pemecahannya. Kemudian metode ini dapat juga digunakan untuk mengembangkan kemampuan berpikir kritis dan menemukan solusi baru dari suatu topik yang dipecahkan (Yin, 2006).

B. Subjek Penelitian

Menurut Moleong, individu yang dijadikan rujukan dalam menggali informasi yang berkaitan dengan penelitian di mana ia terlibat secara langsung dalam fenomena yang diteliti adalah definisi dari subjek penelitian (Moleong, 2007). Subjek pada penelitian ini adalah 2 orang perempuan korban KDRT. Korban KDRT pada penelitian ini mengacu pada pengertian korban yang tercantum di UU No 23 Tahun 2004 tentang Penghapusan Kekerasan dalam Rumah Tangga pada BAB I ketentuan umum Pasal 1 ayat 3, yakni orang yang mengalami kekerasan dan/atau ancaman kekerasan dalam lingkup rumah tangga. Dalam hal ini kedua subjek adalah perempuan yang berperan sebagai istri. Variasi subjek didapatkan dari status kedua subjek yang berbeda yakni satu orang telah bercerai dan satu orang yang lain dengan status menikah.

C. Teknik Pengumpulan Data

Menurut Sugiyono, sumber data dapat dibagi menjadi dua, yakni sumber data utama atau yang disebut sebagai sumber data primer dan sumber data pendukung atau yang disebut sebagai sumber data sekunder. Sumber data utama pada penelitian kualitatif terbagi menjadi dua, yakni yang bersifat verbal yang berupa ucapan dan yang bersifat non-verbal berupa perilaku. Selain itu, sumber data yang mendukung dapat berupa dari tulisan, gambar atau foto, serta statistik yang disebut dengan dokumen. (Prastowo, 2010: 14).

Sumber data utama yang didapatkan secara langsung di lapangan disebut sumber data primer (Ghony & Almanshur, 2012). Misalnya narasumber, subjek, atau subjek penelitian. Sebaliknya, sumber data sekunder merupakan sesuatu yang menghasilkan data yang dapat mendukung data utama dan dihimpun secara tidak langsung. Contohnya adalah dokumen, buku harian, jurnal, catatan statistik, foto, dan video. Sumber data sekunder pada penelitian ini didapatkan dari

Berbagai sumber data tersebut di atas dikumpulkan menggunakan teknik tertentu. Wawancara, observasi serta dokumentasi adalah teknik-teknik yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini. Teknik wawancara digunakan untuk menggali lebih dalam tentang persepsi atau sikap subjek terhadap pengalaman hidupnya (Ghony & Almanshur, 2012: 57). Sugiyono (dalam Prastowo, 2010: 146) menjelaskan bahwa wawancara dapat digunakan sebagai alat pengumpul data yang mendasarkan pada *self report* atas pengetahuan dan keyakinan pribadi subjek. Kemudian teknik wawancara yang digunakan adalah wawancara mendalam dengan jenis pertanyaan terbuka dan tidak terstruktur terhadap subjek untuk menggali dinamika *posttraumatic-growth* yang terdapat pada subjek. Butir-butir pertanyaan yang disusun dalam pedoman wawancara disarikan dari item *posttraumatic growth inventory* yang disusun oleh Tedeschi dan Calhoun (1999). Skala tersebut terdiri dari 21 aitem yang mewakili indikator dari lima dimensi *posttraumatic growth*.

Pengumpulan data selanjutnya dilakukan melalui observasi atau pengamatan. Observasi merupakan teknik pengumpulan data yang mengharuskan peneliti untuk turun ke lapangan untuk mengamati hal-hal yang berkaitan dengan ruang, tempat, pelaku, kegiatan, benda-benda, waktu, peristiwa, tujuan, dan perasaan (Ghony & Almanshur, 2012: 165). Menurut Nasution (dalam Prastowo, 2010), data hasil observasi berupa deskripsi faktual, cermat, dan terinci mengenai keadaan lapangan, kegiatan manusia, situasi sosial, serta konteks di mana kegiatan-kegiatan itu terjadi.

D. Teknik Analisa Data

Miles dan Huberman mengemukakan bahwa data kualitatif yang berupa kata-kata dianalisis dengan cara disusun dalam sebuah narasi dan dideskripsikan secara lebih luas dan jelas (Prastowo, 2010). Kegiatan mendeskripsikan data artinya memberikan arti pada setiap temuan, pada saat yang sama data tersebut dianalisis serta diinterpretasikan. Miles dan Huberman menyebutkan tiga tahap dalam menganalisis data yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

1. Reduksi Data

Proses seleksi, penyederhanaan, menentukan fokus, serta mendeskripsikan data mentah yang ditemukan di lapangan merupakan definisi dari reduksi data. Artinya, data hanya akan dipilih yang sesuai dengan pertanyaan penelitian. Reduksi data bertujuan untuk menajamkan, mengarahkan, mengorganisasikan dan mengeliminasi

data agar dapat dengan mudah dipahami. Selain itu, reduksi data dapat membantu peneliti dalam menarik kesimpulan secara efisien untuk selanjutnya diverifikasi. Reduksi data dilakukan melalui proses *coding*. Tahapan awal dalam proses *coding* adalah mengumpulkan data, lalu dipusatkan pada tema, menetapkan batas masalah serta memperhatikan catatan penting dalam penelitian.

2. Penyajian data

Penyajian data merupakan proses penggambaran data dalam sebuah tampilan yang mudah dipahami. Penyajian data kualitatif biasanya berupa teks naratif. Selain itu juga terdapat bentuk jaringan, bagan, grafik, matriks, dan sejenisnya yang menunjukkan korelasi antar kategori. Tujuan penyajian data adalah untuk membantu peneliti dalam memahami fenomena yang terjadi secara menyeluruh untuk mempertimbangkan kesimpulan yang ditarik dan dalam menentukan langkah yang selanjutnya. Selain itu, penyajian data juga dapat mempermudah peneliti dalam menelaah dan mengkaji data sebab data telah dikemas dalam bentuk yang lebih sistematis.

3. Proses Menarik Kesimpulan

Bagian terakhir dalam proses analisis data adalah penarikan kesimpulan, yakni kegiatan menafsirkan hasil analisis dan menginterpretasikan data. Dalam proses ini peneliti mencatat keteraturan, pola-pola, hubungan sebab-akibat, bentuk-bentuk yang mungkin. Makna yang muncul dari

data harus diuji kebenarannya, kekuatannya, dan kecocokannya, sehingga simpulan tersebut dapat dikatakan valid.

Selama berlangsungnya pengumpulan data, peneliti harus mengulang-ulang proses reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan yang dilakukan secara kontinu selama proses berlangsungnya penelitian. Misalnya pada proses reduksi data, data diseleksi ke arah yang lebih fokus untuk kemudian disajikan. Untuk menuliskan penyajian data yang utuh, dibutuhkan reduksi data selanjutnya. Hingga selanjutnya, penyajian data dapat digunakan untuk menarik kesimpulan awal. Kesimpulan awal inilah yang digunakan sebagai dasar verifikasi data untuk melakukan pengumpulan data selanjutnya.

E. Kredibilitas Penelitian

Uji kredibilitas atau kepercayaan data pada penelitian ini menggunakan triangulasi. Triangulasi dilakukan dengan cara membandingkan data dengan suatu yang lain di luar data tersebut untuk memeriksa kebenaran data tersebut (Ghony & Almanshur, 2012: 322). Selain menjadi teknik pemeriksaan keabsahan data, triangulasi juga disebutkan oleh Sugiyono dapat menjadi teknik pengumpulan data. Yakni dengan cara mengkombinasikan beberapa teknik pengumpulan data atau menggabungkan sumber yang telah ada (Prastowo, 2010: 289).

Teknik triangulasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah triangulasi sumber. Triangulasi sumber dilaksanakan dengan menggunakan satu teknik yang sama kepada sumber yang berbeda. Misalnya peneliti melakukan satu teknik pengumpulan data yang sama yakni teknik wawancara kepada beberapa narasumber yang berbeda guna validasi data. Pada penelitian ini, terdapat masing-masing satu *significant other* yang akan menjadi narasumber tambahan setiap subjek. *Significant other* subjek pertama adalah bibi subjek yang mengasuh anak kedua subjek sejak subjek bekerja di luar negeri. Sedangkan *significant other* subjek kedua adalah kemenakan subjek yang tinggal berdekatan dengan subjek dan tau keseharian subjek.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Pelaksanaan Penelitian

1. Gambaran Umum Subjek Penelitian

a. Subjek I

Subjek dengan inisial RM merupakan perempuan berusia 33 tahun. RM berasal dari Kabupaten Jember, namun sejak 2010 RM berdomisili di Bali. RM beragama Islam dengan pendidikan terakhir Madrasah Aliyah. Sebelum menikah, RM sempat menempuh pendidikan Akademi Kebidanan namun belum menyelesaikannya dan menikah. Saat menikah usia RM adalah 22 tahun hingga melahirkan anak pertamanya pada tahun 2011. Lalu anak kedua RM lahir empat tahun setelahnya yakni pada tahun 2015. RM menyatakan telah mengalami kekerasan sejak awal menikah. Sampai akhirnya ia memutuskan untuk bercerai pada tahun 2018. Kini RM bekerja sebagai pembantu rumah tangga (PRT) migran di Hongkong.

b. Subjek II

Subjek dengan inisial WD merupakan perempuan berusia 43 tahun dan beragama islam. WD berdomisili di Kabupaten Malang bersama suami dan anak-anaknya. Sejak usia 20 tahun WD menikah dengan suaminya dan memiliki tiga orang anak. Anak pertama WD

(perempuan) telah menikah dan tinggal bersama suaminya. Sedangkan anak kedua dan ketiga (laki-laki) berada di pondok pesantren. WD menyatakan telah mengalami kekerasan sejak tahun ketujuh pernikahan yang artinya selama 17 tahun hingga sekarang. Kekerasan yang dialami WD adalah jenis kekerasan psikis di mana WD sering dimaki-maki dan sering menerima perkataan-perkataan yang tidak pantas. Sehari-hari WD bekerja di sebuah usaha catering milik kakak iparnya.

2. Proses Penelitian

Berawal dari ketertarikan isu gender yang dipelajari peneliti, berbagai fenomena gender yang terjadi di sekitar peneliti menjadi sangat menarik untuk diamati lebih dalam. Tak terlepas saudara peneliti sendiri. Peneliti mendengar pengalaman kekerasan yang dialami dan berbagai kesulitan hidup yang beruntun. Setelah mencari tahu lebih jauh, ternyata subjek memiliki kualitas hidup yang lebih baik. Fenomena inilah yang membuat peneliti ingin mengetahui bagaimana seorang korban kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) selama bertahun-tahun dapat bangkit dari trauma dan menjalani kehidupan dengan lebih baik. Hingga muncullah pertanyaan ilmiah tentang bagaimana perempuan korban KDRT setelah mengalami peristiwa traumatis yang penuh derita dapat bertumbuh ke arah positif.

Proses wawancara dalam penelitian ini dilakukan beberapa kali bersama dengan dilakukannya observasi. Wawancara disesuaikan dengan waktu dan tempat yang telah disanggupi dan disetujui subjek dan peneliti. Sebelum itu, masing-masing subjek telah menandatangani *informed consent* yang berisi penjelasan penelitian dan pernyataan persetujuan untuk menjadi informan/ subjek penelitian ini.

Significant Other subjek pertama (RM) adalah bibi RM, yakni adik perempuan dari ayah RM. Bibi RM adalah seorang ibu rumah tangga yang berusia 53 tahun. RM memiliki kedekatan lebih besar dengan Bibi RM sejak RM bercerai dengan suaminya. Saat ini RM masih intens berkomunikasi dengan keluarga bibinya karena ia menitipkan anak bungsunya kepada Bibi RM.

Adapun *significant other* subjek kedua (WD) adalah kemenakan WD. Ia adalah anak perempuan dari adik suami WD. Kemenakan WD berusia 22 tahun dan sedang menempun pendidikan di sebuah perguruan tinggi. Kemenakan WD memiliki kedekatan dengan WD karena tinggal di rumah yang berjarak 3 rumah dari tempat tinggal WD.

Tabel 4. 1

Rincian Pelaksanaan Penelitian Subjek 1

Tempat	Tanggal	Keterangan
Video Call	11 Februari	Wawancara Pra Penelitian
Whatsapp	2022	Subjek 1
Zoom Meeting	18 Februari	Wawancara dan Observasi
	2022	Penelitian subjek 1
Zoom Meeting	20 April	Wawancara dan Observasi
	2022	Penelitian subjek 1
Zoom Meeting	13 Mei 2022	Wawancara dan Observasi
		Penelitian subjek 1
Rumah <i>significant other</i>	14 Mei 2022	Wawancara dan Observasi
		Penelitian <i>significant other</i> subjek 1

Tabel 4. 2

Rincian Pelaksanaan Penelitian Subjek 2

Tempat	Tanggal	Keterangan
Rumah kakak ipar WD	22 Mei 2022	Wawancara dan observasi penelitian subjek 2
Rumah kakak ipar WD	23 Mei 2022	Wawancara dan Observasi Penelitian subjek 2
Rumah <i>significant Other</i>	23 Mei 2022	Wawancara dan Observasi <i>significant other</i> subjek 2

B. Paparan Data Hasil Penelitian

1. Dinamika *Posttraumatic-Growth* pada Perempuan Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga

a. Subjek 1

Dinamika *posttraumatic growth* yang ditemukan pada subjek RM yaitu adanya perubahan emosi dan pemahaman dalam menghadapi peristiwa kekerasan yang ia alami. Sesaat setelah mengalami kekerasan, subjek merasakan krisis. Subjek mengalami emosi-emosi negatif seperti rendah diri, tidak berguna, malu, dan tidak percaya diri. Subjek juga sering menangis dan pernah melampiaskan kemarahannya pada janin yang dikandungnya.

Adapun keputusan bercerai yang diambil oleh subjek bukanlah hal yang tiba-tiba. Subjek mengungkapkan ia perlu menunggu momentum yang tepat. Dalam perenungannya subjek diliputi keresahan sebab takut jika anaknya memiliki ibu tiri sebagaimana dirinya. Subjek juga memikirkan bagaimana lingkungan sosialnya akan melabeli dirinya. Jika subjek memilih bercerai, subjek takut akan dilabeli 'suka gonta-ganti pasangan' sebagaimana ayahnya. Bukan hanya itu, subjek juga mengaku selalu luluh kembali setelah pertengkaran sehingga memberikan kesempatan suaminya untuk berubah. Namun perubahan perilaku suaminya tidak pernah bertahan lama.

Perasaan kecewa dan amarah pada diri subjek mendorongnya untuk memanfaatkan momentum saat suaminya dipidana. Dengan berkurangnya tekanan, subjek leluasa untuk menggugat cerai suaminya. Setelah itu subjek mulai membangun kemandirian finansialnya dengan menjadi buruh migran hingga saat ini. Meskipun telah bercerai subjek mengaku masih merasakan takut sebab latar belakang daerah suaminya yang dianggap terkenal dengan santet. Namun bersamaan dengan itu subjek mengembangkan kepercayaan bahwa jika takdir telah menuliskan kematiannya.

Isi perenungan subjek saat ini adalah seputar keadaan ekonominya yang belum membaik. Subjek juga memiliki kekhawatiran tentang bagaimana ia mengurus anak-anaknya di tanah air nantinya. Namun subjek juga amat bersyukur dengan pekerjaan dan keadaannya saat ini sebab terbebas dari tekanan dan memiliki kecukupan finansial. Selain itu, subjek juga optimis dengan pekerjaannya dan masa depan anak-anaknya yang telah ia persiapkan.

b. Subjek 2

Dinamika *posttraumatic growth* yang terjadi pada subjek WD terlihat pada bagaimana ia memproses perilaku suaminya. Pada awal menerima kekerasan verbal, subjek mencoba menyadari bahwa perilaku itu adalah bagian dari watak suaminya. Lalu saat kata-kata

tersebut mulai sangat kasar dan tidak pantas subjek merasa tidak terima dengan perkataan tersebut dan mencoba melawan dengan terus menimpali perkataan dari suaminya. Subjek merasa harus membela dirinya. hingga lambat laun subjek sadar semakin ia menjawab atau menimpali maka semakin kasar perkataan yang ia terima.

Niat perceraian pernah terlintas dalam diri subjek, namun subjek memikirkan anak-anaknya. Ia merasa tidak tega jika anak-anaknya harus menjadi korban perceraian orang tua. Subjek juga faham dengan kekurangan suaminya dan apa yang membuatnya demikian. Subjek mengaku membutuhkan waktu yang lama untuk akhirnya mengalahkan ego dan tidak memikirkan diri sendiri. walaupun terkadang subjek sangat terpuruk dan bersedih sebab perkataan suaminya terlalu pait dan menyakitkan. Subjek menenangkan diri dengan mengembalikan masalahnya pada yang Kuasa.

Subjek menyatakan bahwa alasan ia bertahan dalam pernikahan adalah anak-anaknya, keluarga besar, dan komitmen pernikahan. Saat subjek ingin menyerah, subjek berdoa dan mencurahkan isi hati pada kemenakannya sehingga subjek menjadi lebih tenang. Saat sedang datang bulan subjek merasakan emosinya lebih tidak stabil. Ia juga berfikir ada kalanya orang-orang bosan dengan cerita hidupnya.

Saat ini subjek berfokus pada pendidikan anak-anaknya. Ia berpasrah pada Tuhan dan menyibukkan diri untuk membuat dirinya lupa sejenak dengan permasalahannya di rumah. Subjek juga merasa bahwa suaminya masih membutuhkannya. Subjek merasa bahwa ia masih harus berada di sisi suaminya. Ia mengatakan bahwa bagaimanapun suaminya juga bapak dari anak-anaknya. Keluarga kecil subjek mengaku sempat minder sebab tidak menjadi keluarga yang *lumrah* sebagaimana keluarga yang lain. Namun subjek selalu mengajarkan anak-anaknya untuk bersabar, dan terus mendoakan bapaknya.

2. Faktor-Faktor Posttraumatic Growth

a. Subjek I

1) Penderitaan

Subjek mengalami kekerasan sejak awal menikah. Perlakuan kekerasan yang subjek alami adalah kekerasan fisik dan verbal. Kekerasan fisik yang ia alami antara lain ditinju, dipukul, dijambak, ditarik dan dilempari barang.

*mulai awal, mulai awal itu udah keras dia (w.s.1.4a)
aku dulu pernah dijotos pelipisku sampe benjol, trus
aku pernah dijambak rambutku, ditarik dari gerbang
kos-kosan sampe kamar sampe jaketku sobek waktu
itu. Setiap sebelum pulang kerja itu selalu berantem,
dipukuli disitu. (w.s.1.7)*

*Ya digampar gitu, itu udah makanan sehari-hari.
Selain cemburu, kadang sebab debat. Beda persepsi,
dianggap aku melawan laki-laki dan dia nggak
terima. (w.s.1.8a-b)*

Nanti juga kalo ngurus anak, anaknya jatuh wah langsung dia yang marah. Kepalaku melayang. Pernah aku dilempar sandal, dipukul... Dia merasa aku yang nggak becus ngurus anak, jadi dia marahnya ke aku. Apapun yang didepannya langsung dilempar ke aku. (w.s.1.10g)

Sedangkan kekerasan verbal yang ia terima yakni berupa perkataan-perkataan dari suaminya yang membuatnya merasa serba salah. Subjek kerap dituduh menggoda laki-laki saat subjek bekerja dan berdandan.

... nggak tenang aja gitu hidupku. Karna semua tingkah lakuku seperti nggak enak. Kayak misal aku make up dikit, katanya aku menggoda laki-laki lain (w.s.1.10f).

2) *Self-disclosure*

RM mengungkapkan permasalahannya kepada Ayah dan teman-teman subjek subjek saat ia sedang dalam masa sulit. Subjek lebih merasa percaya diri untuk bercerita kepada teman-temannya sebab ia telah memilih untuk bercerai.

*waktu bapakku masih hidup, aku curhat dan ngeluh ke bapak... (w.s.1.12c).
Tapi pelan-pelan aku berani cerita karna ulah dia sendiri yang tiba-tiba chat teman-teman facebookku. Mereka dituduh macem-macem sampe aku malu sendiri. Jadi yaudah aku cerita aja, nggak malu. Karna itu juga masa laluku. Kalau aku nggak cerita mereka juga nggak tau (w.s.1.14b).*

3) *Self-Compassion*

RM mengasihani dirinya sendiri dan tidak ingin mengorbankan dirinya untuk terus menerus dalam paparan kekerasan. RM percaya bahwa jika ia menghendaki perubahan

atas nasib anak-anaknya, maka ia juga harus merubah keadaannya saat ini. RM juga mengakui resiko atas keputusan yang ia ambil yakni anak akan menjadi korban perceraian orang tua.

Karna ya nggak mungkin aku mengorbankan hidupku terus-terusan kayak gitu terus. Kan aku juga pingin berubah. Karna kalau aku nggak berubah nasib anak-anakku juga nggak akan berubah (w.s.1.5e)

Dan ketika saya memutuskan ceraipun saya juga takut sama keputusanku, karna lagi-lagi nanti yang akan jadi korban adalah anak. Tapi setelah saya pikir-pikir terus semakin hari semakin sadar, semakin yakin kalau keputusan yang saya ambil itu benar...(w.s.1.16b)

4) Strategi koping

Jenis strategi koping yang digunakan berpengaruh pada pemrosesan kognitif pada individu, serta menentukan tingkat pertumbuhan yang dialami. Saat menghadapi masalah atau dalam tekanan, hal yang dilakukan subjek adalah menangis, sholat, membaca al-quran dan makan untuk menenangkan dirinya.

aku kalo lagi stress biasanya ya nangis, sholat, mungkin ya baca alquran, atau dengerin gitu ya. Dan hiburanku itu kalo semakin stress semakin seneng makan... (w.s.1.15)

5) Sosiokultural

Sosiokultural atau pengaruh kelompok sosial yang tergambar dari subjek adalah berupa dukungan-dukungan yang subjek terima dari orang-orang sekitarnya. Saat-saat subjek menerima kekerasan, subjek tidak pernah menerima bantuan dari

tetangga atau orang sekitarnya sebab merasa tidak ingin ikut campur dalam urusan rumah tangga seseorang. Saat subjek akan memutuskan bercerai subjek mempertimbangkan stigma yang ada di masyarakat bahwa seseorang yang bercerai berarti suka bergonta-ganti pasangan.

*Jadi setiap aku mau minta tolong ke orang mereka nggak ada yang berani, karna nggak mau ikut campur urusan rumah tangga orang (w.s.1.12a)
Aku dulu juga takut malu sama tetangga karna gonta-ganti (w.s.1.12e).*

Meskipun subjek pernah berfikir bahwa KDRT yang ia alami adalah masalah internal keluarganya, namun lambat laun subjek mau membuka diri dan keadaannya pada teman-temannya. Subjek membuka diri untuk menerima pertolongan dan nasihat dari orang lain.

*aku curhat dan ngeluh ke bapak, malah bapak, emm sebelumnya bapak dari dulu emang udah nggak setuju... Bapak nggak mikit gaji, bapak pingin aku jauh aja sama suamiku. (w.s.1.12c)
Kalau curhat, aku cuma ke satu orang sahabatku. Satu orang itu aja, yang lain nggak ada. Karna aku mikirnya ya ini kan masalah keluargaku, rumah tanggaku, ya masa mau kuumbar (w.s.1.14a)
Teman-temanku juga jadi penasaran ini rofik kenapa ini suaminya kenapa. Jadi aku cerita aja (w.s.1.14d)*

6) *Assumptive World*

Dunia asumsi merupakan kepercayaan, tujuan hidup, atau persepsi hidup seseorang sebelum terjadinya peristiwa traumatis. *Assumptive world* ditunjukkan subjek dalam bentuk harapan pernikahan di masa lalu. Subjek berharap bahwa pernikahan

dapat menyelesaikan permasalahan hidupnya. Subjek juga berfikir bahwa pernikahan hanya akan terjadi satu kali sepanjang hidup.

Dulu itu aku mikirnya kalo nikah itu masalahku selesai jadi aku mikirnya singkat... (w.s.1.2b)
Kalo nikah itu kan harapannya bisa langgeng lah ya 1 kali aja seumur hidup. (w.s.1.3)

Subjek juga berpikir bahwa suaminya akan berubah, sehingga ia tidak terpikirkan untuk bercerai. Subjek juga berharap suaminya mau bekerja bersama-sama dengannya.

Kalo waktu itu sebelum cerai harapanku dia masih bisa berubah. Aku kasih dia kesempatan... pikiranku ya ayok sama-sama kerja gitu lo. (w.s.1.5a).

7) *Intrusive Ruminations*

Intrusive ruminations atau pikiran-pikiran yang berulang dan cenderung negatif menggambarkan pada subjek dalam bentuk pikiran negatif tentang dirinya. Ia merasa diperlakukan sebagai pembantu alih-alih istri oleh suaminya. Subjek juga berfikir bahwa semua lelaki akan sama saja.

aku itu sampe merasa seperti bukan istrinya, lebih kayak pembantunya. Karna perlakuannya seperti itu ke aku. Aku bukannya menuntut materi, tapi karna dia yang perlakuannya yang kayak gitu (w.s.1.8c)
karna aku pikir semua lakilaki ya sama aja. Mau ganti 2 atau 3 kali ya sama aja. (w.s.1.12e)
Aku nangis terus, aku takut, seolah-olah bagiku semua laki-laki ya seperti itu (w.s.1.10a)

Subjek juga mengungkapkan bahwa saat ia benar-benar marah ia akan masuk ke kamar mandi, merenung, menangis dan memukul janin yang ada dalam kandungannya.

Waktu aku hamil pertama kalau sedang bertengkar sering aku masuk kamar mandi, perutku itu kupukuli. Hamil putra itu yang aku pukuli sering banget aku jadikan pelampiasan (w.s.1.10c).

Perutku sering kupukuli, karna aku sangat marah (w.s.1.10e)

Bukan hanya itu subjek juga memiliki kepercayaan diri dan *self-esteem* yang rendah. Ditunjukkan dari ungkapan subjek yang rendah diri dan merasa tidak berguna sebab keadaannya.

Tapi kadang aku juga malu karena keadaan suamiku kayak gitu. Jadi kayak minder sendiri gitu. Kadang aku ngerasa seperti itu. kelakuannya dia kayak gitu, aku kayak gini, dan aku selama nikah juga kayak merasa nggak berguna. jadi kayak malu sendiri mau ketemu sama saudara. kayak nggak PD gitu (w.s.1.9d)

8) *Deliberate Ruminations*

Deliberate ruminations atau perenungan yang disengaja muncul setelah *intrusive ruminations*. *Deliberate ruminations* lebih mengacu pada refleksi dan perbaikan, restrukturisasi, dan membentuk ulang cara seseorang dalam memahami dunia. Subjek merenungkan keputusannya untuk bercerai dan bagaimana ia harus menjalani kehidupan selanjutnya. Subjek memikirkan resiko dan peluang yang akan ia dapatkan jika ia tetap bertahan atau bercerai

Tapi perlan-pelan aku sadar, mau dipertahankan seperti apapun ya akan terus seperti ini. Kalo aku

pengen berubah ya aku harus keluar dari sini, dari keluarga ini (w.s.1.5d).

... dari situ aku makin yakin dan nggak menyesal untuk menceraikan dia (w.s.1.13).

Tapi setelah tak pikir-pikir terus semakin hari semakin sadar, semakin yakin kalo keputusan yang kuambil itu benar, jadi aku semakin semangat (w.s.1.16c).

Kadang sedih banget sih hidupku. Tapi ya gimana lagi, mungkin hidup ini hanya perlu dijalani (w.s.1.17d).

b. Subjek II

1) Penderitaan

Subjek mengalami kekerasan psikis. Dimana ia kerap mendapatkan kata-kata kasar dan tidak pantas serta bentakan dari suami subjek. subjek juga mengungkapkan penyebab kekerasan itu terjadi akibat suami subjek minder sebab tidak dapat menafkahi keluarganya seperti dahulu. Hal itu sebagaimana diungkapkan subjek pada cuplikan wawancara sebagai berikut.

kata-katanya saja yang kadang tidak pada tempatnya. Jadi kan lebih menyakitkan. Kadang kata-kata yang tidak pantas keluar dari mulutnya (w.s.2.5)

Jadi dia itu merasa minder sendiri. Cuma cara ngomongnya tidak bisa halus, ga bisa dikontrol. Kadang ngomong itu kemana-mana (w.s.2.8c)

dia tidak bisa disajak ngobrol enak itupun jawabannya selalu menyakitkan akhirnya. Cuma bisa ngomong keras. Ngomongnya itu bentak-bentak. Gaada halus-halusnya. (w.s.2.10)

2) Self-disclosuree

Sebelum bekerja, subjek tidak mengkomunikasikan perasaannya kepada orang lain. Namun setelah memiliki

pekerjaan, subjek mampu berbagi cerita kepada kakak ipar dan kemenakannya.

Kalau dulu kan ga ada tempat curhat. (w.s.2.8b)
Kalau sekarang biasanya ya kesini. Ke mbak saya.
Ke mbak riska. (w.s.2.13)

Subjek berfikir bahwa orang-orang di sekitarnya akan bosan mendengar cerita dan ungkapan perasaannya.

Mau curhat rasanya sudah bosan orang-orang, gini terus. (w.s.2.16c)

Selain itu, subjek juga berusaha untuk mengungkapkan perasaan dan persepsinya kepada suaminya. Subjek harus memilih tempat dan waktu yang sangat pas untuk berbicara dengan suami subjek untuk menjaga suasana hatinya dan dapat mencerna apa yang dikatakan subjek dengan baik

Kalau diaajak ngomong itu biar dia mengerti apa yang saya rasakan. (w.s.2.22b)

3) Straregi koping

Dalam menghadapi kesulitannya, subjek tidak berfokus kepada salah satu emosi atau permasalahan. Subjek melakukan keduanya yakni dengan menenangkan diri dan mengusahakan solusi atas permasalahan tersebut. Subjek mengungkapkan bahwa ia selalu beribadah yakni sholat dan mengaji untuk menenangkan hatinya saat sedih.

Ya dengan cara sholat. Kalau dulu kan ga ada tempat curhat. (w.s.2.8a)

Kalau kita bisa sujud, masih bisa ngaji, walaupun tidak ada yang dicurhati. yaudah lewat jalur solat, ngaji, itu bikin tenang gitu lo mbak. (w.s.2.26b)

Selain itu subjek juga mencoba untuk mengatasi masalahnya dengan terus berusaha untuk mengubah perilaku suaminya sedikit demi sedikit. disertai dengan nasihat dan internalisasi nilai-nilai spiritual dan kesabaran kepada anak-anaknya.

tidak terima pun dia semakin menjadi-jadi kalau dijawab. Yaudah akhirnya saya milih diam. Tidak kujawab biar tidak terus kemana-mana. (w.s.2.7b)
. Kalau masih bisa ingatkan ya diingatkan. Tidak bisa yaudah. (w.s.2.21c)
Wah ya tiap hari mbak. Setiap hari dengan kata-kata. Kadang kalau ada waktu itu saya sajak keluar, makan di luar. (w.s.2.22a)

4) Pengaruh Kelompok Sosial

Subjek mendapatkan dukungan dari lingkungan terdekatnya yakni anak-anak subjek. Orang-orang terdekat subjek juga memberikan dukungan emosional berupa penguatan. Yakni tidak masalah jika subjek kelak tidak mampu meneruskan kehidupan rumah tangganya dan memilih bercerai.

Anak-anak juga pernah bilang “kalau tidak kuat ya nyerah saja buk” semakin anak-anak bilang begitu saya tidak tega (w.s.2.11c)
Kadang kalau keterlaluhan kadang ya gitu mbak. Kadang ada yang dukung saya untuk nyerah. Saudara-saudara juga pada bilang, tidak apa-apa (w.s.2.14a)
Padahal kita sudah terlalu baik dengan keluarganya, jadi kalau kita putus itu ya gimana ya. (w.s.2.20c)

Tapi sebab ia memiliki hubungan baik tersebut dengan keluarga suaminya. Subjek memilih untuk tetap bertahan.

5) *Assumptive World*

Sebelum mengalami peristiwa negatif berupa kekerasan psikis, subjek sebelumnya telah memiliki skema dan pandangan tentang bagaimana kehidupan akan berjalan. Subjek memiliki tujuan dan kepercayaan dalam menjalani kehidupannya. Subjek mengungkapkan pada kutipan wawancara berikut bahwa subjek berfikir bahwa suaminya adalah sosok yang tidak jauh karakternya dengan saudara-saudaranya yang telah dikenal subjek.

Karna saudaranya kan baik-baik. Kupikir ya tidak akan jauh-jauh. Maksudnya cara pikirnya tidak jauh-jauh seperti saudaranya. Ternyata setelah menikah seperti gitu. (w.s.2.2c)

Subjek juga mengungkapkan bahwa ia memiliki harapan pada awal ia membangun rumah tangga, keluarga yang ia harapkan adalah keluarga yang tenang dengan tanpa kata-kata kasar dan kegaduhan.

Ya harapannya kan bisa seperti rumah tangga yang lain. Adem. Tidak ada kata-kata kasar. Biar di rumah itu tenang. Jadi tidak selalu gaduh terus. (w.s.2.11c)

6) *Intrusive Ruminations*

Pada masa-masa awal terjadinya kekerasan, subjek merasa ingin berpisah dari suaminya. Subjek merasa ingin menyerah dan tidak memikirkan anak-anaknya.

Waktu itu tahun ketujuh, itu tahun-tahun terberat. Rasanya udah mau pisah saja. Rasanya sudah mau nyerah saja. Walaupun ada anak, udah tidak peduli. Gimana ya mbak. Dulu itu belum tau cara mengalahkan ego, belum berhasil. (w.s.2.25a)

Pikiran negatif subjek sempat mengganggu aktivitas kesehariannya. Membuatnya ia berat dalam melakukan aktivitas dan beribadah. Subjek terbebani dengan pikiran-pikiran negatifnya sebagaimana cuplikan wawancara berikut.

Kalau dulu itu mbak itu yaallah, mau apapun itu berat. Mau ngerjakan apapun itu berat. Kadang-kadang mau ibadahpun terasa berat mbak (w.s.2.26a)

Ya awal-awal merenung sendiri, ini dosa apa saya. Kalau dulu itu saya selalu menyalahkan diri sendiri. apa saya kurang ya. Apa saya kurang sabar. Apa kurang gimana. Selalu menyalahkan diri sendiri itu lo mbak. (w.s.2.27a)

Subjek merenung dan memikirkan apa yang terjadi. Hingga subjek kerap menyalahkan diri sendiri dan memikirkan tentang dosa apa yang membuatnya dihukum demikian.

7) *Deliberate Ruminations*

Perlahan-lahan subjek memikirkan perilaku suaminya dan apa yang terjadi kepadanya hingga mendapatkan pemahaman yang lebih baik. Subjek juga memikirkan dampak buruk yang akan diterima anak-anaknya jika ia memilih bercerai. Sebagaimana ungkapan subjek dalam kutipan wawancara sebagai berikut.

Tapi setelah saya pikir-pikir yaudah mending saya jalani. Daripada saya menyerah malah nanti tidak karuan ke depannya. (w.s.2.14b)
yang dikatakan orang itu pertama ya sakit hati juga. Tapi tidak tak ambil pusing. Yang penting saya tidak seperti itu. segala usaha udah tak lakukan supaya apa? Supaya rumah tangga saya itu tetep utuh. Berusaha untuk tetep bisa bersabar. (w.s.2.29c)

8) Spiritualitas

WD menyatakan bahwa ujian yang ia alami adalah ujian kesabaran dari Tuhan untuk itu ia merasa ia harus menerima, ikhlas, dan bersabar. Dengan jalan salat dan mengaji, WD bisa mendapatkan ketenangan diri. WD juga menanamkan keyakinannya ini kepada anak-anaknya. WD juga selalu mendoakan suaminya agar dibuka hatinya oleh Tuhan. WD juga mengembangkan kebersyukuran atas ujian yang diberikan Tuhan sebab lebih mendekatkan dirinya kepada Tuhan.

... mungkin Allah melatih kesabaran melalui cara ini. Ini perjuangan saya harus mengsajak anak-anak juga supaya bisa melatih kesabaran (w.s.1.24a)
Semakin berat itu saya semakin bersyukur malahan. Dengan jalan seperti ini, saya terasa bisa lebih dekat. Dan semakin kesini itu semakin 'ah yaudahlah'. Tidak begitu dipikir. Kalau dulu kan rasanya kalau dipikir seperti mau pecah mbak. Yaudah mungkin ini cara Allah begini (w.s.1.26b-c)

3. Dimensi *Posttraumatic Growth* pada Perempuan Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga
 - a. Subjek I

Posttraumatic growth muncul pada seseorang melalui proses dari sebuah peristiwa negatif. Peristiwa negatif yang terjadi pada kehidupan seseorang pada signifikansi tertentu dapat mengancam narasi hidup seseorang. Restrukturisasi dunia asumsi yang baik dan berhasil menciptakan pemahaman positif setelah trauma akan membentuk kekuatan individu, perbaikan hubungan dengan orang lain, perubahan prioritas dan jalan hidup, serta perubahan spiritualitas.

Bentuk *posttraumatic-growth* pada perempuan korban kekerasan dalam rumah tangga pada penelitian ini ditemukan dalam berbagai macam, antara lain:

- 1) Kekuatan individu

Menurut hasil wawancara, RM merasa lebih tenang ketika ia harus memikirkan dampak buruk yang akan terjadi atas pilihannya. Kekuatan individu dalam RM juga digambarkan dalam bentuk resiliensi atau ketahanan diri yang lebih baik pada RM. RM merasa lebih siap menghadapi hal-hal buruk yang mungkin akan datang di masa depan. Subjek merasa lebih mandiri dan kuat. Kemandirian itu diwujudkan terutama dalam hal finansial. RM telah memiliki pekerjaan dan penghasilan yang cukup baik untuk dirinya dan anak-anaknya. Hal itu membuat subjek juga lebih siap jika kelak mendapatkan suami yang tidak menafkahnya secara penuh.

Saya tenang setelah cerai karna saya mikir andai dia nyantet atau apa walaupun saya mati ya sudah memang takdir saya mati ... (w.s.1.17a)

... dari situ kita juga harus mengerti, kalau sudah komitmen dan menerima apa adanya berarti kan harus 'sedia payung' jika terjadi sesuatu kita harus siap dan emang kelakuannya dia kayak gitu. ... (w.s.1.19)

aku nggak berharap dinafkahi 100%... (w.s.1.23b)

Dan setelah cerai aku liat sendiri ternyata aku bisa menghandle semuanya sendiri lo tanpa bantuan laki-laki (w.s.1.26b)

Sekarang aku lebih mandiri karna aku kayak dituntut untuk kuat demi segalanya. Karna kan nggak ada yang menopang hidupku. (w.s.1.26a)

setidaknya sampe sekarang aku bisa mandiri untuk diriku sendiri tanpa ada beban, tanpa didekte orang.... (w.s.1.26c)

2) Hubungan dengan Orang lain

Pertumbuhan hubungan dengan orang lain juga muncul pada RM. Sebab saat dalam masa-masa trauma hubungan RM dengan orang lain sangat dibatasi oleh suaminya. Selanjutnya RM memutuskan untuk bercerai yang menyebabkan terputusnya hubungan pernikahan dengan suaminya. RM memutuskan untuk bercerai demi mengubah jalan hidupnya dan keselamatan diri dan anak-anaknya.

yaa lebih bebas sekarang karna nggak ada yang ngekan. Nggak ada yang menghalangi... (w.s.1.20a)

udah cerai, tahun 2018 itu saya cerai. saya semakin sadar bahwa keputusanku tidak salah kok. Cuman mungkin korbannya ya anak. Saya tau itu. Tapi ya mau gimana lagi. Mungkin ini udah takdirku, mungkin juga udah takdirnya anak-anakku. Karna ya tidak mungkin saya mengorbankan hidupku terusterusan seperti itu terus... (w.s.1.5d)

Subjek juga telah mampu membuka diri untuk berhubungan dengan orang baru. Subjek telah memiliki hubungan jarak jauh dengan seseorang yang ia sebut pacar.

Aku juga punya pacar ya alhamdulillah enggak membatasi. Dia memberikan kebebasan. (w.s.1.20b)

Dalam hubungannya dengan teman dan keluarga, subjek memiliki hubungan yang baik dengan teman-temannya dan subjek melakukan komunikasi yang lebih intens dengan keluarga.

... kalo sama temen aku gamau sama yang ribet, kalo yang ribet aku gamau. Gaada masalah, aman aja sih (w.s.1.20c)

...Kalo keluarga alhamdulillah juga gaada masalah. Cuma bulek kadang susah dihubungi. Ya karena juga sibuk kerja, tapi masih sering banget VC kok sama balqis lewat bulek ... (w.s.1.20d)

Selain itu, subjek memiliki empati kepada orang lain. Hal ini tampak ketika subjek menyatakan bahwa ia saling membantu dengan temannya dalam hal ekonomi. Ia tidak segan-segan membantu temannya yang sedang mengalami kesulitan finansial. Alasan subjek diungkapkan karena ia teringat dengan masa lalunya yang mengalami hal yang sama.

misal aku pinjem uang ya lain waktu dia yang pinjem ke aku (w.s.1.21a)

.. walaupun aku harus minta tolong dia pasti aku bayar (w.s.1.21b)

Ada yang ngutang ke aku...aduh kasian banget aku jadi inget aku dulu... (w.s.1.21c)

dia bilang belum bisa bayar gitu aku bisa luluh (w.s.1.21d)

3) Apresiasi Hidup

Seseorang dengan *posttraumatic-growth* kerap kali menyadari bahwa prioritas dalam hidupnya telah berubah. Sebagai hasilnya hal-hal kecil yang selama ini ia lewatkan menjadi sebuah hal yang sangat diapresiasi. Apresiasi ini terwujud dalam kebersyukuran subjek atas terlewatinya masa-masa kekerasan dan kesulitan finansial yang ia alami. Sebagaimana yang diungkapkan subjek dalam wawancara.

Jadi pikiranku lebih bersyukur ternyata jalan yang aku pilih ini benar (w.s.1.16d)

Sekarang aku bersyukur karna aku udah nggak bersama dia (w.s.1.17.b)

aku bersyukur hidup sekarang daripada dulu. Sesengsara-sengsaranya saat ini aku masih bisa bikin seneng diri sendiri (w.s.1.18.b)

Tentu aku bersyukur. Aku disini seneng banget aku belum pengen pulang malah. (w.s.1.23a)

aku bener-bener pengen seneng-seneng sekarang ini mungkin karna masa mudaku dulu kurang ya. kebetulan juga dapat suami yang kayak gitu, jadi kurang bahagia. jadi sekarang kayak menikmati banget. pokoknya kayak anak kecil aku pengen seneng-seneng dulu (w.s.1.23c)

Subjek juga mengembangkan rasa maaf kepada masa lalunya. Walaupun subjek tidak ingin rujuk dan kembali, Subjek telah memaafkan suaminya dan menginginkan perdamaian di antara keduanya. Alasan subjek adalah agar komunikasinya dengan anak pertama subjek tidak terputus.

Udah. Aku udah maafin dia. Aku itu pinginnya damai. Yaudah dia bisa aku anggap sebagai kakak sendiri (w.s.1.25)

4) *New Possibilities*

Prioritas hidup subjek telah berubah seiring perjuangannya melewati masa-masa trauma. Subjek juga memiliki harapan,

keinginan, dan usaha untuk berubah dari keadaan terpuruknya menjadi lebih mandiri. Subjek juga menemukan peluang baru untuk mewujudkan kemandirian finansialnya tanpa bantuan suami yakni menjadi TKW migran. Prioritas subjek saat ini adalah memperbaiki ekonomi demi masa depan dirinya dan anak-anaknya. Bukan hanya itu, subjek juga ingin terus bertumbuh dengan tidak hanya terus menerus menjadi TKW, subjek ingin memiliki tabungan untuk masa depan anaknya.

Kalau saat ini aku fokus perbaiki ekonomi. Aku sadar diri juga orang tuaku nggak ada, rumah juga punya orang tua. Fokus ke anak dan diriku sendiri... Kan nggak mungkin aku jadi TKW terus, masa mau bertahun-tahun. Seenggaknya aku punya tabungan untuk masa depan anakku (w.s.1.22a-b)

5) *Spiritual change*

Spiritualitas dalam konteks ritual keagamaan, subjek tetap melakukan salat sejak kecil. Dimana itu adalah bagian dari pendidikan orang tua subjek. Saat ini subjek bersyukur mendapatkan majikan atau pengguna jasa PRT yang membolehkannya untuk tetap melakukan salat walaupun dalam kesehariannya subjek masih tetap harus mengolah daging babi dan tidak memakai kerudung.

Kalo sekarang alhamdulillah aku dapat majikan yang membolehkan salat. Walaupun aku setiap hari megang babi, ya aku berusaha tetep sholat walaupun aku nggak pakai kerudung... (w.s.1.27)

Spiritualitas juga bukan selalu tentang tradisi dan agama, tapi juga pencerahan diri dalam mencapai makna dan tujuan hidup. Sebagian orang akan mengembangkan spiritualitasnya sebagai jawaban atas pertanyaan mereka tentang bagaimana menjalani kehidupan dengan baik. Hal ini sesuai dengan ungkapan subjek tentang kebijaksanaan hidup yang ia dapatkan sebagai berikut.

tapi aku kadang mikir lagi gini ternyata perjalanan hidupku ya gini... Trus sekarang aku bisa mikir gini, segala sesuatu apa yang kita pilih, jalan hidup yaudah berarti mestinya kita ini udah ngerti sebenarnya, jalan yang kita pilih itu kayak apa. mesti kita itu ngerti (w.s.1.24b-c).

Kalo aku bisa milih jalan kayak aspal lurus bersih ya aku milih yang bersih loh. Nah ternyata jalanku kayak gitu. (w.s.1.24a)

b. Subjek II

1) Kekuatan Individu

Nilai kekuatan individu yang dimiliki subjek WD adalah kesiapan subjek mengembangkan resiliensi dan keyakinan untuk dapat menghadapi kesulitan di masa depan. Subjek berusaha meminimalisir resiko yang akan dihadapi dengan tetap bertahan dalam pernikahan.

Bisanya cuma yaudah liat anak-anak. kalau saya ambil menyerah dan nggak lanjut, kasian anak-anak. terus saya pilih bertahan... (w.s.2.8b)

... tapi ya aku mikir kalau seandainya saya menyerah terus melihat anak-anak itu tidak tega... (w.s.2.11b)

... Terus lihat rumah tangga lain, yang gagal itu saya takut juga kalo anak-anak itu jadi korban.

Jadi saya selalu berusaha untuk mengalahkan ego saya sendiri. Emang nggak mudah mbak. Butuh waktu bertahun-tahun. (w.s.2.12b-c)
... Apapun yang terjadi kita harus tetep. Niat dari awal itu tak buat pegangan (w.s.2.13b)

Subjek juga memiliki nilai kekuatan individu berupa kemandirian dan kreativitas untuk menggunakan segenap daya dalam mencapai tujuannya. Yakni membiayai rumah tangga dan pendidikan anak-anaknya. Subjek juga tidak ingin menggantungkan dirinya pada orang lain.

Udah jalan sekitar 5 tahun kerja di catering. Awal-awal aku serabutan juga mbak. Ke sawah iya, jadi tukang bersih-bersih di sekolah iya, sambil jualan juga iya, udah pokoknya yang bisa kulakukan, ya aku lakukan... (w.s.2.19)
... Saya berusaha supaya anak-anak itu kebutuhan tercukupi. Gak sampe putus sekolah. (w.s.2.27c)
... Apapun yang terjadi selagi saya masih bisa berusaha, saya berusaha sendiri. nggak dinafkahi pun saya juga gak pernah protes. (w.s.2.29a)

2) Hubungan dengan orang lain

Subjek mengembangkan empati dan kasih sayang yang tinggi kepada suaminya. Salah satu alasan subjek tetap bertahan adalah sebab melihat suaminya masih membutuhkannya.

Dia juga, sebelum saya tinggal itu udah kayak orang kebingungan sendiri, kayak orang stres. Saya gertak aja udah kayak girtu. Seandainya saya tinggal jadi setres beneran nanti gimana? (w.s.2.14d)

Subjek memiliki hubungan yang baik dengan keluarganya. Subjek mendapatkan berbagai dukungan dari orang-orang terdekatnya dengan cara memahami keadaan subjek. Hubungan

baik dengan keluarga salah satunya menjadi alasan subjek untuk tetap mempertahankan keutuhan keluarganya.

Kalau saya nggak masalah sama yang lain... Kalo sama saya nggak ngaruh. (w.s.2.18)
Rumah tangga kan menyatukan dua keluarga. Padahal kita sudah telalu baik dengan keluarganya, jadi kalau kita putus itu ya gimana ya. (w.s.2.20c)
saya biasa, bergaul juga biasa. Sama orang di sekitar juga biasa. Toh mereka juga faham... Nggak ada jarak sih, tapi mungkin karna aku jarang ada di rumah dan nggak pernah kumpul bareng tetangga karna kerja. Tpi ga ada apa-apa, semua biasa aja. (w.s.2.23)

3) Apresiasi hidup

Subjek merasa lebih tenang dengan pandangan hidupnya yang baru. Pekerjaan dan kesibukannya juga membantunya untuk mengurangi pikiran negatif yang sering ia rasakan.

Saya lebih tenang... (w.s.2.16)
... sekarang nggak dipikir ruwet. Kalo kesibukan ya kalo lagi banyak pesanan, banyak kerjaan yaudah lupa sama masalah yang ribet-ribet... Alhamdulillah saya punya kesibukan. Di catering ini banyak pesanan, banyak kerjaan. Jadi nggak sempat memikirkan yang nggak perlu dipikir. (w.s.2.21a-b)
 Subjek mengembangkan rasa syukur sebab semakin berat

permasalahan yang ia rasakan membuatnya merasa lebih dekat dengan Tuhan.

...Semakin berat itu saya semakin bersyukur malahan. Dengan jalan seperti ini, saya terasa bisa lebih dekat (w.s.2.26c)

4) *New Possibilities*

Subjek dapat melihat peluang baik yang ada dalam situasi negatif yang terjadi padanya

Tapi sebenarnya dia itu baik. Tapi dia itu cuma nggak tau cara menyampaikan. (w.s.2.14c)

Subjek memiliki prioritas dan tujuan hidup baru yakni pendidikan anak-anaknya. Demi masa depan anak-anaknya, subjek tidak ingin anaknya putus sekolah. Oleh karena itu pula subjek bekerja menggantikan suaminya.

Yang terpenting itu sekarang pendidikan anak-anak. dan kedepan itu, yawes nggak papa mbak (w.s.2.20a)

Selain itu, subjek juga memiliki pandangan positif tentang makna rumah tangga. Subjek juga kerap memberikan nasihat dan nilai-nilai spiritual kepada anak-anaknya untuk tetap bersabar.

hidup itu bukan untuk menang kalah. Dalam rumah tangga aku juga banyak salah, enggak selalu benar. Jadi ya seharusnya saling memahami. (w.s.2.22d)

Yang saya harapkan itu, walau bapaknya kayak gitu. Jangan sampai membenci bapaknya sendiri gitu lo mbak (nangis) saya nggak mau itu anak-anak, apa ya, (nangis) berani gitulo, berani melawan atau istilahnya durhaka sama bapaknya. Gimanaapun juga dia itukan orang tuanya. Jadi mereka harus bisa menerima semuanya. ya saya kasih pengertian, sedikit demi sedikit. akhirnya mereka juga mengerti. Tinggal gimana kedepannya. Supaya mereka itu tetep menghormati orang tuanya walaupun keadannya orang tuanya nggak seperti orang-orang yang lain gitu. (w.s.2.24b-c)

Meskipun subjek berada pada posisi yang sama bertahun-tahun, subjek tetap berusaha untuk mengubah perilaku suaminya. Subjek berharap suaminya dapat berubah suatu saat

nanti dengan cara tetap mengingatkannya. Subjek juga telah cermat dalam menyikapi watak suaminya.

Dan pastinya saya berusaha setiap hari mengingatkan. Tapi kan kalau nunggu sama orang kayak gitu nunggu momen yang pas. Pokoknya harus tetap berusaha dan nggak boleh berhenti berusaha. (w.s.2.30c)

5) *Spiritual Change*

Subjek memiliki pemahaman spiritual yang baik. Hal ini membantu subjek untuk mendapatkan pemahaman positif tentang apa yang terjadi. Subjek menyatakan bahwa tujuan dan niat awal menikah adalah sebagai ibadah. Sehingga ia percaya bahwa kekerasan yang ia alami adalah cobaan dan teguran dari Tuhan.

Dan pada dasarnya kan saya menikah untuk ibadah. Mungkin ini cobaan, ini teguran, supaya kita bisa berpikir ke depannya lebih dewasa lebih sabar. Mungkin cara Allah mengingatkan kita... (w.s.2.7)
Yaudah emang gini jalannya Gusti Allah dengan jalan ini melatih kesabaran saya, kesabaran anak-anak saya (nangis). Hidup kan nggak selalu mudah. (w.s.2.13c)

Yaudah anak-anak itu saya latih untuk menerima, bersabar, Gusti Allah caranya membuat kita menerima kenyataan hidup itu nggak Cuma enak aja. (w.s.2.25b)

Subjek juga mengembangkan kepercayaan yang kuat terhadap kuasa Tuhan. Subjek beberapa kali menyatakan bahwa ia percaya Tuhanlah yang menciptakan perilaku suaminya

Sebenarnya kata-kata itu nggak ada di kita ya. Cuma ya terlalu pait. Jadi yaudahlah. Mungkin aku

kembalikan. Yang membuat dia bicara seperti itu gusti Allah (w.s.2.10a)

Selain itu, subjek memiliki kedekatan hubungan dengan Tuhannya. Subjek mampu melihat sisi baik dari peristiwa negatif yang terjadi dalam hidupnya. Pemahaman positif ini didapatkan subjek melalui pendekatan spiritual.

Bagi saya, ibadah kan bukan Cuma solat ngaji. Apapun yang kita lakukan itu sebenarnya ibadah. Jadi saya berfikir begitu untuk menguatkan diri saya sendiri (w.s.2.29b)

C. Pembahasan

1. Dinamika Posttraumatic Growth

Kekerasan dalam rumah tangga merupakan salah satu pengalaman negatif yang terjadi dalam kehidupan seseorang. Stewart dan Robinson mengungkapkan bahwa dampak yang dialami setiap korban berbeda-beda berdasarkan tipe, ukuran, durasi, mekanisme koping, lingkungan hidup saat terjadinya kekerasan, dan dukungan sosial yang dimiliki korban (Han Almiş et al., 2020). Kedua subjek dalam penelitian ini mengalami kekerasan dalam rumah tangga dengan durasi dan jenis kekerasan yang berbeda. RM mengalami kekerasan fisik dan verbal atau psikis selama kurun waktu 8 tahun yakni sejak awal pernikahan pada tahun 2010 hingga perceraian pada tahun 2018. Sedangkan kekerasan yang dialami subjek WD adalah jenis kekerasan

psikis sebab kerap menerima kata-kata kasar dan bentakan. WD mengalami kekerasan selama 17 tahun hingga saat ini.

Sebelum mengalami kekerasan dalam rumah tangga, kedua subjek mengembangkan sebuah keyakinan atau narasai kehidupan yang mereka percaya yang disebut dengan dunia asumsi (*assumptive world*). Keduanya percaya bahwa pernikahan selayaknya hanya dilakukan satu kali seumur hidup, langgeng seperti rumah tangga yang lain. RM menyatakan ia berharap permasalahannya akan selesai dengan menikah, ia berharap bahwa hidupnya akan dibiayai dan ditanggung sepenuhnya oleh suami. Sedangkan subjek WD menyatakan bahwa ia mengharapkan keluarga yang tenang dan tidak penuh dengan kegaduhan, menjadi normal seperti keluarga yang lain.

Kekerasan dalam rumah tangga terjadi yang sama sekali tidak mereka harapkan menyebabkan keduanya mengalami *traumatic event*. Traumatic event ini yang menimbulkan masa-masa krisis pada subjek di mana subjek merasakan emosi-emosi negatif. RM melampiasnkan kemarahannya dengan memukul janinnya. Sedangkan WD pada awal masa kekerasan mulai menyalahkan diri sendiri dan terpuruk sehingga menghambat aktivitasnya. Selain itu, kedua subjek baik RM maupun WD menyatakan bahwa keduanya merasa minder karena keadaan rumah tangganya.

Untuk keluar dari masa krisis, dibutuhkan sebuah perenungan. Menurut Tedeschi & Calhoun (2014) *posttraumatic growth* pada seseorang berhubungan erat dengan perenungan tentang unsur-unsur yang berhubungan dengan peristiwa yang membuat stres. Sebagaimana kedua subjek dalam penelitian ini, subjek RM dan WD merenungkan keputusan-keputusan yang akan mereka ambil dan bagaimana langkah selanjutnya. Meskipun begitu, keduanya melewati proses perenungan yang mendalam sebagaimana yang dinyatakan Joseph dan Linley (dalam Mahleda dan Hartini, 2009) yang dapat memunculkan emosi positif sebagai usaha untuk mengelola emosi dan memaknai pengalaman hidupnya.

Dengan mempertimbangkan berbagai hal, keduanya memiliki perbedaan langkah yang sangat signifikan untuk keluar dari masa krisinya. Subjek RM memilih untuk bercerai, sedangkan WD tidak. RM mempertimbangkan keselamatan jiwanya sebab kekerasan fisik yang ia alami dan keadaan finansial yang sangat terpuruk. RM juga telah mempertimbangkan bagaimana masa depan anak-anaknya. Perenungan RM membawanya pada pengertian positif. RM percaya bahwa pengalaman buruk yang terjadi dalam hidupnya adalah takdir dari Tuhan yang harus ia jalani.

Sedangkan WD mempertimbangkan keadaan psikis anak-anaknya kelak jika ia bercerai. WD tidak ingin anak-anaknya menjadi korban atas perceraian orang tuanya. Strategi koping yang dilakukan

WD adalah dengan berdoa kepada tuhan dan memperbanyak sholat dan mengaji. Perenungan tersebut membuat WD menyadari bahwa apa yang menimpanya adalah ujian kesabaran dari Tuhan untuknya dan anak-anaknya. Perenungan yang dilakukan memunculkan emosi positif pada WD yang membantunya untuk memaknai pengalaman hidupnya.

Perenungan dapat memunculkan keberanian untuk mengungkapkan diri atau terbuka pada orang lain. Pengungkapan diri dengan bercerita tentang perasaan dan keadaannya dapat membantu seorang individu yang mengalami trauma untuk mengekspresikan emosinya. Selain itu, pengungkapan diri dengan cara bercerita juga dapat menciptakan keintiman dan perasaan diterima oleh orang lain (tedeschi & calhoun, 2004).

Pengungkapan diri yang dilakukan oleh RM adalah dengan mengeluhkan keadaannya pada sang ayah. RM juga menceritakan keadaannya kepada teman-temannya secara luas di sosial media, dan kepada satu orang sahabatnya secara khusus. RM mengaku selalu mencurahkan isi hatinya kepada sahabatnya tersebut untuk menguatkannya. Pada subjek WD, pengungkapan diri yang ia lakukan adalah dengan cara bercerita kepada kakak ipar dan kemenakannya. Bukan hanya itu, WD juga berusaha dengan hati-hati untuk mengungkapkan perasaannya kepada sang suami.

Keterbukaan dan pengungkapan diri pasti menimbulkan respon dari orang lain. Respon dari luar diri seseorang sangat penting pengaruhnya terhadap self-disclosure individu. Begitu pula cara dan jenis dari self-disclosure juga berpengaruh terhadap respon dari luar. Pada penelitian ini, respon yang didapatkan subjek RM adalah dukungan positif dari ayah dan teman-temannya untuk berpisah dan menjalani kehidupan yang lebih baik. Sedangkan pada subjek WD dukungan didapatkan dari orang terdekatnya yakni anak-anak WD dan juga secara umum keluarga besarnya bahkan dari pihak suaminya. WD menyatakan bahwa ia telah memiliki hubungan yang begitu baik dengan keluarga besar suaminya sehingga sangat disayangkan jika pernikahannya harus berakhir.

Setelah melalui perenungan dengan berbagai faktor dari dalam dan luar yang mempengaruhinya, seseorang dapat menerima dan memiliki pemahaman yang lebih positif tentang kehidupannya. Tahapan selanjutnya adalah penerimaan masa lalu dan memaafkan. Dari penerimaan dan memaafkan inilah seseorang dapat memahami kehidupan dengan cara yang lebih positif sehingga memunculkan *posttraumatic growth*.

2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi *Posttraumatic Growth*

Perlakuan kekerasan yang RM alami adalah kekerasan fisik dan verbal. Kekerasan fisik yang ia alami antara lain ditinju, dipukul, dijambak, ditarik dan dilempari barang. Sedangkan kekerasan psikis

yang ia terima yakni subjek kerap dituduh menggoda laki-laki saat subjek bekerja dan berdandan. Hal tersebut disebabkan suami RM yang mudah cemburu. Sedangkan WD mengalami penderitaan dari hasil kekerasan psikis yang ia terima. WD kerap mendapatkan kata-kata kasar dan tidak pantas serta bentakan dari suaminya. WD juga mengungkapkan penyebab kekerasan itu terjadi akibat suami subjek minder sebab tidak dapat menafkahi keluarganya seperti dahulu.

Meskipun RM pernah berfikir bahwa KDRT yang ia alami adalah masalah internal keluarganya, namun lambat laun subjek mau menceritakan keadaannya pada teman-temannya. RM membuka diri untuk menerima pertolongan dan nasihat dari orang lain. Dalam hal ini nilai-nilai sosial termasuk stigma yang ada dalam masyarakat juga saling mempengaruhi pada pengungkapan diri (*self-disclosure*) dalam membentuk *posttraumatic growth*.

Sosiokultural menurut Tedeschi & Calhoun (2014) dibagi menjadi dua, yakni *distal* dan *proximate*. *Distal culture* mewakili tema budaya luas yang cenderung mendominasi masyarakat dan wilayah geografis yang lebih luas seperti negara. Sedangkan *proximate culture* mewakili komunitas kecil dan jaringan sosial orang-orang yang berinteraksi dengan individu (Calhoun & Tedeschi, 2014). *Distal culture* menyediakan sebuah cara berfikir. Dunia ditafsirkan dalam konteks entitas sosial dan budaya tersebut sehingga dapat membantu individu di dalamnya memahami apa yang telah terjadi kepada mereka.

Salah satu nilai yang ada dalam sebuah komunitas masyarakat adalah stigma. Saat RM akan memutuskan bercerai RM mempertimbangkan stigma yang ada di masyarakat bahwa seseorang yang bercerai berarti suka bergonta-ganti pasangan. Hasil penelitian ini sesuai dengan pendapat Mayor dan O'Brein (2005, dalam Anggraeni & Herdiyanto, 2019) yang menyatakan bahwa stigma akan menjadi ancaman terhadap identitas yang dimiliki individu hingga menciptakan stress dan berpengaruh terhadap evaluasi individu tentang dirinya.

RM mendapatkan dukungan dari sang ayah dan teman-temannya. Sedangkan pada WD, dukungan emosional datang dari lingkungan terdekatnya yakni anak-anak WD. Bukan hanya itu, WD juga memiliki hubungan yang sangat baik dengan keluarga besar sang suami, sehingga hal tersebut menguatkan subjek untuk tetap bertahan.

Pengaruh *proximate culture* dapat memberikan jalan yang lebih langsung untuk melihat bagaimana *posttraumatic growth* terjadi. Kelompok ini yang oleh Calhoun & Tedeschi, (2014) disebut sebagai 'kelompok referensi utama' (*primary reference groups*) adalah orang-orang yang tanggapannya memiliki kemungkinan signifikan mempengaruhi individu dan perilakunya. Termasuk di dalamnya teman dekat, keluarga, kelompok agama, tetangga, geng, atau rekan profesional. Kualitas serta respons *proximate culture* inilah yang saling mempengaruhi secara langsung terhadap proses perenungan dan pengungkapan diri individu dan perjalanan pasca traumanya.

Berbagai respon dari orang lain sangat penting bagi *self-disclosure* seseorang. Berbeda-beda pada setiap individu bergantung pada seberapa besar ia mengalami kesulitan di dalam internal dirinya, termasuk perenungan yang tidak menyenangkan. Selain itu juga tergantung pada sejauh mana individu ingin terlibat dalam pengungkapan diri terkait dengan pengalaman stres mereka. Oleh sebab itu *posttraumatic growth* mungkin dapat dipengaruhi oleh interaksi karakteristik perenungan, keterbukaan, dan pengaruh budaya.

Gaya, cara, dan isi pengungkapan/ *self-disclosure* itu sendiri juga mempengaruhi bagaimana sosiokultural merespons dalam berbagai jenis. Jenis tanggapan inilah yang juga akan berdampak pada isi perenungan seseorang tentang apa yang terjadi. Bisa jadi jenis tanggapan yang tidak mendukung dapat menimbulkan kekecewaan dan justru berkontribusi dalam perenungan negatif (Tedeschi et al., 2018).

Self disclosure ditunjukkan oleh RM dalam bentuk mengeluhkan keadaannya kepada Ayah RM dan juga teman-temannya. RM lebih merasa percaya diri untuk bercerita kepada teman-temannya sebab ia telah memilih untuk bercerai. Sedangkan bentuk *self-disclosure* pada WD adalah berupa pengungkapan cerita dan perasaannya pada kakak ipar dan keponakannya. Selain itu, subjek juga berusaha untuk mengungkapkan perasaan dan persepsinya kepada suaminya.

Strategi koping yang dilakukan kedua subjek memiliki persamaan, yakni keduanya menggunakan pendekatan spiritual untuk

menenangkan diri. Perbedaannya terdapat pada RM yang juga menambahkan intensitas makannya bertambah saat ia merasa stres atau tertekan. Perbedaan lain diungkapkan WD dalam hal ini adalah koping yang berfokus pada masalah, yakni WD terus berusaha untuk mengubah perilaku suaminya sedikit demi sedikit melalui nasihat. Disertai dengan nasihat dan internalisasi nilai-nilai spiritual dan kesabaran kepada anak-anaknya. Mengenai koping spiritual ini dijelaskan oleh Subandi et al., (2014) yang menjelaskan bahwa individu penyintas trauma percaya bahwa peristiwa buruk yang menyimpannya adalah bentuk peringatan dan ujian. Dalam penelitiannya, Subandi menemukan bahwa mayoritas penyintas mengembangkan kesabaran, kebersyukuran, penerimaan, melakukan ritual keagamaan, dan membaca Al-Quran (Subandi et al., 2014).

Assumptive world ditunjukkan RM dalam bentuk harapan pernikahan. Subjek berharap bahwa pernikahan dapat menyelesaikan permasalahan hidupnya. WD berfikir bahwa sebelum menikah suaminya adalah sosok yang tidak jauh karakternya dengan saudara-saudaranya yang telah dikenal subjek. Selaras dengan penemuan Janoff-Bulman yang mengemukakan bahwa *posttraumatic growth* dipicu oleh peristiwa traumatis yang menentang asumsi fundamental individu tentang dirinya dan dunia. Sehingga menghancurkan asumsi lama tentang kebajikan dunia, kebermaknaan dunia, dan harga diri seseorang

(Valdez & Lilly, 2015). Perubahan dunia asumsi yang positif dikaitkan dengan skor *posttraumatic growth* yang lebih tinggi.

Perenungan adalah salah satu proses penting *posttraumatic growth*. Dimana istilah ruminations atau perenungan mengacu pada keterlibatan atau proses kognitif. Menurut Tedeschi & Calhoun (2014) *posttraumatic growth* pada seseorang berhubungan erat dengan perenungan tentang unsur-unsur yang berhubungan dengan peristiwa yang membuat stres. Pengalaman krisis hidup yang besar membuat individu terlibat dalam proses ruminatif (perenungan) segera setelahnya. Dengan kemungkinan bahwa bagi kebanyakan orang proses awal keterlibatan kognitif ini lebih mengganggu daripada disengaja (2014).

Pada tahap awal proses *posttraumatic growth* ini keterlibatan kognitif cenderung lebih *intrusive* daripada disengaja. *Intrusive ruminations* atau pikiran-pikiran yang berulang dan cenderung negatif tergambar pada RM dalam bentuk pikiran negatif tentang dirinya. Ia merasa diperlakukan sebagai pembantu alih-alih istri oleh suaminya. Subjek juga berfikir bahwa semua lelaki akan sama saja. saat ia benar-benar marah ia akan masuk ke kamar mandi, merenung, menangis dan memukul janin yang ada dalam kandungannya. subjek juga memiliki kepercayaan diri dan self-esteem yang rendah. WD Pada masa-masa awal terjadinya kekerasan, subjek merasa ingin berpisah dari suaminya. Subjek merasa ingin menyerah dan tidak memikirkan anak-anaknya. Pikiran negatif subjek sempat mengganggu aktivitas kesehariannya.

Membuatnya ia berat dalam melakukan aktivitas dan beribadah. Subjek merenung dan memikirkan apa yang terjadi. Hingga subjek kerap menyalahkan diri sendiri dan memikirkan tentang dosa apa yang membuatnya dihukum demikian.

Isi dari perenungan disengaja (*deliberate*) ini cenderung lebih reflektif dan menjadi perbaikan, restrukturisasi, atau pembangunan kembali cara umum individu memahami dunia. *Posttraumatic growth* lebih cenderung terjadi pada seseorang yang merenungkan berbagai hal dan mencoba memahami apa yang telah terjadi (2014). Subjek merenungkan keputusannya untuk bercerai dan bagaimana ia harus menjalani kehidupan selanjutnya. WD Perlahan-lahan memikirkan perilaku suaminya dan apa yang terjadi kepadanya hingga mendapatkan pemahaman yang lebih baik. Subjek juga memikirkan dampak buruk yang akan diterima anak-anaknya jika ia memilih bercerai.

Faktor *posttraumatic growth* selanjutnya adalah *self-compassion*. Hal ini ditunjukkan oleh subjek RM yang mengasihi dirinya dengan cara bercerai dan keluar dari keadaan yang mengancam. *Self-compassion* berkaitan dengan hal-hal yang membantu individu untuk merasa aman dan terlindungi. *Self-compassion* adalah sikap mengasihi dan memahami diri dalam menghadapi suatu kegagalan atau kesulitan, sehingga membuat individu dapat menerima suatu pengalaman negatif tanpa merasa terbebani atau larut akan hal tersebut (Fatahya & Annatagia, 2018). *Self-compassion* positif dimediasi melalui proses

kognitif yang lebih adaptif berupa penerimaan, pembingkai ulang, dan pencapaian makna dan menghasilkan tingkat *posttraumatic growth* yang lebih tinggi (Wong & Yeung, 2017).

3. Dimensi *Posttraumatic Growth*

Menurut Tedeschi & Calhoun (2018), *posttraumatic growth* dapat digambarkan sebagai sebuah hasil dan proses. Individu yang sedang berada dalam proses maupun telah menuai hasil, keduanya dapat disebut *posttraumatic growth*. Misalnya pada kegiatan menilai ulang sebuah kejadian dengan menggunakan pemahaman yang lebih positif dapat menjadi representasi *posttraumatic growth* sebagai proses. Sedangkan apabila kehidupan seseorang secara permanen telah berubah menjadi lebih positif maka yang demikian adalah gambaran *posttraumatic growth* sebagai hasil (Tedeschi et al., 2018).

Dimensi *posttraumatic growth* kedua subjek dalam penelitian ini tergambar dalam kelima aspek yakni kekuatan individu, hubungan dengan orang lain, peluang baru, apresiasi hidup, dan perubahan spiritualitas. Sesuai dengan pernyataan Tedeschi dan Calhoun (2014) yang menjelaskan bahwa dalam *posttraumatic growth*, individu mengalami peningkatan kematangan spiritual, menemukan peluang baru dalam hidup, lebih mengapresiasi kehidupan, mengalami peningkatan kekuatan individu, dan memiliki hubungan yang lebih baik dengan orang lain (Bryngeirsdottir & Halldorsdottir, 2022). Kelima aspek tersebut lebih mirip sebagai hasil dari *posttraumatic growth*

daripada proses. Namun pada dasarnya bentuk tersebut bukanlah hasil akhir yang akan berhenti disana. Kelima aspek tersebut masih dapat terus berkembang membantu individu untuk menjalani kehidupan di masa depan setelah peristiwa trauma.

Dimensi *posttraumatic growth* yang pertama adalah kekuatan individu. Kedua subjek dalam penelitian ini menyatakan bahwa mereka merasa lebih kuat. RM menambahkan, bahwa dirinya kini menyadari bahwa ia bisa mengatasi kebutuhan hidupnya tanpa sang suami. RM merasa saat ini ia lebih mandiri terutama dalam hal finansial. Senada dengan RM, WD juga mengungkapkan bahwa dirinya lebih mandiri sejak ia bekerja. Bahkan keduanya telah mengembangkan kesiapan jika tidak dinafkahi oleh suaminya.

Selaras dengan penemuan Bryngeirsdottir & Halldorstdottir (2022) yang mengungkapkan bahwa untuk mencapai *posttraumatic growth* individu terlebih dahulu menciptakan kestabilan hidup. Salah satunya adalah dengan membangun kemandirian finansial. Bryngeirsdottir & Halldorstdottir juga menambahkan, bahwa penyintas merasa lebih mandiri dan lebih berani.

Selanjutnya dimensi kedua *posttraumatic growth* adalah peningkatan kualitas hubungan dengan orang lain. Kedua subjek dalam penelitian ini mampu menjalin hubungan yang lebih baik dengan keluarga. RM kembali berkomunikasi dengan teman, paman, bibi, dan adik-adiknya. Begitu pula subjek WD yang menjaga hubungan dengan

suaminya dan keluarga besar secara umum. WD juga mengembangkan kasih sayang yang besar kepada anak-anaknya. WD menyatakan bahwa ia memilih untuk bertahan agar anak-anaknya tidak menjadi korban perceraian orang tua. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Bryngeirsdottir & Halldorstdottir (2022) bahwa individu yang telah mengalami *posttraumatic growth* lebih menghargai orang yang mereka cintai dan secara sadar memelihara hubungannya dengan orang-orang itu.

Pada subjek RM, keputusan besar yang diambil dalam masa krisis adalah keputusan untuk bercerai. Seperti yang dijelaskan oleh Tedeschi dan Calhoun bahwa masa-masa krisis dalam hidup dapat menghasilkan mudarnya, kehilangan, dan terkadang kehancuran hubungan-hubungan penting (Calhoun & Tedeschi, 2014). Mereka menghasilkan hubungan yang lebih baik dengan orang yang mereka inginkan dalam hidup dan lebih sedikit interaksi dengan pelaku kekerasan (Bryngeirsdottir & Halldorsdottir, 2022).

Selanjutnya, subjek RM juga kerap membantu sesama teman pekerja migran yang mengalami kesulitan finansial. Subjek merasa empati dengan kesulitan yang dialami orang lain. Selaras dengan pernyataan Tedeschi dan Calhoun (2014) bahwa konsekuensi dari mengatasi trauma adalah perubahan positif signifikan dalam hubungan manusia. Salah satu perubahan tersebut terjadi pada cara penyintas

memandang manusia lain, termasuk peningkatan rasa kasih sayang untuk orang lain yang menderita (Calhoun & Tedeschi, 2014).

Bentuk lain dari peningkatan kualitas hubungan ditunjukkan juga oleh subjek RM dalam menjalin hubungan romantis. Subjek mengaku memiliki kekasih yang dijalaninya melalui hubungan jarak jauh. RM menambahkan bahwa ia ingin memiliki suami yang kelak tidak melakukan kekerasan dan mau bersama-sama bekerja untuk masa depan. Hal ini sesuai dengan penelitian Bryngeirsdottir & Halldorstdottir (2022) bahwa ketika sampai pada hubungan intim saat ini dan/atau masa depan, para perempuan korban kekerasan oleh pasangan tahu apa yang mereka inginkan. Mereka bertekad untuk fokus pada kebutuhan dan keinginan mereka dalam hubungan intim baru atau masa depan mereka.

Selanjutnya, dimensi *posttraumatic growth* yang ketiga adalah *new possibilities*. Kedua subjek menunjukkan adanya jalan hidup baru yang ditempuh. RM memutuskan untuk bekerja sebagai pembantu rumah tangga migran di Hongkong setelah perceraianya. Sedangkan subjek WD mendapatkan pekerjaan baru di sebuah usaha catering milik kakak iparnya. Seperti yang dikemukakan oleh Tedeschi dan Calhoun bahwa indikator berkembangnya aspek *new possibilities* antara lain munculnya pengembangan minat, kegiatan, kebiasaan, atau karir baru. Perubahan besar itu mungkin tidak menjadi bagian dari kehidupan seseorang jika tidak ada peristiwa negatif sebagai pemicu (Tedeschi et

al., 2018). Tedeschi dan Calhoun menambahkan, dampak trauma dapat memunculkan gairah seseorang untuk mengatasi keadaan yang telah mereka lalui dengan membuat perubahan dalam kehidupan pribadi dan pekerjaan mereka sehingga mereka dapat merasa berguna.

Perubahan prioritas hidup juga terjadi pada kedua subjek dalam penelitian ini. Subjek RM berfokus pada perbaikan finansial khususnya untuk masa depan dirinya dan anak-anaknya. Menurut pernyataan *significant other*, subjek RM juga lebih bertanggung jawab terhadap kedua adiknya.

Dimensi *posttraumatic growth* yang selanjutnya adalah apresiasi hidup. Indikator apresiasi hidup yang tergambar pada diri subjek adalah rasa kebersyukuran. RM mensyukuri hidupnya saat ini karena telah melewati masa-masa kekerasan dan kesulitan ekonomi. Selain itu RM mengembangkan rasa maaf terhadap mantan suaminya.

Sedangkan pada subjek WD, indikator apresiasi hidup diwujudkan dalam kebersyukuran tentang pekerjaan yang ia miliki saat ini. Dengan pekerjaan dan kesibukan tersebut WD dapat mengurangi intensitas bertemu dengan stresor utama yakni suaminya. Tedeschi dan Calhoun menemukan bahwa menghadapi stresor utama telah membuat mereka menyadari pentingnya menghabiskan waktu lebih banyak untuk lebih menghargai setiap hari dan kesenangan kecilnya. Agar mereka menyadari hal-hal yang membuat mereka menjalani hidup lebih mudah,

dan untuk menjadi lebih sadar dan menghargai lingkungan sekitarnya (Tedeschi et al., 2018).

Domain ini mencakup penghargaan yang lebih besar untuk semua hal yang ada dalam kehidupan, baik itu hal-hal kecil yang sebelumnya dianggap remeh ataupun hal-hal yang masih dimiliki seseorang dalam hidup mereka. Setelah peristiwa buruk yang menimpa seseorang, mereka akan berfikir mungkin kehidupan saat ini adalah hadiah dari kesempatan kedua yang harus dihargai (Tedeschi et al., 2018).

Terakhir, dimensi *posttraumatic growth* yang kelima adalah perubahan spiritual. Perubahan spiritual pada subjek WD mengembangkan pemahaman spiritual yang baik. WD percaya bahwa peristiwa buruk yang terjadi dalam kehidupannya adalah ujian kesabaran yang diberikan Tuhan untuknya dan anak-anaknya. WD juga selalu menanamkan nilai-nilai spiritual tersebut pada anak-anaknya. Baik WD maupun RM, setelah peristiwa traumatis yang mereka hadapi keduanya lebih kerap menjadikan salat dan membaca Al-Qur'an sebagai sarana untuk menenangkan diri.

Bentuk *posttraumatic growth* yang berkaitan dengan spiritualitas juga ditemukan oleh penelitian Subandi yang menyebutkan bahwa spiritualitas menyediakan sumber daya yang kuat untuk menafsirkan penderitaan (Subandi et al., 2014). Dalam pembahasan kaitan Islam dengan *posttraumatic growth*, Tedeschi dan Calhoun mengutip bahwa dalam kajian Islam terdapat hadist yang berbunyi, "Jika Allah ingin

berbuat baik kepada seseorang, Dia menimpakannya dengan cobaan" (Sahih al-Bukhari, Vol. 7, Buku 70, Hadis No. 548). Di sisi lain Islam juga menghibur pengikutnya dalam Al-Qur'an dengan Ayat yang berbunyi, "Sesungguhnya, setelah kesulitan akan ada kemudahan. Setelah kesulitan ada kemudahan" (Quran, 94:5-6). Maka umat muslim umumnya diajarkan untuk melihat krisis sebagai hadiah atau kesempatan untuk mengembangkan pemahaman yang lebih dalam tentang Al-Qur'an. Islam mengajarkan bahwa setiap mukmin akan diuji dengan kesulitan. Juga bahwa semakin kuat iman seseorang maka semakin sulit cobaannya (Tedeschi et al., 2018).

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dijabarkan, dapat ditarik beberapa kesimpulan berikut:

1. Dinamika *posttraumatic growth* berawal dari peristiwa negatif yang mengguncang persepsi individu tentang kehidupan. Individu mampu mencapai pertumbuhan melalui proses perenungan. Perenungan tentang apa yang terjadi dapat berbentuk positif maupun negatif. Dukungan dari teman dan keluarga dapat membantu individu untuk merekonstruksi pandangan individu untuk mencapai pemahaman positif. Selanjutnya individu dapat mengembangkan penerimaan dan memiliki skema baru tentang kehidupan.
2. Perjalanan menuju perubahan tersebut dipengaruhi oleh beberapa faktor yang mempengaruhi *posttraumatic growth*, antara lain: 1) penderitaan yang dialami korban, meliputi jenis dan durasi kekerasan. 2) *self disclosure* atau cara pengungkapan diri individu kepada orang-orang di sekitarnya. 3) strategi koping, atau cara individu mengatasi masalah 4) Sosiokultural, atau pengaruh stigma sosial dan dukungan dari orang-orang di sekitar subjek. 5) *assumptive world*, atau narasi kehidupan individu sebelum peristiwa traumatis. 6) *intrusive ruminations*, meliputi manajemen pikiran negatif dan mengganggu 7) *deliberate ruminations*, penerimaan dan perenungan reflektif. 8)

Spiritualitas, meliputi bagaimana individu memahami realitas menggunakan pendekatan agama. Sedangkan faktor yang ditemukan dalam subjek RM yang telah bercerai adalah *self-compassion* yakni sikap mengasihi diri

3. Dimensi *posttraumatic-growth* yang terdapat pada diri kedua subjek dalam penelitian ini antara lain: 1) Kekuatan individu, pada penelitian ini kedua subjek menyatakan lebih mandiri dan siap menghadapi kesulitan yang akan datang. 2) hubungan dengan orang lain, yakni perbaikan kualitas hubungan dan empati terhadap orang lain. 3) *new possibilities*, meliputi munculnya aktivitas dan peluang baru dalam hidup. 4) Apresiasi hidup, muncul dalam bentuk penerimaan, rasa syukur, dan memaafkan masa lalu. 5) Perubahan spiritual, hubungan individu dengan Tuhan dan pemahaman kebijaksanaan hidup yang semakin baik setelah peristiwa traumatis.

B. Saran

Berdasarkan proses pelaksanaan dan hasil penelitian, saran yang dapat disampaikan kepada beberapa pihak adalah sebagai berikut:

1. Bagi Perempuan Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga

Perenungan positif dan keterbukaan pada orang lain dapat membantu korban KDRT terutama istri dalam membentuk *posttraumatic-growth*. Maka disarankan bagi para penyintas untuk senantiasa membuka diri kepada orang lain dan berpikir positif.

Termasuk dengan cara memperkaya pengetahuan tentang filosofi hidup baik menggunakan pendekatan agama maupun keilmuan sekular.

2. Bagi Masyarakat

Dukungan sosial sekecil apapun kepada korban kekerasan dalam rumah tangga sangat berarti bagi penyintas. Dalam bentuk apapun respons positif dari luar diri penyintas berpengaruh penting terhadap *posttraumatic-growth* pada individu. Sehingga disarankan kepada masyarakat terutama keluarga terdekat penyintas untuk ikut mendukung baik sebagai pendengar maupun pemberi informasi yang dibutuhkan oleh penyintas dalam memahami realitas yang baru.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini masih banyak memiliki celah keterbatasan dan kekurangan. Bagi peneliti selanjutnya, saran yang dapat peneliti berikan adalah untuk menggali lebih dalam mengenai faktor psikologis subjek menggunakan instrumen psikologi, baik dengan alat tes psikologi maupun kuesioner. Selain itu, peneliti juga dapat mengeksplorasi lebih dalam satu faktor spesifik dalam rangkaian dinamika *posttraumatic-growth* pada penyintas. Terakhir, peneliti selanjutnya juga dapat mengeksplorasi dinamika *posttraumatic-growth* menggunakan subjek korban KDRT yang berbeda, misalnya dari sisi suami, anak, atau jasa pembantu rumah tangga.

DAFTAR PUSTAKA

- Anderson, K. M. (2018). Post-traumatic growth and resilience despite experiencing trauma and oppression. *Journal of Family Social Work*, 21(1), 1–4. <https://doi.org/10.1080/10522158.2017.1402540>
- Bryngeirsdottir, H. S., & Halldorsdottir, S. (2022). “I’m a Winner, Not a Victim”: Facilitating Factors of Post-Traumatic Growth among Women Who Have Suffered Intimate Partner Violence. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 2022, Vol. 19, Page 1342, 19(3), 1342. <https://doi.org/10.3390/IJERPH19031342>
- Calhoun, L. G., & Tedeschi, R. G. (2004). The Foundations of Posttraumatic Growth: New Considerations. In *Psychological Inquiry* (Vol. 15, Issue 1, pp. 93–102). Routledge. https://doi.org/10.1207/s15327965pli1501_03
- Calhoun, L. G., & Tedeschi, R. G. (2014). *Handbook of Posttraumatic Growth, Research and Practice - Google Play Buku*. Routledge. <https://play.google.com/books/reader?id=a6wABAAAQBAJ&hl=id>
- Farizka, Z., & Uasni, A. H. (2019). *Posttraumatic Growth Pada Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga*. 7(1), 1–12.
- Fatahya, O. :, & Annatagia, L. (2018). *NASKAH PUBLIKASI HUBUNGAN ANTARA SELF-COMPASSION DAN PERTUMBUHAN PASCA TRAUMA PADA WANITA YANG PERNAH MENGALAMI KEKERASAN DALAM PACARAN*.
- Ghony, M. D., & Almanshur, F. (2012). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Ar-Ruzz Media.
- Halgin, R. P., & Whitbourne, S. K. (2010). *Psikologi Abnormal: Perspektif Klinis pada Gangguan Psikologis* (6th Ed.). Salemba Humanika.
- HAN ALMIŞ, B., GÜMÜŞTAŞ, F., & KOYUNCU KÜTÜK, E. (2020). Kadına Yönelik Aile İçi Şiddetin Kadın ve Çocukların Ruh Sağlığına Etkileri. *Psikiyatride Guncel Yaklasimler - Current Approaches in Psychiatry*, 12(2), 232–242. <https://doi.org/10.18863/pgy.567635>
- HUBUNGAN ANTARA THE BIG FIVE PERSONALITY TRAITS DENGAN FEAR OF MISSING OUT ABOUT SOCIAL MEDIA PADA MAHASISWA | Tresnawati | Intuisi : Jurnal Psikologi Ilmiah*. (n.d.). Retrieved March 22, 2022, from <https://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/INTUISI/article/view/8661/5708>
- Komnas Perempuan*. (2021, March 5). <https://komnasperempuan.go.id/siaran-pers-detail/catahu-2020-komnas-perempuan-lembar-fakta-dan-poin-kunci-5-maret-2021>

- Mardiyati, I. (2015). DAMPAK TRAUMA KEKERASAN DALAM RUMAH TANGGA TERHADAP PERKEMBANGAN PSIKIS ANAK. *Raheema: Jurnal Studi Gender Dan Anak*.
- Prastowo, A. (2010). *Menguasai Teknik-Teknik Koleksi Data Penelitian Kualitatif*. Diva Press.
- Ramos, C., & Leal, I. (2013). Posttraumatic Growth in the Aftermath of Trauma: A Literature Review About Related Factors and Application Contexts. *Psychology, Community & Health*, 2(1), 43–54. <https://doi.org/10.5964/PCH.V2I1.39>
- Rofiah, N. (2017). Kekerasan Dalam Rumah Tangga dalam Perspektif Islam. *Wawasan: Jurnal Ilmiah Agama Dan Sosial Budaya*, 2(1), 31–44. <https://doi.org/10.15575/jw.v2i1.829>
- Salsabila, A., Dinda, D., Prodi, I., Psikologi, F., Psikologi, I., & Bandung, I. (2021). Hubungan antara Forgiveness dan Post Traumatic Growth pada Perempuan Korban Kekerasan dalam Pacaran pada Usia Dewasa Awal di Kota Bandung. *Jurnal Riset Psikologi*, 1(2), 124–131. <https://doi.org/10.29313/JRP.V1I2.558>
- Subandi, M. A., Achmad, T., Kurniati, H., & Febri, R. (n.d.). *Australasian Journal of Disaster and Trauma Studies Spirituality, gratitude, hope and post-traumatic growth among the survivors of the 2010 eruption of Mount Merapi in Java, Indonesia* (Vol. 18, Issue 1).
- Tedeschi, R. G., Calhoun, L. G., Finch, J. S., & Taku, K. (2018). Posttraumatic Growth, Theory, Research, and Applications - Google Play Buku. In 2018. Routledge. <https://play.google.com/books/reader?id=EtFfDwAAQBAJ&hl=id>
- Utami, P. (2020). *Gambaran Post Traumatic Growth Pada Wanita Dewasa Awal yang Mengalami Kekerasan Dalam Berpacaran*. 8(2), 297–306.
- Valdez, C. E., & Lilly, M. M. (2015). Posttraumatic Growth in Survivors of Intimate Partner Violence: An Assumptive World Process. *Journal of Interpersonal Violence*, 30(2), 215–231. <https://doi.org/10.1177/0886260514533154>
- Werdel, M. B., & Wicks, R. J. (2012). *Primer on posttraumatic growth: An introduction and guide*. John Wiley & Sons, Inc. <https://psycnet.apa.org/record/2012-21381-000>
- WHO. (2021, March 9). *Violence Against Women*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-women>
- Wong, C. C. Y., & Yeung, N. C. Y. (2017). Self-compassion and Posttraumatic Growth: Cognitive Processes as Mediators. *Mindfulness*, 8(4), 1078–1087. <https://doi.org/10.1007/s12671-017-0683-4>