



## Analisis Resiliensi Pada Perempuan Korban Pelecehan Seksual Di Kabupaten Jember

**Rizqiana Adhe Firdaus**

Universitas Islam Negeri KH. Achmad Shiddiq, Jember, Indonesia

E-mail: [firdausrizqiana@gmail.com](mailto:firdausrizqiana@gmail.com)

### Keywords

*Resilience; Sexual harassment; Woman*

### Abstract

*Sexual harassment itself refers to any form of degrading sexual behavior that can harm the individual who receives such behavior. Resilience is highly needed by individuals when facing problems and urgent situations. The aim of this study is to understand how sexual harassment occurs to women and how they defend themselves. This research uses a qualitative method, specifically a phenomenological qualitative approach. In selecting subjects, the researcher used purposive sampling technique, resulting in three subjects. Interviews, observation, and documentation were used to collect relevant data in order to obtain quality results. Furthermore, the data was validated using triangulation methods. The results of the study show that the forms of sexual harassment experienced by the subjects varied, ranging from verbal, nonverbal, to physical. These experiences had a significant impact on the victims' psychological condition, such as the emergence of fear, excessive stress, and disruption of daily activities. However, resilience proved to play an important role in the recovery process and self-acceptance of the victims. Internal factors such as the strength of faith and zest for life became the main capital for the victims to rise and grow after the incident of sexual harassment.*

### Kata Kunci

*Pelecehan Seksual;  
Perempuan;  
Resiliensi*

### Abstrak

*Pelecehan seksual merupakan bentuk perilaku seksual yang bersifat merendahkan yang dapat merugikan individu lain yang menerima perilaku tersebut. Resiliensi akan sangat dibutuhkan individu saat menghadapi suatu permasalahan dan keadaan terdesak. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana pelecehan seksual terjadi pada perempuan dan bagaimana mereka mempertahankan diri. Penelitian menggunakan metode kualitatif, dengan jenis metode kualitatif fenomenologi. Dalam mendapatkan subjek, peneliti menggunakan teknik purposive sampling sehingga didapatkan tiga subjek. Metode wawancara, observasi, dan dokumentasi digunakan untuk mengumpulkan data yang relevan untuk mendapatkan sebuah hasil yang baik. Selanjutnya, data divalidasi menggunakan metode triangulasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa bentuk pelecehan seksual yang dialami perempuan beragam, mulai dari verbal, nonverbal, hingga fisik. Pengalaman tersebut berdampak signifikan pada kondisi psikologis korban, seperti munculnya rasa takut, stres berlebihan, dan gangguan aktivitas harian. Namun, resiliensi terbukti berperan penting dalam proses pemulihan dan penerimaan diri korban. Faktor internal seperti kekuatan iman dan semangat hidup menjadi modal utama bagi korban untuk bangkit dan berkembang pasca peristiwa pelecehan seksual.*



## Pendahuluan

Manusia pada umumnya memiliki ketertarikan sendiri kepada hal-hal yang tidak mereka punyai dari dalam dirinya. Berbagai macam isu kerap menimpa perempuan, mulai dari kekerasan, tuntutan untuk menjadi sempurna, hingga pelecehan seksual. Darurat pelecehan seksual ini dibuktikan dengan data kasus yang secara signifikan meningkat terjadi baik di tempat umum maupun di sekolah sekalipun. Data kekerasan seksual dalam lima tahun terakhir sejak tahun 2018 menurut Komnas Perempuan tercatat sebanyak 18.141 kasus dari 21.666 total kasus, pada tahun 2019 tercatat 17.132 kasus dari 20.531, pada tahun 2020 sebanyak 17.575 kasus dari 20.501 total kasus, pada tahun 2021 angka kasus kekerasan seksual meningkat cukup signifikan sebanyak 21.753 dari 25.210 jumlah kasus, dan pada tahun 2022 tercatat jumlah kasus pelecehan seksual sebanyak 27.259.<sup>1</sup>

Dalam karya yang ditulis oleh Immanuel, berdasarkan Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) pelecehan seksual didefinisikan sebagai sebuah kata kerja yang berarti menghinakan, mengabaikan, dan menghina, kemudian seksual dimaknai dengan hal-hal yang berhubungan dengan suatu hal terkait persetubuhan laki-laki dan perempuan<sup>1</sup>. Collier juga berpendapat bahwa pelecehan seksual merupakan bentuk perilaku individu yang bersifat seksualitas dimana perilaku tersebut tidak diinginkan oleh korban<sup>2</sup>. Bentuk pelecehan seksual yang diterima berbeda-beda, mulai dari pelecehan seksual secara verbal dan pelecehan non verbal. Seringnya, yang terjadi dalam kegiatan sehari-hari pelecehan seksual secara verbal dapat berupa catcalling, siulan, komentar seksi yang dilontarkan kepada korban, suara kecupan, dan lain sebagainya. Sedangkan pelecehan seksual non verbal berupa sentuhan di beberapa bagian tubuh korban<sup>1</sup>.

Resiliensi menjadi salah satu cara yang dapat membantu individu mengatasi efek buruk yang diterimanya. Reivich dan Shatte mengatakan bahwa resiliensi merupakan kemampuan individu dalam beradaptasi serta kemampuan individu dalam mengatasi beberapa masalah yang muncul sesuai dengan kapasitas yang dimilikinya<sup>3</sup>. Bentuk resiliensi yang dimiliki oleh setiap individu berbeda-beda, sesuai dengan bagaimana individu tersebut dapat menahan stress yang diterimanya dalam upaya mencapai sebuah tujuan. Terdapat beberapa macam sumber yang dapat menambah resiliensi dalam diri individu, salah satunya melalui dorongan moral dari keluarga. Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh Berliana Widi, dkk, mengenai studi fenomenologi resiliensi pada perempuan korban kekerasan seksual, menyebutkan bahwa Keberadaan resiliensi pada dalam diri subjek dan lingkungan secara signifikan membantu subjek untuk keluar dari trauma dan permasalahan yang dapat menghadirkan dampak lebih buruk<sup>1</sup>.

---

<sup>1</sup> DetikNews (2024), Komisi Nasional Anti Kekerasan Terhadap Perempuan (KOMNAS) Indonesia

<sup>2</sup> Rohan Colier, 1998, Pelecehan Seksual Hubungan Dominasi Masyarakat dan Minoritas, Yogyakarta: PT. Tiara Yogya Cet. Ke-1 Hlm. 4.

<sup>3</sup> Reivich, K., & Shatté, A. (2002). *The resilience factor: 7 essential skills for overcoming life's inevitable obstacles*. Broadway books.

Penelitian ini melibatkan tiga orang korban pelecehan seksual dimana fenomena yang terjadi kepada ketiga korban melalui proses resiliensi yang berfokus pada resiliensi internal dalam diri subjek. Oleh karena keberadaan fenomena yang terjadi di lapangan kemudian peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih dalam yang bertujuan untuk menggambarkan bagaimana “Analisis Resiliensi Pada Perempuan Korban Pelecehan Seksual” sebagai sumber informasi baru dan lebih mendalam terkait upaya-upaya resiliensi secara internal.

### Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologi, yang dirancang untuk memahami secara mendalam pengalaman hidup para perempuan yang pernah mengalami pelecehan seksual, khususnya dalam membangun ketangguhan diri (resiliensi). Erickson menjelaskan bahwa penelitian dengan pendekatan kualitatif bertujuan untuk mendapatkan gambaran secara naratif suatu tindakan atau fenomena yang terjadi pada subjek<sup>4</sup>. Maknanya, penelitian kualitatif merupakan penelitian yang bertujuan untuk menyajikan data penelitian secara deskriptif, berdasar pada teknik pengumpulan dan penyajian data yang tepat sesuai dengan pengalaman yang terjadi pada subjek. Deskripsi dari hasil penelitian ini akan berujung pada inti dari pengalaman subjek sesuai dengan fenomena yang telah peneliti pilih<sup>5</sup>. Tiga partisipan utama dalam penelitian ini berinisial PN, AS, dan FA dipilih secara sengaja melalui teknik *purposive sampling* karena dianggap memiliki pengalaman yang relevan dengan fokus studi. Pengumpulan data dilakukan secara langsung melalui wawancara semi-terstruktur, observasi terhadap perilaku dan respons subjek, serta dokumentasi pendukung lainnya. Semua data yang terkumpul dianalisis secara deskriptif untuk menggali makna yang lebih dalam dari pengalaman mereka, mulai dari bentuk pelecehan yang mereka alami hingga bagaimana mereka berupaya untuk bertahan dan memulihkan diri dari peristiwa traumatis tersebut.

### Hasil dan Pembahasan

Dari hasil observasi dan wawancara yang telah dilakukan, penelitian ini menyatakan bahwa terdapat beberapa perbedaan terkait gambaran dari pelecehan seksual yang diterima oleh ketiga subjek. Gambaran yang dimaksud berupa bentuk dari pelecehan seksual yang diterima, mencakup pelecehan seksual, sebagai berikut:

- a. Verbal, pelecehan seksual secara verbal yang diterima oleh subjek berupa siulan menggoda, komentar yang ditujukan pada bagian tubuh tertentu dan mengandung unsur seksualitas.
- b. Non verbal, pelecehan seksual secara non verbal yang diterima oleh subjek berupa tatapan seksualitas kepada bagian tubuh tertentu.

<sup>4</sup> Anggito, A., & Setiawan, J. (2018). *Metodologi penelitian kualitatif*. CV Jejak (Jejak Publisher).

<sup>5</sup> Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2017). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*. Sage publications.

- c. Fisik, sedangkan pelecehan seksual secara fisik yang diterima oleh subjek berupa sentuhan pada bagian tubuh subjek, mencium secara paksa, dan sebagainya.

Hal ini selaras dengan teori yang disampaikan oleh Farley yang menyatakan bahwa secara umum pelecehan seksual terbagi menjadi tiga kategori, yaitu pelecehan seksual secara verbal, pelecehan seksual secara non verbal, dan pelecehan seksual secara fisik<sup>1</sup>. Tentu saja peristiwa tersebut memunculkan dampak yang cukup signifikan kepada subjek mulai dari dampak psikologis, perilaku, dan fisik, berupa stress, cemas, ketakutan, gangguan tidur, hingga penurunan berat badan. Dampak yang dirasakan ini senada dengan teori yang dinyatakan oleh Karlina dan Prabowo terkait dampak pelecehan seksual terhadap korban yang menyatakan bahwa umumnya terdapat tiga dampak, yaitu dampak psikologis, dampak perilaku, dan dampak fisik<sup>6</sup>. Selanjutnya, Rubenstein juga merumuskan dampak pelecehan seksual secara lebih singkat, diantaranya merasa khawatir, lekas marah, rusaknya hubungan interpersonal, tidak mampu berkonsentrasi, mudah lelah, mudah stress, hingga depresi<sup>1</sup>. Mengutip dari salah satu penelitian mengenai tingkat stress individu yang menyatakan bahwa keberadaan stress dalam diri individu berasal dari adanya rasa tidak mampu yang dimiliki oleh individu itu sendiri untuk menghadapi suatu permasalahan atau tuntutan yang ada disekitarnya.

Namun demikian, seluruh subjek menunjukkan adanya proses resiliensi dalam menghadapi trauma tersebut. Resiliensi dalam konteks ini mencerminkan kemampuan individu untuk bangkit dari pengalaman traumatis dan melanjutkan hidup secara positif. Menurut Reivich dan Shatte, resiliensi merupakan kemampuan seseorang untuk memberikan respon yang sehat ketika menghadapi permasalahan atau trauma, dimana hal tersebut diperlukan untuk mengelola tekanan hidup sehari-hari<sup>7</sup>. Reivich dan Shatte juga menjelaskan bahwa aspek yang akan membentuk resiliensi dalam diri subjek, sekurang-kurangnya terdapat tujuh aspek, yang terdiri dari:

- a. Regulasi Emosi, yaitu subjek mampu mengenali situasi dan bagaimana emosi yang dirasakan membantu subjek untuk menjadi individu yang tetap tenang dalam beberapa kondisi atau masalah tertentu.
- b. Pengendalian Impuls, yaitu subjek memiliki pengendalian impuls yang baik. Pengendalian impuls yang baik akan sangat membantu subjek untuk lebih mengenali keinginan dan kebutuhan yang seharusnya subjek dahulukan, selain itu pengendalian impuls juga dapat membantu subjek untuk mendapatkan keputusan yang tepat saat subjek berada dalam suatu pilihan.
- c. Optimisme, dimana subjek mendapatkan pemikiran dan harapan masa depan yang lebih baik, hal ini dikarenakan aspek optimisme bukanlah sebuah sikap yang

---

<sup>6</sup> Karlina, A., & Prabowo, H. (2014). Pelecehan seksual di angkutan krl ekonomi dari perspektif pelaku. In *The 17th FSTPT International Symposium, August* (pp. 22-24).

<sup>7</sup> Reivich, K., & Shatté, A. (2002). *The resilience factor: 7 essential skills for overcoming life's inevitable obstacles*. Broadway books.

- diberikan oleh orang lain, akan tetapi aspek ini berkembang dengan sendiri dalam diri subjek dan dapat dibentuk dengan baik.
- d. Empati, subjek menunjukkan hal yang hampir sama bahwa keberadaan empati menjadi suatu hal yang cukup berpengaruh untuk hubungan personal maupun interpersonal. Empati yang dimiliki masing-masing subjek dapat membantu subjek dalam memperbaiki hubungan sosial sehingga subjek dapat lebih memahami kondisi dari suatu peristiwa atau permasalahan yang terjadi.
  - e. *Casual Analysis*, subjek menjelaskan bahwa *casual analysis* merupakan salah satu aspek penting yang harus dimiliki oleh setiap individu. Subjek membenarkan bahwa kemampuan ini sangat berguna untuk menghadapi suatu permasalahan baik permasalahan pribadi, dalam organisasi, maupun dalam dunia bisnis. Dengan berkembangnya kemampuan *casual analysis* dalam diri subjek maka memungkinkan subjek untuk keluar dari permasalahan yang sedang dihadapi dengan cara yang baik dan tepat pula.
  - f. *Self-Efficacy*, dimana subjek memiliki keyakinan kepada kemampuan yang ada dalam dirinya dalam menyelesaikan suatu permasalahan dan tugas sehingga dapat membentuk resiliensi dalam diri subjek.
  - g. *Reaching Out*, Aspek *reaching out* merupakan kemampuan untuk mencari bantuan dan dukungan dari luar individu. Dari hasil wawancara yang dilakukan bersama masing-masing subjek, peneliti mendapatkan bahwa salah satu subjek berhasil melakukan *reaching out* yaitu dengan membuka diri dan meminta dukungan emosional dari seorang profesional. Sedangkan subjek lainnya memilih untuk menutup diri dan mencari dukungan melalui diri subjek tersebut karena ketakutan yang dimiliki seperti takut akan dihakimi, takut tidak dipercaya, dan sebagainya.

Berdasarkan kerangka O'Leary dan Ickovics, proses resiliensi subjek dapat dilihat melalui empat tahapan<sup>1</sup>: mengalah, bertahan, pulih, dan berkembang. Mayoritas subjek telah melewati tahap bertahan dan pulih, namun tidak semua berhasil mencapai tahap berkembang karena adanya hambatan emosional seperti kemarahan terhadap pelaku. seluruh subjek menyatakan bahwa subjek melewati setiap level resiliensi satu persatu dengan cukup baik, mulanya subjek merasa ingin menyerah ketika berada pada level mengalah dikarenakan subjek putus asa dalam menghadapi permasalahannya sendiri tanpa bantuan dan dukungan sosial dari lingkungannya, akan tetapi kemudian subjek berhasil melewati level tersebut dan mencapai level bertahan dan pulih, pada level ini subjek cenderung berpasrah dan terus menguatkan dirinya serta mencari jalan keluar terbaik dengan melakukan banyak kegiatan positif sebagai pengalihan pikiran dari permasalahannya, pada level ini subjek membutuhkan waktu yang cukup lama karena rasa lelah yang subjek rasakan terkadang mendominasi dan memunculkan kembali pemikiran negatif dalam diri subjek sampai dimana subjek mampu untuk berdamai dan menerima segala sesuatu yang telah terjadi. Setelah berhasil melewati tiga level sebelumnya, subjek kini berada pada level berkembang pesat sehingga saat ini subjek sedang fokus kepada

pengembangan diri, pendidikan, dan masa depan yang ingin dicapainya.

Faktor utama yang mendukung proses resiliensi adalah kekuatan dari dalam diri, seperti keyakinan spiritual, pikiran positif, dan harapan masa depan. Selain itu, keterlibatan profesional seperti psikolog dan lingkungan baru juga memberi kontribusi positif. Mengutip dari penelitian yang dilakukan oleh Sayidah yang menyatakan bahwa resiliensi dalam diri individu dapat berkembang dengan baik dengan adanya peran dari banyak pihak, salah satunya melalui dukungan sosial dan keluarga. Sementara dukungan sosial dari keluarga atau masyarakat kurang dominan dalam kasus ini, kemungkinan karena adanya stigma sosial yang membuat korban enggan untuk terbuka. Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menegaskan bahwa resiliensi bukan hanya bergantung pada faktor eksternal, tetapi lebih banyak ditentukan oleh daya juang internal individu dalam merespon pengalaman traumatis yang dialaminya.

## **Simpulan**

Berdasarkan temuan penelitian didapatkan kesimpulan bahwa pelecehan seksual yang diterima oleh masing-masing subjek memiliki bentuk yang berbeda-beda, mulai dari bentuk verbal, non verbal, hingga fisik. Masing-masing subjek menjelaskan bahwa pelecehan seksual berhasil memberikan dampak besar dan perubahan yang signifikan kepada kehidupan subjek. Tidak hanya dampak psikis berupa stress dan ketakutan berlebih, dampak perilaku dan fisik juga dirasakan sehingga subjek mengalami sakit akibat dari menurunnya nafsu makan. Resiliensi psikologi memiliki peran yang sangat penting dalam proses pemulihan perempuan yang menjadi korban pelecehan seksual. Faktor-faktor dari dalam diri, seperti keyakinan spiritual, dan dorongan untuk bangkit, memberikan kontribusi besar dalam membantu korban mengatasi dampak trauma yang mereka alami. Melalui proses resiliensi, perempuan korban kekerasan seksual mampu menerima kondisi diri, membangun kembali rasa percaya diri, serta melanjutkan hidup dengan sikap yang lebih optimis. Secara menyeluruh, resiliensi terbukti menjadi kekuatan utama yang memungkinkan para korban untuk bertahan, pulih, dan tumbuh setelah mengalami pengalaman traumatis. Temuan ini menekankan pentingnya penguatan aspek internal sebagai upaya untuk membantu korban melewati masa sulit dan membangun kehidupan yang lebih baik ke depannya.

## **Daftar Pustaka**

- Anggito, A., & Setiawan, J. (2018). *Metodologi penelitian kualitatif*. CV Jejak (Jejak Publisher).
- Cholilah, I. R. (2023). *Resiliensi Psikologis Perempuan yang Mengalami Kekerasan dalam Berpacaran (Studi Kasus pada Mahasiswa Universitas Islam Negeri Kiai*

- Haji Achmad Siddiq Jember). *Psychospiritual: Journal of Trends in Islamic Psychological Research*, 2(2), 125-130.
- Colier, R. (1998). Pelecehan Seksual Hubungan Dominasi Masyarakat dan Minoritas. *Yogyakarta: PT. Tiara Yogya*. Coulson, R. (2006). *Resilience and Self-Talk in University Student*. Hlm. 5.
- Creswell, J. W. (2009). Research designs. *Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches*.
- DetikNews (2024), Komisi Nasional Anti Kekerasan Terhadap Perempuan (KOMNAS) Indonesia.
- Esakkiraj, P., Prabakaran, G., Maruthiah, T., Immanuel, G., & Palavesam, A. (2016). Purification and characterization of halophilic alkaline lipase from *Halobacillus* sp. *Proceedings of the National Academy of Sciences, India Section B: Biological Sciences*, 86, 309-314.
- Farley, L. 1978. *Sexual Shakedown: The Sexual Harassment of Women on The Job*. New York: McGraw Hill.
- Fitriani, A. (2023). Pengaruh Penyesuaian Diri dan Dukungan Sosial terhadap Stres Akademik pada Santri Baru Pondok Pesantren Ibnu Kholdun Al-Hasyimi Besuki Situbondo. *Psychospiritual: Journal of Trends in Islamic Psychological Research*, 2(2), 131-142.
- Hendriani, W. (2018). *Resiliensi psikologis: sebuah pengantar*. Kencana.
- Karlina, A., & Prabowo, H. (2014). Pelecehan seksual di angkutan krl ekonomi dari perspektif pelaku. In *The 17th FSTPT International Symposium, August* (pp. 22-24).
- Kase, A. D., Sukiatni, D. S., & Kusumandari, R. (2023). Resiliensi Remaja Korban Kekerasan Seksual di Kabupaten Timor Tengah Selatan: Analisis Model Miles dan Huberman. *INNER: Journal of Psychological research*, 3 (2), 301-311.
- Kumaradewi, A. P., & Winta, M. V. (n.d.). Resiliensi pada Korban Pelecehan Seksual. *Fakultas Psikologi, Universitas Semarang*.
- Masten, A. S., & Reed, M. G. J. (2002). Resilience in development. *Handbook of positive psychology*, 74, 88.
- Muhammad K Soehardiman, Berliana W Scarnovi, Laelatus S Sari, "Studi Fenomenologi Resiliensi Pada Perempuan Korban Kekerasan Seksual", *Jurnal Ilmiah Psikologi Candradiwa* (2024), Vol.9 No.1, 28-43.
- Nashori, F., & Saputro, I. (2021). *Psikologi resiliensi*. Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia.
- N.K. Endah Trwijati, Pelecehan Seksual : Tinjauan Psikologis, fakultas psikologi Universitas Surabaya, *Savy Amira Women's Crisis Center*.
- Reivich, K., & Shatté, A. (2002). *The resilience factor: 7 essential skills for overcoming life's inevitable obstacles*. Broadway books.
- Salsabila, A. Y., & Hadi, S. (2022). Hubungan antara Coping Religiusitas dengan Kecemasan Narapidana Menjelang Masa Bebas di Lembaga Pemasyarakatan Kelas II A Kabupaten Banyuwangi. *Psychospiritual: Journal of Trends in*

*Islamic Psychological Research*, 1(1), 10-24.

Soehardiman, M. K., Scarvanovi, B. W., & Agustina, L. S. (2024). Studi Fenomenologi Resiliensi pada Perempuan Korban Kekerasan Seksual. *Jurnal Ilmiah Psikologi Candrajiwa*, Vol. 9, No. 1, 28-43.

Sugiyono. (2007). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: CV ALFABETA.