



HUBUNGAN KEPERIBADIAN HARDINESS DAN RESILIENSI PADA WANITA DEWASA AWAL YANG MENGALAMI KEKERASAN DALAM RUMAH TANGGA

Aji Pratama Budiyo*, IGAA Noviekayanti, Amherstia Pasca Rina

*Corresponding Author:

Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

Email:

* ajipratama.polrilnd@gmail.com
 ekayatinovi@gmail.com
 pascarina@untag-sby.ac.id

Abstrak. Hampir di setiap Negara angka Kekerasan pada wanita meningkat, dimana menyebabkan kerugian bagi jutaan perempuan dan keluarga. Pada wanita dewasa awal yang mengalami KDRT, seringkali terjadi penyesuaian pola kehidupan untuk mengelola stres. Penelitian bertujuan untuk mengetahui hubungan kepribadian hardiness dan resiliensi pada wanita dewasa awal yang mengalami KDRT. Metode penelitian menggunakan kuantitatif korelasional dengan snowball sampling. Subjek penelitian 115 wanita dewasa awal usia 20-40 tahun korban KDRT. Hasil uji analisis dengan Product Moment Pearson dengan program IBM SPSS 28 for window $P=0,781$ dengan nilai signifikansi (sig.2 tailed) $p=0,001$ atau 0,1 persen dimana $p < 0,05$ menyatakan ada hubungan positif antara kepribadian hardiness dengan resiliensi wanita dengan KDRT. Hipotesis penelitian dapat diterima dan dapat disimpulkan bahwa ada hubungan kepribadian hardiness dan resiliensi pada wanita dewasa awal yang mengalami kekerasan dalam rumah tangga.

Kata Kunci: Resiliensi, Kepribadian hardiness, Wanita dewasa awal, KDRT

Abstract. Women's violence is currently increasing in almost every country and causing harm to millions of women and families. In early adult women of domestic violence, there is often an adjustment in her new life to manage stress. The purpose of this study was to determine a positive relationship between hardiness personality and resilience in early adult women of domestic violence. The research design uses quantitative correlational with snowball sampling. The subjects in this study were 115 early adult women aged 20-40 years who had experienced domestic violence. Data analysis results using Pearson Product Moment parametric with IBM SPSS 28 for Windows program. The results obtained are $P=0.781$ with a significant value (sig. 2 tailed) of $p=0.001$, where $p<0.05$, which states that there is a positive relationship between hardiness and the resilience of victims of domestic violence. The research hypothesis can be accepted and it can be concluded that there is a relationship between the personality traits of hardiness and resilience in early adult women who experience domestic violence..

Keywords: Resilience, Hardiness Personality, Early Women Adult, Domestic Violence

PENDAHULUAN

Isu kekerasan terhadap perempuan dinilai sebagai issue global, dimana bukan hanya berdampak pada masalah kesehatan saja, namun juga menimbulkan masalah psikologis, serta masalah sosial yang ditimbulkan, bahkan perempuan sering mendapatkan diskriminasi dan stereotip antar gender, baik perempuan dewasa, anak perempuan atau remaja. Menurut Aprilianda dan Krisnani (2021),

dalam penelitiannya menunjukkan bahwa budaya patriarki menjadi salah satu faktor dari banyaknya perlakuan diskriminatif terhadap perempuan yang terjadi sampai saat ini. Diskriminatif yang sering dilakukan disebabkan karena susunan kekuasaan pada berbagai aspek seringkali didominasi oleh laki-laki (Apriliandra and Krisnani 2021).

Survei angka populasi yang dilakukan oleh WHO, berdasarkan laporan dari para penyintas memberikan

sudut pandang tentang prevalensi kekerasan yang dilakukan oleh pasangan dan terjadinya kekerasan seksual terhadap perempuan. Analisa data prevalensi 2018 tentang kekerasan terhadap perempuan, terhitung mulai 2000-2018 di 161 negara, berdasarkan WHO atas nama kelompok kerja PBB, menemukan bahwa di seluruh dunia, hampir 1 dari 3 atau 30% perempuan telah mengalami kekerasan fisik atau seksual oleh pasangan atau yang bukan pasangannya sejak usia 15 tahun (World Health Organization 2021). Kekerasan dalam rumah tangga di Indonesia merupakan bentuk kekerasan terhadap gender yang selama ini terjadi pada perempuan dan disebabkan oleh adanya konstruksi di masyarakat (Kodir, F.A & Mukarnawati 2013).

Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia merilis laporan data yang diinput pada tanggal 1 Januari 2022 hingga tanggal

12 April 2022, menunjukkan bahwa hasil persentase detail korban perempuan berdasarkan kelompok umur menunjukkan bahwa kasus tertinggi pada kelompok usia 25-44 tahun sebesar 31,1% yang dimana ini merupakan kategori dewasa awal (PPA 2022). Hurlock mengemukakan bahwa masa dewasa awal berlangsung dari usia 20-40 tahun. Pada usia ini sering terjadi penyesuaian terhadap pola kehidupan baru dan harapan-harapan sosial dalam masyarakat. Tidak dipungkiri dalam masa dewasa awal sangat rentan mengalami permasalahan dan kekerasan, hal ini bisa saja dipengaruhi oleh faktor internal maupun eksternal, seperti faktor lingkungan, masyarakat, teman sebaya dan lainnya (Hurlock 1996).

Bentuk kekerasan yang didapatkan para penyintas KDRT rata-rata memiliki kesamaan yaitu kekerasan psikis secara verbal, kekerasan fisik dan juga kekerasan ekonomi. Dalam menghadapi permasalahan tersebut dibutuhkan sebuah proses aktif dalam memutuskan, memperkuat diri dan tetap melaksanakan perubahan, dimana kondisi ini diistilahkan dengan resiliensi. Pada dasarnya setiap orang memiliki tingkat resiliensi yang berbeda antara satu dan lainnya, tidak terkecuali pada penyintas KDRT.

Proses resiliensi para penyintas KDRT saat mengalami peristiwa, cenderung mengalah, bertahan (survival), pemulihan (recovery) dan berkembang pesat (thriving). Para penyintas percaya bahwa mereka mampu melewati permasalahan. Keyakinan ini mampu membuat para penyintas resilien, dengan membawa pengalaman yang telah terjadi sebagai pelajaran kehidupan yang akan datang (Zuhrotul Azizah 2021).

Dinamika psikologis responden dalam menjalani

rumah tangganya yang diawali dengan keterpurukan, tetapi mampu memutuskan untuk bangkit, kemudian menghadapi, mampu memperkuat diri dan tetap melaksanakan perubahan sehubungan dengan cobaan yang sedang dialaminya, walaupun merasakan kemarahan, kesedihan, dan penyesalan dapat diistilahkan dengan resiliensi (Fransisca, Dewi & Vonny 2004). Hal ini sejalan dengan Reivich & State (2002) menyebutkan bahwa resiliensi merupakan proses merespon sesuatu dengan cara yang sehat dan produktif ketika berhadapan dengan kesengsaraan (adversity) atau trauma, terutama untuk mengendalikan tekanan hidup sehari-hari (Reivich, K; Shatte 2002).

Charney menjelaskan bahwa resiliensi adalah sebuah proses beradaptasi, baik dalam situasi trauma, tragedi, ataupun kejadian lainnya yang mungkin dapat menimbulkan stres (Mahmood and Ghaffar 2014). Resiliensi menggambarkan cara individu untuk pulih dari kemunduran atau trauma, serta bagaimana individu tersebut mampu mengatasi tantangan dalam hidup (Eley et al. 2013). Menurut Reisnick dalam buku Health Psychology terdapat empat faktor yang mempengaruhi resiliensi pada individu, yaitu self esteem, dukungan sosial, emosi positif dan spiritualitas. Salah satu faktor yang dapat meningkatkan resiliensi pada individu dalam spiritualitas adalah sebuah ketabahan atau ketangguhan (hardiness) (Taylor 2015).

Maddi dan Kobasa (1982) menyatakan hardiness merupakan karakteristik kepribadian yang dapat membantu untuk melindungi individu dari pengaruh negatif stres. Maka, seseorang yang memiliki hardiness yang tinggi maka dapat terhindar dari perilaku mal adaptif dan lebih memaknai stres pada hal yang positif (Kobasa et al. 1982). Pada penelitian sebelumnya menyatakan bahwa individu dengan hardiness cenderung mampu beradaptasi lebih cepat terhadap stres ketika individu tersebut mampu mengelola emosinya dengan baik (self-regulation), dimana self-regulation merupakan kemampuan individu untuk tetap merasa tenang meskipun sedang berada dalam tekanan sehingga individu tersebut mampu untuk membentuk resiliensi dalam dirinya (Dawenan et al. 2016).

Baik hardiness maupun resiliensi sama-sama merupakan aspek psikologis yang terdapat dalam diri individu, di mana hardiness mengacu pada kepribadian yang dimiliki individu, sedangkan resiliensi lebih mengarah kepada proses adaptasi yang positif ketika individu sedang mengalami stres atau tekanan. Peneliti dalam hal ini ingin mengetahui hubungan dari kepribadian hardiness dan resiliensi

yang terbentuk pada korban KDRT wanita dewasa awal. Semoga kedepannya baik pembaca atau peneliti selanjutnya dapat membuka diri terkait ketimpangan gender yang masih sering terjadi di sekitar kita.

METODE

Penelitian ini menggunakan Desain penelitian kuantitatif dengan menggunakan teknik pengambilan sampel non probability sampling, yaitu pengambilan sampel tidak dipilih secara acak (random) karena peneliti menyesuaikan dengan karakteristik sampel yang ingin diteliti (Sunnyoto 2011). Teknik yang ditentukan oleh peneliti adalah snowball sampling, mengingat isu yang diangkat sensitive dan belum terbukanya masyarakat Indonesia dengan kasus KDRT yang ada di sekitar. Jumlah total sampel 115 partisipan berhasil dikumpulkan dan bersedia mengisi angket google form yang berisikan kuesioner alat ukur hardiness dan resiliensi. Angket disebar mulai tanggal 9 hingga 29 Juni 2022.

Dalam penelitian ini untuk skala hardiness, menggunakan indikator dari teori Kobasa dalam Amalia, 2017. Adapun tiga aspek yang membentuk adalah commitment, control, dan challenge. Pada masing-masing aspek terdapat 2 hingga 3 indikator sehingga total aitem pernyataan sejumlah 28.

Tabel 1. Blueprint Skala *Hardiness*

No	Aspek	Indikator	Total
1	<i>Commitment</i>	Terlibat dalam kegiatan aktivitas sehari-hari	4
		Memiliki keingintahuan di seluruh dunia termasuk masyarakat	4
2	<i>Control</i>	Percaya bahwa apa yang dilakukan berpengaruh pada dirinya	4
		Percaya bahwa apa yang dilakukan memberikan pengaruh pada orang lain	4
3	<i>Challenge</i>	Mampu menemukan peluang	4
		Menyukai tantangan	4
		Memiliki keinginan yang kuat	4
Total Item			28

Uji validitas item skala hardiness ini menggunakan metode *corrected item-total correlation* dalam program IBM SPSS 28 for Windows untuk mencari korelasi aitem dengan skor total. Korelasi aitem dengan skor total yang baik atau tinggi ditunjukkan dengan skor total minimal 0,300, artinya aitem dapat diterima. Setelah dilakukan uji diskriminasi terhadap

aitem hardiness sebanyak satu putaran, dari 28 aitem diperoleh 21 aitem yang valid yang berkisar antara 0,388 sampai 0,643. Untuk mengukur reliabilitas alat ukur pada variabel hardiness ini, peneliti menggunakan program IBM SPSS 28 for windows dengan formula Alpha Cronbach. Uji reliabilitas sebanyak satu kali putaran analisis dengan total aitem valid sebanyak 21 aitem. Hasil yang diperoleh adalah sebesar 0,889.

Skala resiliensi menggunakan skala yang diadaptasi dari Nur Jannah, 2018 dan telah dimodifikasi oleh peneliti berdasarkan aspek-aspek resiliensi yang dikemukakan oleh Revich dan Shatte yakni regulasi emosi, pengendalian impuls, optimism, causal analysis, empati, self-efficacy, dan reaching out. Pada skala ini masing-masing aspek memiliki 4 aitem pernyataan, sehingga total ada 28 aitem.

Tabel 2. Blueprint skala Resiliensi

No	Aspek	Indikator	Total
1	Regulasi emosi	Mampu mengatur emosi, atensi dan perilaku serta tetap tenang di bawah kondisi yang menekan	4
2	Pengendalian impuls	Mampu untuk mengendalikan keinginan, dorongan, kesukaan dan tekanan	4
3	Optimisme	Memandang masalah secara positif dan berpikir optimis	4
4	<i>Causal Analysis</i>	Mampu untuk mengidentifikasi penyebab permasalahan	4
5	Empati	Mampu menempatkan diri pada posisi orang lain, ikut merasakan apa yang dirasakan orang lain	4
6	<i>Self-efficacy</i>	Yakin mampu untuk memecahkan masalah	4
7	<i>Reaching out</i>	Mampu meningkatkan aspek-aspek positif dalam kehidupan, berani mengatasi kekuatan yang mengancam	4
Total Item			28

Uji validitas item skala resiliensi ini menggunakan metode *corrected item-total correlation* dalam program IBM SPSS 28 for Windows untuk mencari korelasi aitem dengan skor total. Setelah dilakukan uji diskriminasi terhadap aitem resiliensi sebanyak satu putaran, dari 28 aitem diperoleh 23 aitem yang valid yang berkisar antara 0,354 sampai 0,637. Untuk

mengukur reliabilitas alat ukur pada penelitian ini, peneliti menggunakan program IBM SPSS 28 for windows dengan formula Alpha Cronbach. Untuk mengetahui reliabilitas dari aitem skala resiliensi, uji reliabilitas sebanyak satu kali putaran analisis dengan total aitem valid sebanyak 23 aitem. Hasil yang diperoleh adalah sebesar 0,888.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Dalam proses melakukan analisa data menggunakan program statistik IBM SPSS 28 for Windows. Peneliti menggunakan tiga tingkatan untuk mengkategorikan sampel pada masing-masing variabel, yaitu tinggi, sedang dan rendah.

Tabel 3. Hasil Analisa Deskriptif

Variabel	N	Mean	Std. Deviasi
Resiliensi	115	70,24	11,335
Hardiness	115	65,116	10,157
Valid N (Listwise)	115		

Dalam rentang waktu yang ditentukan oleh peneliti, maka didapatkan 115 sampel, dimana seluruhnya merupakan wanita dewasa awal rentang usia 20 hingga 40 tahun, dengan rincian usia, responden berusia 26-30 tahun sebanyak 46 dengan persentase 40%, kemudian responden berusia 20-25 tahun sebanyak 27 dengan persentase 23,5%, selanjutnya pada usia 31-35 tahun sebanyak 26 dengan persentase 22,6% dan terakhir responden minoritas sebanyak 16 dengan persentase 13,9% pada usia 36-40 tahun. Selain itu, didapatkan data responden yaitu wanita dewasa awal yang bekerja sebanyak 64 dengan persentase 55,6% dan responden wanita dewasa awal yang tidak bekerja sebanyak 51 dengan persentase 44,4%.

Tabel 4. Frekuensi dan Persentase Variabel Resiliensi

Kategori	Norma	Frekuensi	Persentase
Tinggi	$X \geq 81$	18	15,6%
Sedang	$59 < X < 81$	84	73,1%
Rendah	$X < 59$	13	11,3%

Mengacu pada data yang telah dianalisis, ditemukan nilai mean pada variabel resiliensi adalah 70 yang artinya resiliensi pada wanita dewasa awal yang mengalami KDRT di tingkat sedang dengan jumlah responden sebanyak 84 dengan persentase 73,1%, terdapat 18 responden berada di posisi tingkat tinggi, dan 13 responden dengan persentase 11,3% yang menduduki tingkat rendah. Resiliensi dapat

diartikan proses merespon sesuatu dengan cara yang sehat dan produktif ketika berhadapan dengan kesengsaraan (adversity) atau trauma, terutama untuk mengendalikan tekanan hidup sehari-hari (Reivich, K; Shatte 2002).

Tabel 5. Frekuensi dan Persentase Variabel *Hardiness*

Kategori	Norma	Frekuensi	Persentase
Tinggi	$X \geq 75$	20	17,3%
Sedang	$55 < X < 75$	81	70,4%
Rendah	$X < 55$	14	12,3%

Mengacu pada data yang telah dianalisis, ditemukan nilai mean pada variabel *hardiness* adalah 65 yang artinya *hardiness* pada wanita dewasa awal yang mengalami KDRT di tingkat sedang dengan jumlah responden sebanyak 81 dengan persentase 70,4%, terdapat 20 responden berada di posisi tingkat tinggi, dan 14 responden dengan persentase 12,3% yang menduduki tingkat rendah.

Selanjutnya, uji normalitas dilakukan untuk menguji apakah pada suatu model regresi, suatu variabel independen dan variabel dependen ataupun keduanya mempunyai distribusi normal atau tidak normal. Berdasarkan hasil dari uji normalitas didapatkan hasil variabel resiliensi sebesar 0,365 dan variabel *hardiness* sebesar 0,336, maka data yang telah diuji dinyatakan berdistribusi normal jika *Asym-Sig* (2-tailed) hasil perhitungan Kolmogorov-Smirnov $p > 0,05$. Selanjutnya pada uji linieritas, didapatkan nilai signifikansi sebesar 0,254, dimana nilai signifikansi $> 0,05$. Artinya, terdapat hubungan linier secara signifikan antara variabel *hardiness* dan variabel resiliensi.

Tabel 6. Analisa Hipotesis *Hardiness* dan Resiliensi

Correlations			
		Resiliensi	Hardiness
Resiliensi	Pearson	1	.781**
	Correlation		
	Sig. (2-tailed)		<.001
Hardiness	N	115	115
	Pearson	.781**	1
	Correlation		
	Sig. (2-tailed)	<.001	
	N	115	115

Berdasarkan nilai koefisiensi yang telah dipaparkan diatas 0,781 dengan tingkat signifikansi (sig.2 tailed) $< 0,001$ atau 0,1%, maka H_a diterima dan H_o ditolak. Melihat dari data yang telah didapatkan, maka terdapat hubungan yang signifikan antara

resiliensi dengan hardiness pada wanita dewasa awal yang mengalami kekerasan dalam rumah tangga.

Pembahasan

Pada penelitian lain di tahun 2018 terkait kepribadian hardiness dengan stress yang terjadi akibat pekerjaan pada 72 sampel penelitian saat mengikuti kegiatan gerakan Indonesia Mengajar usia dewasa muda dengan rentang 22 hingga 29 tahun, maka terbukti pengaruh negatif terjadi antara 2 variabel ($P < 0,05$) dimana semakin tinggi ketangguhan yang individu tersebut miliki maka stress kerja dapat diminimalisir (Pancarani 2018). Pada variabel resiliensi pada wanita dewasa awal pasca perceraian, juga diteliti di Semarang dengan pendekatan fenomenologis. Dari Ketiga subyek berhasil berada pada kondisi pulih kembali pada fungsi psikologis dan emosi secara wajar dan dapat beradaptasi terhadap kondisi yang menekan, meskipun masih menyisihkan efek dari perasaan yang negatif. Hal ini terjadi karena tingkat religiusitas tinggi, tingkat pendidikan, lama masa perceraian, dan jumlah anak yang dimiliki termasuk dalam faktor pelindung subyek yang mendukung dalam mengembangkan resiliensi dengan optimal (Sasongko et al. 2016).

Pada variabel *hardiness* ditemukan prosentase sebanyak 17,3% dengan kategori tinggi, sedangkan pada variabel resiliensi 15,6% dengan kategori tinggi. Hal ini sejalan dengan hasil wawancara pada wanita korban KDRT yang saat ini telah bangkit dan mampu menginspirasi wanita lainnya di salah satu komunitas di Surabaya. Dari proses KDRT yang saat itu pernah ia alami, awalnya trauma muncul ketika melihat atau mendengar istilah kekerasan, namun komitmen yang ia tunjukkan dengan dukungan keluarga dan lingkungan sekitar, ia mampu bangkit dan melibatkan dirinya dengan kegiatan serta menjadi seorang aktivis anti kekerasan pada wanita.

Hal ini sesuai dengan karakteristik individu yang dikemukakan oleh Kobasa, komitmen yang ditunjukkan dengan mengikuti aktivitas yang berhubungan dengan diri mereka sendiri maupun orang lain yang ada di sekitarnya (Kobasa 1979; Rahmawan, 2010). Kemudian responden juga menyampaikan, ketika ia berhasil melawan traumanya maka optimisme dalam menjalani kehidupan ditunjukkan dengan semangat yang ia lakukan dalam menjalani rutinitas kehidupan. Karakter individu yang resilien sesuai dengan ungkapan Reivich and Shatter yakni individu yang optimistik dan realistik. Dengan kata lain wanita yang mampu melewati proses KDRT yang dialami dengan berbagai kegiatan sehari-hari maupun sosial dalam keluarga dan masyarakat

hingga dapat menginspirasi banyak pihak maka akan lebih mudah beradaptasi dengan keadaan dan trauma yang mungkin dialaminya.

Ketika seorang wanita dewasa awal memiliki kepribadian hardiness yang tinggi maka ketika dihadapkan suatu masalah atau situasi yang menekan, ia akan cenderung resilien, karena ketika menghadapi masalah ia tidak hanya melibatkan diri dan mengendalikan yang terjadi pada dirinya tetapi berupaya dan memiliki daya juang untuk memecahkan masalah atau mengatasi keterpurukan serta bangkit dari situasi yang menekan tersebut, sehingga dapat dikatakan bahwa wanita dewasa awal yang memiliki kepribadian hardiness yang tinggi maka ia dapat menghadapi, mengendalikan, dan memecahkan berbagai masalah dengan baik, dibandingkan dengan wanita dewasa awal yang memiliki kepribadian hardiness yang rendah.

Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa hardiness berkorelasi positif dengan resiliensi. Sesuai dengan hipotesa penelitian bahwa semakin tinggi hardiness yang dimiliki oleh wanita dewasa awal yang ditunjukkan dengan adanya keterlibatan penuh dalam aktifitas sehari-hari, memiliki prioritas dan tujuan dalam hidup, mampu mengontrol diri, serta menyukai tantangan, maka semakin tinggi pula resiliensinya yang ditunjukkan dengan mampu mengatasi stres, optimistik, serta realistik.

Semua kekerasan merupakan sebuah kondisi yang menekan (*significant adversity*). KDRT yang terjadi tentu saja menimbulkan dampak, baik fisik maupun psikis, yang kemudian membuat individu tersebut berada dalam 2 (dua) kondisi yang harus dipilih oleh penyintasnya, kondisi pertama mengilustrasikan bahwa penyintas terus berada dalam lingkaran kekerasan dan kondisi kedua memunculkan perilaku untuk memutus rantai kekerasan dengan mampu untuk melawan kekerasan. Kondisi yang pertama membuat penyintas merasa tidak berdaya, tidak mampu untuk resilien, dan kondisi kedua mampu membuat penyintas berdaya kembali serta bangkit dari keterpurukan pasca mengalami kesengsaraan yang begitu lama prosesnya.

Sebuah upaya yang terwujud dari peristiwa KDRT yang telah dialami individu dapat disebut sebagai resiliensi. Peristiwa ini menjadi sebuah titik kebangkitan wanita dewasa awal setelah tuntas mengeksplorasi diri untuk lebih percaya pada kemampuannya. Wanita yang memiliki resiliensi akan mampu beradaptasi dengan memiliki alternatif-alternatif pemecahan masalah yang dihadapi dan menjadi sosok pribadi yang positif. Kepribadian ini melahirkan sosok wanita tangguh atau *hardiness*

dengan kemampuan persepsi mumpuni dalam menghadapi suatu masalah dan mampu mengontrol terhadap situasi yang menimbulkan stres sehingga dapat mengurangi efek negatif yang dihadapi.

Kelemahan dalam penelitian ini, adalah menjaring sampel dalam dunia maya, sehingga keaslian cerita hanya responden yang mengetahui, sehingga jika kedepannya dilakukan penelitian yang sejenis maka proses pencarian responden dapat dilakukan secara langsung demi mendukung hasil penelitian.

KESIMPULAN SARAN

Kesimpulan

Penelitian ini menghasilkan sebuah temuan yaitu adanya hubungan kepribadian *hardiness* dan resiliensi pada wanita dewasa awal yang mengalami kekerasan dalam rumah tangga. Artinya bahwa semakin tinggi *hardiness* yang dimiliki oleh wanita dewasa awal ditunjukkan dengan adanya keterlibatan penuh atau komitmen dalam aktifitas sehari-hari, memiliki tujuan dalam hidup, mampu mengontrol diri, dan menyukai tantangan, maka semakin tinggi pula resiliensinya yang mana hal tersebut mampu mengendalikan emosi, mengatasi stres, menumbuhkan rasa optimis, dan dapat menganalisis penyebab masalah dengan tidak menyalahkan orang lain atas masalah yang dialaminya.

Saran

Bagi peneliti selanjutnya dapat meningkatkan taraf penelitian pada titik poin pengaruh, sehingga kedepannya pengukuran signifikansi bukan hanya pada hubungan saja. Diluar pandemi, jika kondisi kondusif semoga peneliti selanjutnya dapat bertatap muka langsung dengan lebih leluasa pada responden sehingga dapat memberikan edukasi terkait jenis-jenis KDRT yang tanpa sadar kerap dialami, namun banyak korban yang bungkam karena merasa sebuah aib keluarga. Dengan demikian diharapkan kesiapan korban untuk menjadi subjek penelitian lebih dapat terkontrol.

Dengan adanya permasalahan rumah tangga, diharapkan wanita dewasa awal yang mengalami KDRT mampu menghadapi dan mengontrol masalah sehingga menumbuhkan kepribadian yang tangguh (*hardiness*). Selain itu, wanita dewasa awal dapat mengikuti kegiatan positif di dalam rumah atau diluar rumah untuk meningkatkan resilien dan *hardiness* dalam dirinya seperti mengikuti komunitas sehingga mampu mengendalikan emosi, mengatasi stres, menumbuhkan rasa optimis, dan dapat menganalisis penyebab masalah dengan tidak menyalahkan orang lain atas masalah yang dialaminya.

Dengan adanya penelitian ini, diharapkan wanita korban KDRT dapat bangkit dengan meibatkan diri dalam kegiatan-kegiatan sehari-hari maupun sosial bermasyarakat. Diharapkan para wanita dewasa awal memiliki *support system* dari internal maupun eksternal, supaya dapat bertahan, bangkit dan mampu mengambil pembelajaran terbaik untuk bekal kehidupan selanjutnya. Jika memang kita sudah mengetahui kevalidan dari suatu permasalahan rumah tangga seseorang, berusaha untuk meningkatkan dukungan pada korban. Sekecil kita mau mendengarkan cerita tanpa menjudge korban terlebih dahulu, cukup bisa membantu memulihkan kondisi psikis dari korban KDRT. Perlahan proses adaptasi yang ditumbuhkan dari korban dapat terus kita support. Menjadi sosok yang Amanah dalam menyimpan cerita korban juga sangat diperlukan dalam situasi ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia. (2017). Pengaruh *hardiness* dan efikasi diri terhadap regulasi diri. *Psikoborneo* [Internet]. 5(4):521–530. <http://e-journals.unmul.ac.id/index.php/psikoneo/article/view/4470>
- Apriliandra S, Krisnani H. (2021). Perilaku Diskriminatif Pada Perempuan Akibat Kuatnya Budaya Patriarki Di Indonesia Ditinjau Dari Perspektif Konflik. *J Kolaborasi Resolusi Konflik*. 3(1):1. <https://doi.org/10.24198/jkrk.v3i1.31968>
- Dawenan RC, Akbar SN, Yuniarrahmah E. (2016). Hubungan Antara Regulasi Emosi Dengan *Hardiness* Pada Atlet Mahasiswa Di Banjarbaru. *J Ecopsy*. 1(4). <https://doi.org/10.20527/ecopsy.v1i4.505>
- Eley DS, Robert Cloninger C, Walters L, Laurence C, Synnott R, Wilkinson D. (2013). The relationship between resilience and personality traits in doctors: Implications for enhancing well being. *PeerJ*. 2013(1). <https://doi.org/10.7717/peerj.216>
- Fransisca, Dewi & Vonny M. (2004). Hubungan antara resiliensi dengan depresi pada perempuan pasca pengangkatan payudara (mastektomi). *J Psikol*. 2(2):101–120.
- Hurlock E. (1996). *Psikologi Perkembangan*. Jakarta: Erlangga.
- Kobasa SC. (1979). Stressful Life Events, Personality, and Health: An Inquiry Into *Hardiness*. *Personal Soc Psychol*. 59(1):16–20. <https://doi.org/10.1007/BF00263951>
- Kobasa SC, Maddi SR, Kahn S. (1982). *Hardiness* and health: A prospective study. *J Pers Soc Psychol*. 42(1):168–177. <https://doi.org/10.1037/0022->

3514.42.1.168

- Kodir, F.A & Mukarnawati U. (2013). *Referensi bagi hakim peradilan agama tentang kekerasan dalam rumah tangga*. Jakarta: Komisi Nasional Anti Kekerasan terhadap Perempuan.
- Mahmood K, Ghaffar A. (2014). The Relationship between Resilience, Psychological Distress and Subjective Well- Being among Dengue Fever Survivors. *Glob J Human-Social Sci*. 14(10):12–20.
- Nur Jannah. (2018). Hubungan antara hardiness dengan resiliensi pada narapidana di lembaga pemasyarakatan klas II A perempuan malang. *Skripsi*. Universitas Muhammadiyah Malang
- Pancarani N. (2018). Pengaruh Kepribadian Tahan Banting (Hardiness) terhadap Stres Kerja pada Pengajar Muda di Gerakan Indonesia Mengajar. *Skripsi*. Universitas Negeri Jakarta
- PPA K. (2022). No Title. SIMFONI-PPA [Internet]. [accessed 2022 Apr 12]. <https://kekerasan.kemenpppa.go.id/ringkasan%0A>
- Rahmawan, T. (2010). Pengaruh Dukungan Sosial terhadap Hardiness Remaja di Panti Asuhan Putra Muhammadiyah Kota Malang. *Skripsi, tidak diterbitkan*. Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
- Reivich, K; Shatte A. (2002). *The Resilience Factor: 7 Keys to Finding Your Inner Strength And Overcome Life's Hurdles*. New York: Broadway Books.
- Sasongko RD, N.R.H F, K IF. (2016). Resiliensi pada Wanita Usia Dewasa Awal pasca Perceraian di Sendangmulyo, Semarang. *Pract Qual Res*.:119–148.
- Sunyoto D. (2011). *Analisis Data untuk Penelitian Kesehatan*. Cetakan I. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Taylor S. (2015). *Health Psychology (9th ed)*. New York: McGraw-Hill Education.
- World Health Organization. (2021). *Violence against women prevalence estimates, 2018*. [place unknown].
- Zuhrotul Azizah. (2021). Upaya Resiliensi Perempuan Penyintas Kekerasan Dalam Rumah Tangga Di Desa Rumbuk Pusat Kecamatan Sakra Kabupaten Lombok Timur. *Skripsi*. Universitas Islam Negeri Mataram