

**KONTRIBUSI *CHARACTER STRENGTHS* TERHADAP RESILIENSI
PEREMPUAN PENYINTAS KEKERASAN SEKSUAL**

SKRIPSI

Pembimbing:

**Umniyah Saleh, S.Psi., M.Psi., Psikolog
Istiana Tajuddin, S.Psi., M.Psi., Psikolog**

Oleh:

**S. Nurul Azizah
C021191048**



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS HASANUDDIN
MAKASSAR
2023**

**KONTRIBUSI *CHARACTER STRENGTHS* TERHADAP RESILIENSI
PEREMPUAN PENYINTAS KEKERASAN SEKSUAL**

SKRIPSI

Diajukan untuk Menempuh Ujian Sarjana
pada Program Studi Psikologi
Fakultas Kedokteran
Universitas Hasanuddin

Pembimbing:

**Umniyah Saleh, S.Psi., M.Psi., Psikolog
Istiana Tajuddin, S.Psi., M.Psi., Psikolog**

Oleh:

**S. Nurul Azizah
C021191048**



**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS HASANUDDIN
MAKASSAR
2023**

**KONTRIBUSI CHARACTER STRENGTHS TERHADAP RESILIENSI
PEREMPUAN PENYINTAS KEKERASAN SEKSUAL**

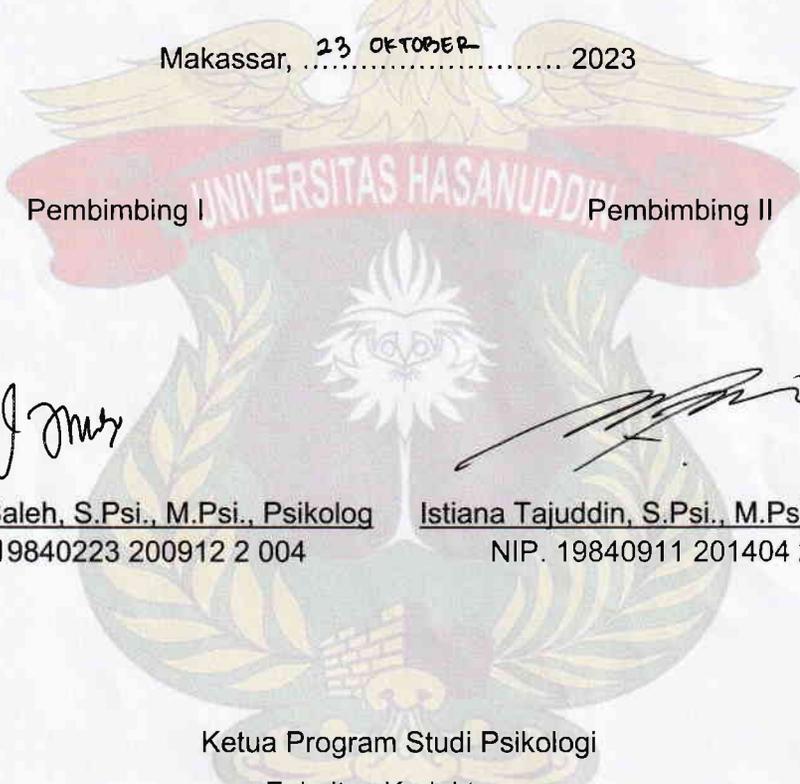
Disusun dan diajukan oleh:

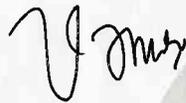
S. Nurul Azizah

C021191048

Telah disetujui dan diajukan di hadapan Dewan Penguji Skripsi
Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin

Makassar, ~~23 OKTOBER~~..... 2023

Pembimbing I  Pembimbing II



Umniyah Saleh, S.Psi., M.Psi., Psikolog
NIP. 19840223 200912 2 004



Istiana Tajuddin, S.Psi., M.Psi., Psikolog
NIP. 19840911 201404 2 001

Ketua Program Studi Psikologi
Fakultas Kedokteran
Universitas Hasanuddin



Dr. Ichlas Nanang Afandi, S.Psi., M.A.
NIP. 19810725 201012 1 004

SKRIPSI
KONTRIBUSI CHARACTER STRENGTHS TERHADAP RESILIENSI
PEREMPUAN PENYINTAS KEKERASAN SEKSUAL

Disusun dan diajukan oleh:

S. Nurul Azizah

C021191048

Telah dipertahankan dalam Sidang Ujian Skripsi
Program Studi Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin
Pada tanggal 25 Oktober 2023

Menyetujui,

Panitia Penguji

No.	Nama Penguji	Jabatan	Tanda Tangan
1.	Dr. Ichlas Nanang Afandi, S.Psi., M.A	Ketua	1. 
2.	Triani Arfah, S.Psi., M.Psi., Psikolog	Anggota	2. 
3.	Umniyah Saleh, S.Psi., M.Psi., Psikolog	Anggota	3. 
4.	Istiana Tajuddin, S.Psi., M.Psi., Psikolog	Anggota	4. 
5.	Nur Syamsu Ismail, S.Psi., M.Si	Anggota	5. 

Mengetahui,

Wakil Dekan

Bidang Akademik dan Kemahasiswaan

Fakultas Kedokteran

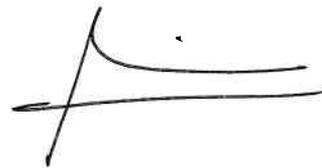
Universitas Hasanuddin



dr. Agussalim Bukhari, M.Clin.Med., Ph.D., Sp. GK(K)
NIP. 19700821 199903 1 001

Ketua Program Studi Psikologi

Fakultas Kedokteran
Universitas Hasanuddin



Dr. Ichlas Nanang Afandi, S.Psi., M.A.
NIP. 19810725 201012 1 004

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya Tulis ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik (sarjana, magister, dan atau doktor), baik di Universitas Hasanuddin maupun di perguruan tinggi lain.
2. Karya Tulis ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali Tim Pembimbing dan masukan Tim Penelaah/Tim Penguji.
3. Dalam Karya Tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini telah saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di perguruan tinggi ini.

Makassar, ^{25 OKTOBER}..... 2023
Yang Membuat Pernyataan



S.Nurul Azizah
NIM. C021191048

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT. atas segala limpahan berkah, petunjuk, dan nikmat-Nya yang tak henti-hentinya sehingga penelitian ini dapat terlaksana dan skripsi ini dapat dirampungkan. Skripsi ini dengan judul “Kontribusi *Character Strengths* terhadap Resiliensi Perempuan Penyintas Kekerasan Seksual” disusun sebagai bentuk pelaporan dari penelitian yang telah dilaksanakan sebagai syarat untuk menyelesaikan studi program sarjana di Prodi Psikologi Fk Unhas. Setiap proses yang telah dilalui peneliti sebagai mahasiswa hingga sampai pada tahap penyusunan skripsi tidak terlepas dari dukungan dan bimbingan berbagai pihak. Pada kesempatan ini, peneliti ingin mengucapkan apresiasi dan terima kasih kepada:

1. Bapak dan Kedua Kakak, serta Ibu dan Ketiga Adik, juga almh. Mama Peneliti sebagai *support system* pertama dan utama dalam segala proses akademik dan kehidupan yang dijalani saat ini dan kedepannya. Terima kasih telah mengisi dunia saya dengan begitu banyak kebahagiaan sehingga seumur hidup tidak cukup untuk menikmati semuanya. Terima kasih atas semua cinta yang telah diberikan kepada saya. Segala perjuangan saya hingga titik ini saya persembahkan kepada keluarga inti saya yang paling berharga dalam hidup saya.
2. Dosen Pembimbing sekaligus Pendamping Akademik, Ibu Umniyah Saleh, S.Psi., M.Psi., Psikolog yang telah meluangkan waktunya untuk membimbing dan memberikan segala arahan serta umpan balik selama proses penyusunan skripsi, juga dukungan yang diberikan selama berproses di Prodi Psikologi FK Unhas. Terima kasih telah menerima kekurangan peneliti dan membimbing peneliti menjadi pribadi yang lebih baik.

3. Dosen Pembimbing, Ibu Istiana Tajuddin, S.Psi., M.Psi., Psikolog yang telah meluangkan waktunya untuk membimbing dan memberikan segala arahan serta umpan balik selama proses penyusunan skripsi.
4. Tim Penguji Skripsi, Ibu Triani Arfah, S.Psi., M.Psi., Psikolog, Bapak Dr. Ichlas Nanang Afandi, S.Psi., M.A, dan Bapak Nur Syamsu Ismail, S.Psi., M.Si atas arahan dan umpan balik yang diberikan menjadi bahan refleksi bagi peneliti untuk perbaikan kedepannya.
5. Ibu Dra. Dyah Kusmarini, Psych dan Bapak Dr. Muhammad Tamar, M.Psi yang telah memberikan pengetahuan dan wawasan, serta menanamkan nilai-nilai yang sangat berharga dan sarat makna.
6. Bapak dan Ibu Dosen Prodi Psikologi FK Unhas yang telah memberikan ilmu dan pelajaran yang sangat berharga kepada peneliti sehingga peneliti memperoleh banyak pelajaran yang dapat dijadikan bekal dalam berproses mencapai fitrah diri.
7. Bapak dan Ibu Tenaga Kependidikan Prodi Psikologi FK Unhas yang telah banyak berperan dalam membantu proses keseharian di prodi, terkhusus kepada Ibu Nur Aswi, S.Pi yang telah memfasilitasi peneliti dalam proses administrasi akademik.
8. Kak Nur Fajar Alfitra, S.Psi., M.Sc., Kak Mario Muhammad Noer Fauzan, S.Psi., dan Kak Ahmad Akbar Jayadi, S.Psi, yang turut membantu proses peneliti selama penyusunan skripsi. Terima kasih atas waktu, dukungan, dan kesabarannya dalam membantu proses peneliti terutama terkait desain dan metode penelitian.
9. Kak Risky Amalia Jamil, S.Psi., M.A., Kak Dwiana Fajriati Dewi, S.Psi., M.Sc., Kak Athina Saraya, S.Psi., M.Sc., dan Kak Fajriah Rahmah B. Arafah, S.Psi, yang turut membantu proses peneliti dalam mengadaptasi alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini.

10. Keluarga Besar dari pihak Bapak dan almh. Mama yang selalu memberikan dukungan kepada peneliti, baik berupa doa maupun finansial.
11. Muaiyadah, S.Psi., Reski Ivana Putri, S.Psi., Miskah Ramdhani M., S.Psi., Nur Hamida Massiongan, S.Psi., Siti Nirmala Kusuma, S.Psi., Ayessa Zereina Maghfira, Puspa Akhlakul Karimah T., Ruhul Fadhilah Az-Zahra, Natasya Pinkan Mapaliey, Andi Atikah Maulidya Iskandar, Angel Natalia Christi, dan Annisa Nur Maulidianti. Terima kasih kepada seluruh makhluk hidup yang selalu berupaya kebersamai proses peneliti, memberi dukungan, meluangkan waktu, memberi umpan balik, dan *always listening-always understanding*. Terima kasih selalu menjadi zona nyaman bagi peneliti.
12. Hayatun Mutmainnah, S.Si., Isnul Arfani Sabhan, S.Pt., dan Sri Rahayu. Terima kasih atas segala dukungan dan cinta yang diberikan kepada peneliti meskipun terpisahkan oleh jarak. Terima kasih selalu menjadi zona nyaman bagi peneliti.
13. Sobat Kiko "Integrity" Psikologi FK Unhas angkatan 2019 yang telah menemani peneliti selama berproses di Prodi Psikologi FK Unhas. Terima kasih atas seluruh kolaborasi dan kenangan yang diberikan selama berproses bersama di Prodi Psikologi FK Unhas.
14. BPO Himapsi FK Unhas Periode 2022/2023, Miskah Ramdhani M., Ayessa Zereina Maghfira, Natasya Pinkan Mapaliey, Muhammad Fathi Hanif, dan Verawaty Mashani. Terima kasih telah kebersamai peneliti dalam berproses menjalankan tanggung jawab dan amanah yang diberikan di Himapsi FK Unhas. Terima kasih atas seluruh kolaborasi dan kenangan yang diberikan selama berproses bersama di Himapsi FK Unhas.
15. Kakak dan teman-teman sesama Mahasiswa Prodi Psikologi FK Unhas yang turut kebersamai peneliti selama berproses di Prodi Psikologi FK Unhas, Kak Immanuel Jason Edwardnov Sarman, S.Psi., Kak Mario Muhammad Noer

Fauzan, S.Psi., Kak Ahmad Akbar Jayadi, S.Psi., Kak Muhammad Alfarabi Hertanto, Nur Inayah Musa, Tiron Tekno Sentosa, Audisa Nabilah Rahardja Sukarsa, Muhammad Fathi Hanif, Krisstoff Jacky Sawolson Sarman, Farid Firmansyah, Nurfida, Noer Azizah Ramadhani, Nurul Izzah Firdaus, Verawaty Mashani, Wafiq Fadhilah Usman, Adrian Yusuf, Alfa Septiano Raiders, dan Shapira Arzu Zulhijjah. Terima kasih atas dukungan dan bantuan yang diberikan selama peneliti berproses di Prodi Psikologi FK Unhas.

16. Do Kyungsoo, Kim Jongin, Oh Sehun, Park Chanyeol, Kim Junmyeon, Kim Minseok, Byun Baekhyun, Kim Jongdae, Zhang Yixing, Hamada Asahi, Park Jihoon, Jeon Wonwoo, Yoon Jeonghan, Yang Jeongin, Lee Minho, dan Christopher Bang Chan. Terima kasih telah menemani, menghibur, dan menginspirasi penulis melalui karya-karyanya, serta mewarnai hidup peneliti selama ini.
17. Terakhir, *I wanna thank me for believeng in me, myself, and I. Thank you for doing all this hard work, never quitting, always trying to do more right than wrong, and being me at all times.* Selamat telah mencapai tahap ini dan semangat untuk berproses mencapai tahap-tahap berikutnya di masa depan.

Peneliti menyadari bahwa penelitian dan skripsi ini jauh dari kata sempurna, maka dari itu peneliti memohon maaf atas segala kekurangan dan tak lupa memanjatkan syukur atas kelebihan dan manfaat dari penelitian ini.

Makassar, 25 Oktober 2023

S. Nurul Azizah
NIM. C021191048

ABSTRAK

S. Nurul Azizah, C021191048, Kontribusi *Character Strengths* Terhadap Resiliensi Perempuan Penyintas Kekerasan Seksual, Skripsi, Program Studi Psikologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Hasanuddin, Makassar, 2023.

xv + 61 halaman, 8 lampiran

Kekerasan seksual merupakan tindakan yang dapat terjadi di mana saja dan perempuan merupakan *gender* yang paling sering mengalami kekerasan seksual. Perempuan yang menjadi korban kekerasan seksual seringkali berjuang sendiri dalam menghadapi dampak dari tindakan kekerasan seksual yang dialaminya. Stigma masyarakat yang negatif terhadap perempuan korban kekerasan seksual menjadi salah satu alasan bagi mereka untuk tetap diam dan tidak mengungkapkan pengalaman kekerasan seksual yang dialami. Namun, sebagian perempuan korban kekerasan seksual memilih untuk bangkit dan menghadapi dampak negatif yang dialaminya secara positif. Untuk bisa bangkit, perempuan korban kekerasan seksual memerlukan kemampuan resiliensi yang dipengaruhi oleh adanya harapan yang berarti. Salah satu faktor untuk membangun kemampuan resiliensi adalah *character strengths* dimana *character strengths* dapat membantu individu dalam mengatasi kesulitan hidup yang tidak dapat dihindari. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mencari tahu *character strengths* yang memiliki kontribusi terhadap resiliensi perempuan penyintas kekerasan seksual. Penelitian ini menggunakan metode pendekatan kuantitatif yang melibatkan 127 responden perempuan penyintas kekerasan seksual. Hasil pengolahan data menunjukkan bahwa terdapat kontribusi *character strengths* terhadap resiliensi perempuan penyintas kekerasan seksual dan terdapat 5 *character strengths* secara signifikan sebagai *predictor* terhadap resiliensi perempuan penyintas kekerasan seksual, yaitu *zest*, *leadership*, *hope*, *perseverance*, dan *prudence*.

Kata Kunci: Character Strengths, Resiliensi, Perempuan, Penyintas Kekerasan Seksual

Daftar Pustaka, 66 (2000-2023)

ABSTRACT

S. Nurul Azizah, C021191048, Contribution of Character Strengths to the Resilience of Sexual Abuse Woman Survivor, Undergraduate Thesis, Department of Psychology, Faculty of Medicine, Hasanuddin University, Makassar, 2023.

xv + 61 pages, 8 attachments

Sexual abuse is an act that can occur anywhere and women are the gender that most often experiences sexual violence. Women who are victims of sexual abuse often struggle alone to deal with the impact of the acts of sexual abuse they experience. The negative societal stigma towards women victims of sexual abuse is one of the reasons for them to remain silent and not reveal their experiences of sexual abuse. However, some women victims of sexual abuse choose to stand up and face the negative impacts they experience positively. To be able to recover, women victims of sexual abuse need resilience skills that are influenced by the existence of meaningful hope. One factor for building resilience is character strengths, where character strengths can help individuals overcome life's unavoidable difficulties. This research aims to find out character strengths that contribute to the resilience of sexual abuse women survivor. This research used a quantitative approach method involving 127 respondents who are sexual abuse women survivor. The results of data processing show that there is a contribution of character strengths to the resilience of women survivors of sexual abuse and there are 5 character strengths that are significant as predictors of the resilience of women survivors of sexual abuse, namely zest, leadership, hope, perseverance, and prudence.

Keywords: Character Strengths, Resilience, Women, Sexual Abuse Survivor

Bibliography, 66 (2000-2023)

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Lembar Persetujuan.....	ii
Lembar Pengesahan.....	iii
Lembar Pernyataan.....	iv
Kata Pengantar	v
Abstrak	ix
Daftar Isi	xi
Daftar Tabel	xiii
Daftar Gambar	xiv
Daftar Lampiran	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah	8
1.3. Tujuan Penelitian.....	8
1.4. Manfaat Penelitian	8
1.4.1. Manfaat Teoritis	8
1.4.2. Manfaat Praktis	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	9
2.1. Kajian Pustaka	9
2.1.1. <i>Character Strengths</i>	9
2.1.2. Resiliensi	19
2.1.3. Kekerasan Seksual	22
2.1.4. Perempuan Penyintas Kekerasan Seksual	25
2.2. Hubungan <i>Character Strengths</i> dan Resiliensi	25
2.3. Kerangka Konseptual.....	27
2.4. Hipotesis Penelitian.....	28
BAB III METODE PENELITIAN	29
3.1. Jenis Penelitian	29
3.2. Desain Penelitian	29
3.3. Variabel Penelitian	29
3.4. Definisi Operasional Variabel.....	30
3.4.1. <i>Character Strengths</i>	30
3.4.2. Resiliensi	30
3.5. Populasi dan Sampel	30

3.6.	Teknik Pengumpulan Data	31
3.6.1.	<i>VIA Character Classification System</i>	31
3.6.2.	<i>Resilience Quotient Test</i>	32
3.7.	Validitas dan Reliabilitas	33
3.7.1.	Uji Validitas <i>Resilience Quotient Test</i>	33
3.7.2.	Uji Reliabilitas <i>Resilience Quotient Test</i>	34
3.7.3.	Uji Validitas <i>VIA Character Classification System</i>	34
3.7.4.	Uji Reliabilitas <i>VIA Character Classification System</i>	35
3.8.	Teknik Analisis Data	35
3.8.1.	Analisis Deskriptif	35
3.8.2.	Uji Hipotesis	35
3.9.	Prosedur Kerja	36
3.9.1.	Tahap Persiapan	36
3.9.2.	Tahap Pengumpulan Data	36
3.9.3.	Tahap Analisis Data	36
3.9.4.	Tahap Penyusunan Laporan	37
BAB IV	HASIL DAN PEMBAHASAN	38
4.1.	Hasil Penelitian	38
4.1.1.	Data Demografi Responden	38
4.1.2.	Analisis Deskriptif	41
4.1.3.	Uji Asumsi	47
4.1.4.	Uji Korelasi	50
4.1.5.	Uji Hipotesis	51
4.2.	Pembahasan	53
4.3.	Limitasi Penelitian	58
BAB V	KESIMPULAN DAN SARAN	60
5.1.	Kesimpulan	60
5.2.	Saran	60
	DAFTAR PUSTAKA	62
	LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Blueprint VIA <i>Character Classification System</i>	32
Tabel 3.2 Blueprint <i>Resilience Quotient Test</i>	33
Tabel 3.3 Nilai Kriteria Koefisien Reliabilitas	34
Tabel 4.1 Data Responden Berdasarkan Jenis Kekerasan Seksual	41
Tabel 4.2 Statistik Deskriptif Skala <i>Resilience Quotient Test</i> Responden	41
Tabel 4.3 Tabel Penormaan Resiliensi Responden	42
Tabel 4.4 Gambaran <i>Character Strengths</i> Perempuan Penyintas Kekerasan Seksual	46
Tabel 4.5 Hasil Uji Normalitas Data	47
Tabel 4.6 Hasil Uji Linearitas	48
Tabel 4.7 Hasil Uji Multikolinearitas	49
Tabel 4.8 Hasil Uji Korelasi	50
Tabel 4.9 Hasil Uji Hipotesis	51
Tabel 4.10 Nilai Indeks Korelasi.....	52
Tabel 4.11 Koefisien <i>Character Strengths</i> terhadap Resiliensi	52
Tabel 4.12 Faktor Internal Resiliensi	53

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konseptual Penelitian	27
Gambar 4.1 Data Responden Berdasarkan Usia	38
Gambar 4.2 Data Responden Berdasarkan Domisili	39
Gambar 4.3 Data Responden Berdasarkan Rentang Waktu Setelah Kejadian	40
Gambar 4.4 Gambaran Resiliensi Responden	42
Gambar 4.5 Gambaran Tingkat Resiliensi Perempuan Penyintas	43
Gambar 4.6 Gambaran Tingkat Resiliensi Perempuan Penyintas Kekerasan Seksual berdasarkan Domisili	44
Gambar 4.7 Gambaran Tingkat Resiliensi Perempuan Penyintas Kekerasan Seksual berdasarkan Rentang Waktu Setelah Kejadian	45
Gambar 4.8 Histogram Normalitas Data	47
Gambar 4.9 <i>Scatterplot</i> Data	50

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1: Alat Ukur Penelitian

Lampiran 2: Lembar Adaptasi Skala

Lampiran 3: Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala *Resilience Quotient Test*

Lampiran 4: Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Skala VIA *Character Classification System*

Lampiran 5: Analisis Deskriptif

Lampiran 6: Uji Asumsi

Lampiran 7: Uji Korelasi

Lampiran 8: Uji Hipotesis

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Kasus kekerasan seksual merupakan salah satu masalah hukum yang dihadapi dan perlu diatasi oleh semua negara di dunia, termasuk Indonesia. Kekerasan seksual merupakan tindakan terkait aktivitas seksual terhadap individu yang bertentangan dengan keinginan atau tanpa persetujuan individu tersebut (*Cambridge Dictionary*, 2023). Kekerasan seksual dapat terjadi kepada siapa saja, tanpa batasan umur dan *gender*. Namun, perempuan merupakan *gender* yang paling sering mengalami kekerasan seksual (bbc.com, 2021). Kekerasan seksual dapat terjadi di mana saja, baik dalam ranah relasi personal/ rumah tangga, hingga ranah publik (Komnas Perempuan, 2021).

Fakta bahwa perempuan lebih sering mengalami kekerasan seksual dibandingkan laki-laki didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Rosenthal, Smidt, dan Freyd (2016) terhadap 525 mahasiswa. Hasil penelitian tersebut menemukan bahwa perempuan 1,64 kali lebih mungkin mengalami perilaku kekerasan seksual dari dosen atau *staff* jika dibandingkan laki-laki. Selain itu, pada studi yang dilakukan oleh organisasi *non-profit Stop Street Harassment* (2018) terhadap 1.000 perempuan menemukan bahwa 81% diantaranya pernah mengalami kekerasan seksual.

Data dari *World Health Organization* (WHO) (2021) menunjukkan bahwa sekitar 30% (736 juta) wanita di seluruh dunia atau 1 dari 3 wanita telah mengalami kekerasan fisik dan/atau kekerasan seksual dari pasangan intim dan/atau non-pasangan. WHO (2021) juga menyatakan bahwa perempuan yang lebih muda berisiko lebih tinggi untuk mengalami kekerasan seksual, dimana 1 dari 4 perempuan muda usia 15-24 tahun mengalami kekerasan seksual ketika sedang

menjalin hubungan intim. Hal ini menunjukkan bahwa perempuan rentan menjadi target kekerasan seksual.

Catahu 2022 Komnas Perempuan mencatat jumlah kasus kekerasan berbasis *gender* terhadap perempuan di Indonesia hingga tahun 2021 mencapai 338.496 kasus. Pada tahun 2021, Komnas Perempuan menerima kenaikan pengaduan sebesar 3.838 kasus, di mana 1.149 kasus diantaranya merupakan kasus kekerasan seksual (Komnas Perempuan, 2022). Komnas Perempuan pada Januari s.d. November 2022 telah menerima 3.014 kasus kekerasan berbasis *gender* terhadap perempuan, termasuk 860 kasus kekerasan seksual di ranah publik/ komunitas dan 899 kasus di ranah personal (Komnas Perempuan, 2022).

Banyaknya jumlah kasus kekerasan seksual terhadap perempuan yang terjadi menunjukkan bahwa permasalahan ini merupakan masalah yang serius dan perlu diatasi. Setiap warga negara memiliki hak untuk memperoleh rasa aman dan bebas dari segala bentuk kekerasan, termasuk kekerasan seksual (UU RI No. 23 Tahun 2004). Namun, tidak semua perempuan memperoleh hak tersebut, bahkan korban kekerasan seksual masih banyak yang tidak memperoleh keadilan dan pemulihan dari berbagai dampak kekerasan seksual yang dialaminya (Komnas Perempuan, 2021).

Perempuan yang menjadi korban kekerasan seksual seringkali berjuang sendiri dalam menghadapi dampak dari tindakan kekerasan seksual yang dialaminya. Perempuan korban kekerasan seksual seringkali tidak berani mengungkapkan tindakan kekerasan seksual yang dialaminya karena masyarakat yang cenderung lebih sering menyalahkan korban kekerasan seksual (Shopiani dkk., 2021). Berdasarkan *Australian Bureau of Statistics* (2017), 9 dari 10 perempuan tidak melaporkan kekerasan seksual yang dialami dikarenakan adanya kekhawatiran akan pengalaman yang dialami tidak dianggap serius dan kekhawatiran akan dampak dari pengungkapan kekerasan seksual. Lonsway dkk.

(dalam Bongiorno et al., 2020) menjelaskan bahwa laki-laki seringkali menyalahkan perempuan atas kekerasan seksual yang terjadi pada perempuan dan cenderung mendukung akan pandangan negatif lainnya pada perempuan korban kekerasan seksual.

Perempuan korban kekerasan seksual seringkali menerima reaksi negatif dari tindakan pengungkapan pengalaman mereka mengenai kekerasan seksual (Campbell et al, 2001). Penelitian yang dilakukan oleh Delker et al (2020) menunjukkan bahwa penyintas kekerasan seksual tidak memperoleh dampak positif dari pengungkapan pengalaman kekerasan seksual yang mereka alami karena adanya pengaruh dari stigma masyarakat. Stigma yang buruk dari masyarakat menjadi salah satu alasan bagi korban kekerasan seksual untuk tetap diam dan tidak mengungkapkan pengalaman kekerasan seksual yang mereka alami (Mas'udah, 2022).

Fakta bahwa kasus kekerasan seksual terhadap perempuan masih terus ada menunjukkan bahwa isu ini merupakan isu yang mengkhawatirkan dan perlu diatasi. Namun, fakta tersebut beriringan dengan stigma negatif masyarakat terhadap perempuan yang menjadi korban kekerasan seksual, dimana masyarakat menganggap bahwa kekerasan seksual yang dialami oleh perempuan merupakan aib dan sebaiknya tidak diungkapkan menjadikan perempuan korban kekerasan seksual untuk enggan mengungkapkan kekerasan yang dialaminya dan memilih untuk diam. Padahal mengungkapkan kekerasan seksual yang dialami oleh perempuan merupakan salah satu cara bagi korban untuk memperoleh penanganan akan dampak negatif dari kekerasan seksual.

Kekerasan seksual dapat menimbulkan berbagai dampak negatif baik secara fisik maupun psikologis terhadap korban kekerasan seksual. Dampak fisik yang ditimbulkan kekerasan seksual adalah korban mengalami gangguan tidur, gangguan makan, tertular penyakit seksual, kehamilan yang tidak diinginkan,

disfungsi seksual, hingga kematian (Blake et al., 2014; Sesca dan Hamidah, 2018). Dampak psikologis yang ditimbulkan dari kekerasan seksual adalah dapat menyebabkan perubahan perilaku, kondisi emosi yang tidak stabil, mengasingkan diri, timbul dorongan yang kuat untuk bunuh diri, depresi, kecemasan, fobia, ketakutan akan berhubungan seksual, dan ketakutan akan kehamilan. Korban juga dapat mengalami gangguan stres pasca trauma atau PTSD (Schwartz, 1991; Fu'ady, 2011; Scott et al., 2017; Sesca dan Hamidah, 2018).

Sebagian perempuan korban kekerasan seksual memilih untuk bangkit dan menghadapi dampak negatif yang dialaminya secara positif (Joseph dan Linley, dalam Sesca dan Hamidah, 2018). Untuk bisa bangkit, korban kekerasan seksual memerlukan kemampuan resiliensi yang dipengaruhi oleh adanya harapan yang berarti, dimana harapan tersebut memberikan individu alasan untuk tetap melanjutkan hidup dan terlibat dalam proses yang mendukung orientasi masa depan (Eggerman dan Panter-Brick, 2010). Resiliensi merupakan kemampuan beradaptasi untuk dapat bertahan dan tetap teguh dalam menghadapi situasi yang sulit (Reivich dan Shatte, 2002).

Resiliensi merupakan salah satu aspek penting untuk dapat pulih dari pengalaman traumatik (Lee et al., 2013). Mengembangkan kemampuan resiliensi dapat membantu melihat penyebab sebenarnya dari kesulitan yang dialami dan dampaknya terhadap hidup individu (Reivich dan Shatte, 2002). Resiliensi menjadi bagian dari proses perjalanan individu untuk bangkit dari keterpurukan. Resiliensi merupakan proses pemulihan dari pengalaman traumatik, rekonseptualisasi diri, dan perkembangan seksualitas yang sehat (Newsom dan Myers-Bowman, 2017).

Individu yang resilien adalah individu yang mampu menghadapi kesulitan yang dialaminya secara langsung dibandingkan terpuruk dalam keputus-asaan. Individu yang resilien adalah individu yang memiliki *internal locus of control*, yaitu menyadari bahwa tindakan saat ini akan berpengaruh pada peristiwa yang akan

datang (Munoz, Brady, dan Brown, 2017). Individu yang resilien adalah individu yang juga memiliki kemampuan *problem solving* dengan mengenali kesulitan yang dihadapi dan menemukan solusi yang mengarahkan pada hasil yang aman (Pinar, Yildirim, dan Sayin, 2018). Selain itu, individu yang resilien adalah individu yang mendapatkan dukungan positif dari orang-orang di sekitarnya, memiliki mentalitas bertahan atau penyintas, memiliki regulasi emosi yang baik, dan memiliki *self-compassion* (Cherry, 2022).

Hill et al. (dalam Vella dan Pai, 2019) mengartikan resiliensi sebagai proses dinamis dimana sistem biopsikososial individu kembali ke tingkat fungsi sebelumnya. Resiliensi membantu individu untuk menjadi lebih *mindful* dan meningkatkan *subjective well-being* di bawah tekanan psikologis (Bajaj dan Pande, 2016). Berdasarkan riset-riset tersebut, kemampuan resiliensi diperlukan untuk dapat berfungsi baik dalam kehidupan.

Terdapat dua faktor yang memengaruhi dalam membangun resiliensi, yaitu faktor eksternal dan internal (Choi et al., 2019). Faktor eksternal yang memengaruhi resiliensi merupakan faktor yang berasal dari luar diri individu, seperti dukungan dari orang sekitar dan layanan kesehatan (Domhardt et al., 2015; Manomenidis et al., 2019). Sedangkan faktor internal merupakan faktor dari dalam diri yang dapat memengaruhi resiliensi, seperti *self-efficacy*, *self-esteem*, *positive affect*, *self-worth*, dan optimisme (Lee et al., 2013). Selain itu, faktor protektif juga dapat memengaruhi individu dalam membangun dan mengembangkan resiliensi (Choi et al., 2019; Dewi dan Hendriani, 2014).

Salah satu faktor internal yang diidentifikasi sebagai faktor protektif dari resiliensi adalah *character strengths* (Bahri, 2016). *Character strengths* merupakan *trait* positif yang dapat mengarahkan individu untuk mencapai tujuan yang direfleksikan dalam pikiran, perasaan, dan perilaku (Peterson dan Seligman, 2004). Setiap individu memiliki *character strengths* dominan yang berbeda-beda

antara satu individu dengan individu lainnya. *Character strengths* dapat membantu individu dalam mengatasi kesulitan hidup yang tidak dapat dihindari (The Positivity Project, 2021).

Peterson dan Seligman (2004) memetakan *character strengths* menjadi 24 *strengths* dari enam *virtues*. Enam *virtues* tersebut diantaranya *wisdom and knowledge, courage, humanity, justice, temperance, dan transcendence*. 24 *character strengths* tersebut diantaranya *creativity, curiosity, judgment, love of learning, perspective, bravery, persistence, honesty, zest, love, kindness, social intelligence, teamwork, fairness, leadership, forgiveness, humility, prudence, self-regulation, appreciation of beauty, gratitude, hope, humor, dan spirituality*.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa *character strengths* memiliki peranan dalam kehidupan individu. Seligman dan Csikszentmihalyi (2000) menyatakan bahwa individu akan merasakan kepuasan terhadap hidupnya ketika individu tersebut mampu memanfaatkan *character strengths* yang dimilikinya. Linley et al. (2010) juga menemukan bahwa memanfaatkan *character strengths* yang dimiliki dapat mendukung individu dalam mencapai tujuan, mengarahkan pada *need satisfaction* dan *well-being*, serta menjadi individu yang lebih otentik. Oleh karena itu, *character strengths* penting untuk dimiliki dan dikembangkan oleh setiap individu.

Individu yang telah pulih dari penyakit fisik atau gangguan psikologis memiliki skor yang lebih tinggi pada beberapa *character strengths* dibandingkan individu yang tidak memiliki riwayat penyakit fisik atau gangguan psikologis (Peterson, Park, dan Seligman, 2006). Pada penelitian yang dilakukan oleh Peterson et al. (2008) diperoleh hasil bahwa semakin traumatik suatu pengalaman yang dialami individu, maka semakin tinggi skor *character strengths* yang dimiliki. Selain itu, dari penelitian tersebut juga diperoleh bahwa seluruh *character strengths* yang telah dikemukakan oleh Peterson dan Seligman (2004) memiliki korelasi yang positif

dengan *posttraumatic growth*, terutama *characters spirituality, gratitude, kindness, bravery, dan hope*.

Penelitian yang dilakukan oleh Martinez-Marti dan Ruch (2016) diperoleh bahwa terdapat tiga *character strengths* yang memiliki korelasi yang sangat besar dengan resiliensi, yaitu *hope, zest, dan bravery*. *Character strengths* memiliki keterkaitan dengan resiliensi (Blanchard, McGrath, dan Jayawickreme, 2021). Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Hutchinson et al. (2011) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara temperamen, *character strengths*, dan resiliensi. Pada sebuah penelitian yang dilakukan oleh Niemiec (2019) juga ditemukan bahwa *character strengths* memiliki fungsi penting dalam memelihara resiliensi dan penelitian yang dilakukan oleh Shoshani dan Slone (2016) ditemukan bahwa *character strengths* memiliki peran penting dalam mengembangkan *character strengths*.

Chérif, Wood, dan Wilkin (2021) menemukan bahwa *character strengths perseverance, bravery, dan humor* menjadi indikator dalam meningkatkan resiliensi, ditemukan juga bahwa memanfaatkan *character strengths* yang dimiliki dapat meningkatkan kinerja akademik dan performa fisik individu. Pada sebuah penelitian juga ditemukan bahwa terdapat 20 dari 24 *character strengths* (selain *spirituality, love of learning, humility, dan prudence*) memiliki korelasi positif dan signifikan terhadap resiliensi (Lapierre et al., 2023). Pada beberapa penelitian juga ditemukan bahwa *character strengths humor* dapat meningkatkan kebahagiaan dan resiliensi individu, serta merupakan sifat yang bernilai positif secara moral (Müller dan Ruch; Peterson dan Seligman dalam Raecke dan Proyer, 2022; Bustam, Gismin, dan Radde, 2021).

Beberapa penelitian di atas menunjukkan bahwa *character strengths* dan resiliensi memiliki korelasi positif, sehingga pada penelitian ini, peneliti tertarik

untuk mencari tahu apakah terdapat kontribusi *character strengths* terhadap resiliensi yang dimiliki perempuan penyintas kekerasan seksual.

1.2. Rumusan Masalah

Apakah terdapat kontribusi *character strengths* terhadap resiliensi yang dimiliki perempuan penyintas kekerasan seksual?

1.3. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kontribusi *character strengths* terhadap resiliensi yang dimiliki perempuan penyintas kekerasan seksual.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi secara ilmiah sebagai bahan literasi mengenai *character strengths* dan resiliensi, serta kontribusi *character strengths* terhadap resiliensi. Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi bahan referensi dalam mengembangkan penelitian terutama dalam bidang psikologi positif di masa akan datang.

1.4.2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai *character strengths* yang berkontribusi terhadap resiliensi yang dimiliki perempuan penyintas kekerasan seksual. Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi bahan literasi untuk memanfaatkan *character strengths* yang dimiliki sehingga dapat meningkatkan resiliensi yang dimiliki dalam menghadapi pengalaman traumatik, serta dapat menambah wawasan bagi peneliti mengenai *character strengths* dan resiliensi.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Kajian Pustaka

2.1.1. Character Strengths

2.1.1.1. Definisi *Character Strengths*

Character strengths merupakan *trait* positif yang mengarahkan individu pada pencapaian tujuan yang direfleksikan melalui pikiran, perasaan, dan perilaku (Peterson dan Seligman, 2004). *Character strengths* berkontribusi dalam berbagai situasi, termasuk dalam kesejahteraan psikologis dan keberfungsian psikologis individu (Lavy dan Littman-Ovadia, 2017; Lavy et al., 2016; Niemiec, 2013; Proyer et al., 2013 dalam Lavy, 2019). *Character strengths* juga berkontribusi dalam perkembangan individu yang lebih optimal (Colby et al., 1998; Harzer, 2016; Park dan Peterson, 2006 dalam Lavy, 2019).

2.1.1.2. Klasifikasi *Character Strengths*

Character strengths dibagi dalam enam *virtues*, yaitu *wisdom and knowledge*, *courage*, *humanity*, *justice*, *temperance*, dan *transcendence*. *Virtues* merupakan karakter utama yang dimiliki individu secara *universal* dan bersifat baik. *Virtues* digunakan dalam menghadapi masalah ataupun menjalankan tugas individu sebagai manusia (Peterson dan Seligman, 2004).

a. *Wisdom and Knowledge*

Virtue wisdom and knowledge mencakup *traits* positif yang berkaitan dengan perolehan dan penggunaan informasi dalam mencapai kehidupan yang baik. *Character strengths* pada *virtue* ini berkaitan dengan kekuatan kognitif (Peterson dan Seligman, 2004). Terdapat lima *character strengths* pada *virtue* ini, yaitu:

1. *Creativity*

Creativity merupakan kemampuan dalam memikirkan cara-cara baru untuk melakukan sesuatu. *Character strength* ini melibatkan kemampuan dalam menghasilkan ide dan perilaku yang orisinal, serta berguna. Orisinalitas individu perlu memiliki kontribusi positif terhadap kehidupan individu tersebut ataupun terhadap kehidupan orang lain (Peterson dan Seligman, 2004).

2. *Curiosity*

Curiosity merupakan kemampuan dalam mengeksplorasi dan menemukan, serta memiliki minat pada suatu pengalaman. *Character strength* ini melibatkan pencarian hal-hal baru dan terbuka akan pengalaman baru, serta berkaitan dengan keinginan untuk membangun pengetahuan. Individu dengan *character strength* ini memiliki minat untuk mengeksplorasi ide, aktivitas, dan pengalaman baru, serta meningkatkan pengetahuan yang dimilikinya (Peterson dan Seligman, 2004).

3. *Judgment*

Judgment merupakan kemampuan dalam membuat pilihan yang rasional dan logis, serta mampu mengevaluasi ide, opini, dan fakta secara analitis. *Character strength* ini melibatkan kemampuan berpikir kritis, mempertimbangkan berbagai hal secara adil, dan memikirkan segala sesuatu secara menyeluruh sebelum penarikan kesimpulan. *Character strength* ini sangat berorientasi pada pemikiran individu (Peterson dan Seligman, 2004).

4. *Love of learning*

Love of learning merupakan semangat dan keinginan yang besar untuk belajar. *Character strength* ini melibatkan kecintaan individu dalam

belajar. Kecintaan yang dimaksud mengacu pada keinginan untuk mempertahankan dan memperdalam informasi yang diperoleh, serta mampu menghasilkan keterampilan baru (Peterson dan Seligman, 2004).

5. *Perspective*

Perspective merupakan kemampuan untuk melihat gambaran yang lebih besar dan luas dalam kehidupan. *Character strength* ini melibatkan kemampuan untuk melihat sistem secara keseluruhan, sehingga individu dapat memberikan nasihat dan lebih berhati-hati dalam mengambil keputusan dengan mempertimbangkan banyak hal. *Character strength* ini memungkinkan individu untuk lebih mampu mengidentifikasi makna kehidupan (Peterson dan Seligman, 2004).

b. *Courage*

Virtue courage mencakup *traits* positif yang berkaitan dengan tindakan untuk mencapai tujuan dan tindakan dalam menghadapi kesulitan eksternal maupun internal. *Character strengths* pada *virtue* ini berkaitan dengan *emotional character* yang dapat membantu dalam mencapai tujuan (Peterson dan Seligman, 2004). Terdapat empat *character strengths* pada *virtue* ini:

1. *Bravery*

Bravery merupakan kemampuan untuk melakukan hal yang harus dilakukan meskipun terdapat rasa takut dalam diri. *Character strength* ini melibatkan keberanian yang disertai dengan ketenangan hati. Keberanian yang dimaksud pada *character strength* ini mencakup tiga tipe, yaitu *physical bravery*, *psychological bravery*, dan *moral bravery* (Peterson dan Seligman, 2004).

2. *Honesty*

Honesty merupakan kemampuan untuk mengatakan kebenaran secara jujur dan bertanggung jawab. *Character strength* ini melibatkan presentasi diri asli atau tulus tanpa kepura-puraan. *Character strength* ini juga melibatkan integritas diri dan bertindak secara konsisten (Peterson dan Seligman, 2004).

3. *Perseverance*

Perseverance merupakan kemampuan untuk bekerja keras dan menyelesaikan hal yang telah dimulai meskipun terdapat berbagai hambatan. *Character strength* ini membantu individu untuk tetap menyelesaikan hal yang telah dimulai. *Character strength* ini juga membantu untuk membangun kepercayaan diri dalam mencapai tujuan (Peterson dan Seligman, 2004).

4. *Zest*

Zest merupakan kemampuan menjalani kehidupan atau menghadapi situasi tertentu dengan semangat dan berenergi, serta secara penuh atau tidak setengah hati. *Character strength* ini merupakan *strength* yang dinamis yang berhubungan langsung dengan kesehatan fisik dan psikologis. *Character strength* ini memiliki keterkaitan dengan *life satisfaction* dan *life of engagement* (Peterson dan Seligman, 2004).

c. *Humanity*

Virtue humanity mencakup *trait* positif yang berkaitan dengan hubungan kepedulian dengan orang lain. *Character strengths* pada *virtue* ini berkaitan dengan hubungan interpersonal individu (Peterson dan Seligman, 2004). Terdapat tiga *character strengths* pada *virtue* ini:

1. *Love*

Love merupakan kemampuan dalam menghargai hubungan dekat dengan orang lain secara hangat dan tulus. *Character strength* ini

bersifat timbal balik yang mengacu pada mencintai orang lain dan kesediaan untuk menerima cinta dari orang lain. Terdapat empat jenis *love*, yaitu *attachment of love* (seperti cinta orang tua untuk anak, anak untuk orang tua), *compassionate/ altruistic love* (seperti cinta dalam kebaikan terhadap orang lain), *companionate love* (seperti cinta dalam persahabatan), dan *romantic love* (seperti cinta terhadap pasangan) (Peterson dan Seligman, 2004).

2. *Kindness*

Kindness merupakan kemampuan untuk bermurah hati kepada orang lain, memberikan berbagai hal untuk orang lain yang membutuhkan seperti waktu, uang, dan bakat yang dapat mendukung mereka. *Character strength* ini berkaitan dengan belas kasih yang mencakup kepedulian yang mendalam terhadap kesejahteraan orang lain. Individu dengan *kindness* percaya bahwa orang lain layak mendapat perhatian dan afirmasi (Peterson dan Seligman, 2004)

3. *Social Intelligence*

Social intelligence merupakan kesadaran akan motif dan perasaan diri sendiri maupun orang lain, serta kemampuan dalam menyesuaikan diri dengan berbagai situasi sosial. Individu dengan *character strength* ini dapat merasakan kenyamanan dan mampu mengatakan hal yang benar dalam berbagai situasi sosial. *Character strength* ini melibatkan dua komponen, yaitu *social awareness* (apa yang kita rasakan tentang orang lain) dan *social facility* (apa yang kita lakukan dengan *awareness*) (Peterson dan Seligman, 2004).

d. *Justice*

Virtue justice mencakup *trait* positif yang bersifat interpersonal secara luas serta relevan dengan interaksi optimal antar individu dan

kelompok. *Character strengths* pada *virtue* ini membantu individu dapat terhubung dalam berbagai situasi yang berbasis pada komunitas atau kelompok (Peterson dan Seligman, 2004). Terdapat tiga *character strengths* pada *virtue* ini:

1. *Fairness*

Fairness merupakan kemampuan untuk memperlakukan orang lain dengan adil dan tidak membiarkan perasaan pribadi mempengaruhi keputusan terhadap orang lain. *Character strength* ini berkaitan dengan memberikan kesempatan yang adil terhadap setiap orang dan percaya bahwa setiap orang pantas untuk mendapatkan kesempatan yang sama. *Character strength* ini melibatkan dua jenis penalaran, yaitu *justice reasoning* (menekankan pada logika dan prinsip-prinsip menimbang dalam menentukan hak dan tanggung jawab moral) dan *care reasoning* (menekankan pada kemampuan dalam menempatkan diri pada posisi orang lain, melibatkan empati dan kasih sayang) (Peterson dan Seligman, 2004).

2. *Leadership*

Leadership merupakan kemampuan dalam mengatur dan mendorong suatu kelompok untuk menyelesaikan sesuatu dengan tetap menjaga hubungan baik dalam kelompok. *Character strength* ini melibatkan komitmen terhadap tujuan kelompok, penetapan tujuan dan pencapaian. Pemimpin yang efektif mampu memberikan visi atau pesan positif yang menginspirasi individu lain (Peterson dan Seligman, 2004).

3. *Teamwork*

Teamwork merupakan kemampuan untuk berkomitmen dalam berkontribusi terhadap kesuksesan tim. *Character strength* ini

berkaitan dengan konsep *loyalty* (kepercayaan yang tak tergoyahkan), *citizenship* (tanggung jawab terhadap tim), dan *patriotism* (kesetiaan terhadap tanah air tanpa permusuhan terhadap bangsa lain). Individu yang memiliki *teamwork* yang tinggi dapat menerapkan cara bertindak tertentu demi kebaikan kelompok secara keseluruhan (Peterson dan Seligman, 2004).

e. *Temperance*

Virtue temperance mencakup *trait* positif yang berkaitan dengan pengendalian diri individu. *Character strengths* pada *virtue* ini menggambarkan kekuatan yang dapat membantu individu dalam mengelola *habits* atau kebiasaannya dan melindungi dari hal-hal yang berlebihan (Peterson dan Seligman, 2004). Terdapat empat *character strengths* pada *virtue* ini:

1. *Forgiveness*

Forgiveness merupakan kemampuan untuk melepaskan sebagian atau seluruh rasa frustrasi, kekecewaan, kebencian, atau perasaan menyakitkan lainnya. *Character strength* ini melibatkan penerimaan akan kekurangan dan ketidaksempurnaan yang dimiliki orang lain, serta mampu memberikan kesempatan kedua pada individu lain. *Character strength* ini berkaitan dengan proses individu dalam memaafkan orang lain yang telah membuat diri individu tersebut merasa tidak manusiawi (Peterson dan Seligman, 2004).

2. *Humility*

Humility merupakan kemampuan untuk mengevaluasi pencapaian secara akurat. *Character strength* ini berkaitan dengan sikap tidak menyombongkan diri, tidak melakukan sesuatu secara berlebihan, tidak menarik perhatian berlebihan, dan tidak memandangi diri sendiri

lebih istimewa dan penting dibandingkan orang lain. Individu dengan *character strength* ini memiliki pemahaman yang baik mengenai diri pribadi dan juga menyadari kesalahan serta ketidaksempurnaan yang dimiliki (Peterson dan Seligman, 2004).

3. *Prudence*

Prudence merupakan kemampuan untuk berhati-hati dalam memilih dan berpikir sebelum bertindak. *Character strength* ini membantu individu untuk mempertimbangkan setiap konsekuensi jangka panjang dari tindakan yang dipilih. *Character strength* ini melibatkan perencanaan jangka panjang dan perencanaan jangka pendek, serta terarah pada tujuan (Peterson dan Seligman, 2004).

4. *Self-Regulation*

Self-regulation merupakan kemampuan untuk mengendalikan nafsu makan dan emosi, serta mampu mengendalikan hal-hal yang dilakukan. Individu dengan *character strength* ini memiliki tingkat kepercayaan diri yang baik terhadap keyakinan untuk mencapai tujuan secara efektif. *Character strength* ini juga membantu individu dalam menjaga keseimbangan, ketertiban, serta progres dalam hidup (Peterson dan Seligman, 2004).

f. *Transcendence*

Virtue transcendence mencakup *trait* positif yang membantu individu untuk terhubung dengan alam semesta yang lebih besar dan memberikan makna terhadap kehidupan individu. *Virtue* ini berkaitan dengan kemampuan individu untuk terhubung dengan apa yang ada disekitarnya (Peterson dan Seligman, 2004). Terdapat lima *character strengths* pada *virtue* ini:

1. *Appreciation of Beauty*

Appreciation of beauty merupakan kemampuan individu dalam mengungkapkan apresiasi terhadap keindahan dan keunggulan yang ada di sekitarnya, serta menghargai keindahan (fisik, *skill*, dan moral) dalam berbagai aspek kehidupan. *Character strength* ini mengacu pada kemampuan individu dalam menemukan, mengenali dan menikmati eksistensi kebaikan secara fisik dan sosial. Individu dengan *character strength* ini seringkali merasakan kekaguman dan emosi terhadap terhadap hal-hal yang ada di sekitarnya (Peterson dan Seligman, 2004).

2. *Gratitude*

Gratitude merupakan *strength* yang melibatkan perasaan dan pengungkapan rasa terima kasih individu yang mendalam dan lebih khusus sehingga dapat menimbulkan berbagai emosi positif yang membantu individu untuk bertindak dengan cara yang lebih baik. *Character strength* ini melibatkan ungkapan rasa terima kasih dan apresiasi terhadap suatu hal. *Gratitude* dapat dibedakan menjadi *personal gratitude* (ungkapan rasa terima kasih terhadap individu lain) dan *transpersonal gratitude* (rasa syukur terhadap Tuhan, terhadap kekuatan yang lebih tinggi, atau terhadap alam semesta) (Peterson dan Seligman, 2004).

3. *Hope*

Hope merupakan pandangan positif, optimisme, dan ekspektasi akan masa depan yang berkaitan dengan hal-hal yang diinginkan individu. *Character strength* ini berkaitan dengan ekspektasi positif terhadap masa depan dan berorientasi pada tindakan individu yang melibatkan pilihan, motivasi, dan keyakinan bahwa tujuan dapat dicapai secara efektif. Individu dengan *character strength* ini memiliki pemikiran akan

masa depan, mengharapkan suatu hal yang diinginkan terjadi, dan memiliki keyakinan bahwa hal yang diinginkan akan terjadi jika disertai dengan upaya (Peterson dan Seligman, 2004).

4. *Humor*

Humor merupakan kemampuan individu dalam mengenali hal-hal lucu dalam berbagai situasi, serta kemampuan individu untuk melihat sisi terang dari kesulitan yang sedang dihadapi dan membuat individu lain tersenyum atau tertawa. *Character strength* ini meliputi semua fenomena lucu yang mengarah pada hal positif (tidak termasuk ejekan atau sarkasme). Individu dengan *character strength* ini memiliki *sense of humor* dan kemampuan untuk membuat individu lain tersenyum atau tertawa yang datang dari hati (berfokus pada sisi positif) (Peterson dan Seligman, 2004).

5. *Spirituality*

Spirituality menggambarkan hubungan pribadi dan intim antara manusia dan Yang Ilahi, serta kemampuan individu dalam menemukan makna, tujuan, panggilan hidup, keyakinan tentang alam semesta, ekspresi kebaikan, dan tindakan yang transenden. *Spirituality* bersifat universal meskipun spiritualitas dan keyakinan setiap individu berbeda-beda, namun semua budaya memiliki konsep kekuatan tertinggi, transenden, sakral, dan ilahi. *Character strength* ini membantu individu dalam menemukan tujuan dan makna hidup, aturan dan nilai yang memandu dalam membangun hubungan dengan sesama makhluk hidup, dan upaya dalam mengatasi kesulitan hidup (Peterson dan Seligman, 2004).

2.1.2. Resiliensi

2.1.2.1. Definisi Resiliensi

Resiliensi merupakan kemampuan individu dalam beradaptasi dan tetap teguh dalam situasi yang sulit (Reivich dan Shatte, 2002). Resiliensi berkaitan dengan proses dan hasil dari keberhasilan individu dalam beradaptasi dengan pengalaman hidup yang sulit atau menantang yang dihadapinya yang ditunjukkan melalui fleksibilitas mental, emosional, dan perilaku, serta mampu menyesuaikan diri terhadap tuntutan secara eksternal maupun internal (American Psychological Association [APA], 2023). Resiliensi umumnya digambarkan sebagai kemampuan untuk bangkit kembali dari kesulitan yang dihadapi dan memperoleh hasil atau makna yang positif dari peristiwa atau situasi yang tidak menyenangkan (Vella dan Pai, 2019)

2.1.2.2. Aspek Resiliensi

Terdapat tujuh aspek untuk membangun resiliensi individu, yaitu *emotion regulation, impuls control, optimism, causal analysis, empathy, self-efficacy*, dan *reaching out*. Mengetahui seberapa kuat individu dalam tujuh aspek tersebut dapat membantu individu dalam memiliki gagasan yang lebih baik mengenai aspek mana yang paling dibutuhkan individu. Ketujuh aspek tersebut membantu individu untuk mempertahankan dan meningkatkan resiliensi yang dimiliki (Reivich dan Shatte, 2002).

a. *Emotion Regulation*

Emotion regulation merupakan kemampuan individu untuk tetap tenang di bawah tekanan, di mana individu mampu mengendalikan emosi, perhatian dan perilakunya. Individu yang mampu mengekspresikan emosi baik emosi positif ataupun negatif merupakan hal yang bersifat positif dan konstruktif, namun diperlukan kemampuan

untuk mengekspresikan emosi dengan tepat. Terdapat berbagai teknik untuk meningkatkan regulasi emosi dan salah satu yang paling efektif adalah dengan menerapkan strategi mengubah keyakinan mengenai kesulitan dan mengetahui sumber emosi diri (Reivich dan Shatte, 2002).

b. *Impuls Control*

Impuls control merupakan kemampuan yang berkaitan dengan regulasi emosi di mana individu mampu mengendalikan keinginan yang dimilikinya sehingga dapat menghasilkan perilaku yang lebih tangguh. Apabila *impuls control* individu rendah, maka individu akan menerima keyakinan impulsif mengenai suatu situasi sebagai hal yang benar dan melakukan hal yang dapat menimbulkan konsekuensi negatif yang dapat menghambat resiliensi. Sehingga individu perlu mampu meningkatkan *impuls control* dan menghasilkan pemikiran yang lebih akurat (Reivich dan Shatte, 2002).

c. *Optimism*

Optimism merupakan kemampuan individu untuk menangani kesulitan yang akan muncul dan memiliki harapan akan masa depan yang cerah, serta mampu mengendalikan arah hidupnya. Individu yang optimis percaya bahwa segala sesuatu dapat berubah menjadi lebih baik serta memiliki harapan akan masa depan dan percaya bahwa arah hidup dapat dikendalikan. *Optimism* menyiratkan keyakinan bahwa individu memiliki kemampuan untuk menangani kesulitan yang akan muncul di masa depan (Reivich dan Shatte, 2002).

d. *Causal Analysis*

Causal analysis merupakan kemampuan individu dalam mengidentifikasi penyebab masalah yang dihadapinya secara akurat, sehingga kesalahan yang sama tidak terulang. Individu yang resilien

mampu mengidentifikasi penyebab signifikan dari kesulitan yang dihadapi sehingga tidak secara refleks menyalahkan orang lain atas kesulitan yang dihadapi. *Causal analysis* membantu individu untuk menyalurkan sumber daya pemecahan masalah ke dalam faktor-faktor yang dikendalikan dan melalui perubahan bertahap dapat mulai mengatasi, mengarahkan, dan bangkit kembali (Reivich dan Shatte, 2002).

e. *Empathy*

Empathy merupakan kemampuan individu dalam membaca isyarat mengenai keadaan psikologis dan emosional individu lain, sehingga dapat menempatkan diri pada posisi individu lain, memperkirakan perasaan individu lain, dan dapat memprediksi kemungkinan besar yang akan dilakukan individu lain. *Empathy* berkaitan dengan kemampuan untuk memahami komunikasi nonverbal seperti ekspresi wajah, nada suara, serta bahasa tubuh. *Empathy* yang rendah dapat merugikan individu dalam hubungan antar individu (Reivich dan Shatte, 2002).

f. *Self-Efficacy*

Self-efficacy merupakan keyakinan bahwa individu dapat memecahkan masalah yang mungkin dihadapi dan keyakinan pada kemampuan untuk berhasil. *Self-efficacy* membantu individu untuk dapat bekerja lebih baik dan meningkatkan hubungan antar individu yang dapat memicu rasa percaya diri muncul. Individu dengan *self-efficacy* senang mencari nasihat dari orang lain (Reivich dan Shatte, 2002).

g. *Reaching Out*

Reaching out merupakan kemampuan individu untuk keluar dari keterpurukan dan mencapai keberhasilan dengan memetik hal-hal positif dari keterpurukan yang dialami. Individu dengan *reaching out* merupakan individu yang berani untuk melampaui batas kemampuan diri yang

sebenarnya. Individu dengan *reaching out* mampu melihat kesalahan atau kesulitan yang dihadapi sebagai peluang belajar dan berani mencoba hal baru (Reivich dan Shatte, 2002).

2.1.3. Kekerasan Seksual

Kekerasan seksual merupakan setiap tindakan yang merendahkan, menghina, melecehkan, dan/atau menyerang tubuh, dan/atau fungsi reproduksi seseorang yang disebabkan oleh adanya ketimpangan relasi kuasa dan/atau gender yang berdampak pada timbulnya penderitaan psikis dan/atau fisik termasuk yang mengganggu kesehatan reproduksi individu (Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi, 2023). *Equal Employment Opportunity Commission* (2023) mendefinisikan kekerasan seksual sebagai *unwelcomed sexual advances* atau rayuan seksual yang tidak diinginkan baik secara fisik maupun verbal. Kekerasan seksual melibatkan aktivitas seksual yang tidak diinginkan dengan pelaku menggunakan kekerasan, memberi ancaman, atau mengambil keuntungan dari korban tanpa adanya persetujuan korban (APA, 2023). Terdapat 15 jenis kekerasan seksual yang ditemukan Komnas Perempuan dalam rentang tahun 1998-2013, yaitu:

- a. Perkosaan, berupa serangan dalam bentuk pemaksaan hubungan seksual dengan memakai penis atau jari ke arah vagina, anus, atau mulut korban yang disertai dengan kekerasan, ancaman kekerasan, penyalahgunaan kekuasaan, atau dengan mengambil kesempatan dari lingkungan yang penuh paksaan.
- b. Intimidasi Seksual termasuk Ancaman atau Percobaan Perkosaan, berupa tindakan yang menyerang seksualitas baik secara langsung maupun tidak langsung (melalui surat, email, dan lain-lain) untuk menimbulkan rasa takut atau penderitaan psikis pada korban.

- c. Pelecehan Seksual, berupa tindakan seksual baik secara sentuhan fisik maupun non-fisik dengan sasaran organ seksual atau seksualitas korban (termasuk menggunakan siulan, main mata, ucapan bernuansa seksual, mempertunjukkan materi pornografi, colekan atau sentuhan di bagian tubuh, dan gerakan atau isyarat bersifat seksual, sehingga menimbulkan perasaan tidak nyaman, tersinggung, merendahkan martabat, dan mungkin hingga menyebabkan masalah kesehatan dan keselamatan).
- d. Eksploitasi Seksual, berupa tindakan penyalahgunaan kekuasaan yang timpang atau penyalahgunaan kepercayaan yang bertujuan untuk kepuasan seksual.
- e. Perdagangan Perempuan untuk Tujuan Seksual, berupa tindakan merekrut, mengangkut, menampung, mengirim, memindahkan, atau menerima perempuan yang bertujuan untuk prostitusi ataupun eksploitasi seksual lainnya.
- f. Prostitusi Paksa, berupa situasi dimana korban mengalami tipu daya, ancaman maupun kekerasan untuk menjadi pekerja seks.
- g. Perbudakan Seksual, berupa situasi dimana pelaku merasa menjadi pemilik atas tubuh korban sehingga berhak untuk melakukan apapun termasuk memperoleh kepuasan seksual melalui pemerkosaan atau bentuk lain kekerasan seksual.
- h. Pemaksaan Perkawinan (termasuk cerai gantung), berupa tindakan yang lebih dikenal dengan kawin paksa mencakup individu dipaksa untuk menikah sekalipun bukan dengan orang yang diinginkan atau dengan orang yang tidak dikenali, korban perkosaan dipaksa menikah dengan pelaku, individu yang ingin bercerai dipaksa untuk terus berada dalam ikatan perkawinan, dan individu dipaksa menikah dengan orang lain untuk satu malam dengan tujuan rujuk dengan mantannya setelah talak tiga.

- i. Pemaksaan Kehamilan, berupa situasi dimana perempuan dipaksa dengan kekerasan maupun ancaman untuk melanjutkan kehamilan yang tidak dikehendakinya.
- j. Pemaksaan Aborsi, berupa tindakan pengguguran kandungan karena adanya tekanan, ancaman, maupun paksaan dari pihak lain atau diluar kehendak perempuan.
- k. Pemaksaan Kontrasepsi dan Sterilisasi, berupa pemasangan alat kontrasepsi dan/atau pelaksanaan sterilisasi tanpa persetujuan utuh dari perempuan yang tidak mendapat informasi lengkap ataupun dianggap tidak cakap hukum untuk mendapat persetujuan (sering terjadi pada perempuan dengan HIV/AIDS dan penyandang disabilitas).
- l. Penyiksaan Seksual, berupa tindakan khusus menyerang organ dan seksualitas individu secara sengaja sehingga menimbulkan rasa sakit atau penderitaan hebat, baik jasmani, rohani, maupun seksual.
- m. Penghukuman Tidak Manusiawi dan Bernuansa Seksual, berupa cara menghukum yang menyebabkan penderitaan, kesakitan, ketakutan, atau rasa malu yang luar biasa yang tidak termasuk dalam penyiksaan (termasuk hukuman cambuk dan hukuman-hukuman yang mempermalukan atau merendahkan martabat manusia).
- n. Praktik Tradisi Bernuansa Seksual yang Membahayakan atau Mendiskriminasi Perempuan, berupa kebiasaan masyarakat yang kadang ditopang dengan alasan agama dan/atau budaya yang bernuansa seksual dan dapat menimbulkan cedera secara fisik, psikologis, maupun seksual.
- o. Kontrol Seksual (termasuk lewat aturan diskriminatif beralasan moralitas dan agama), berupa menempatkan perempuan sebagai simbol moralitas komunitas dengan membedakan “perempuan baik-baik” dan “perempuan nakal”, dan menghakimi perempuan sebagai pemicu kekerasan seksual.

2.1.4. Perempuan Penyintas Kekerasan Seksual

Penyintas merupakan individu yang sedang atau telah mampu bertahan dari peristiwa yang tidak menyenangkan atau pengalaman traumatis dalam hidupnya (APA, 2023). Sedangkan perempuan berarti jenis kelamin individu yang memiliki rahim, mengalami menstruasi, dan/atau hamil dan menyusui (Kamus Besar Bahasa Indonesia [KBBI], 2023). Sehingga dapat diartikan bahwa perempuan penyintas kekerasan seksual merupakan perempuan yang telah mengalami peristiwa kekerasan seksual yang mampu untuk berjuang dan tetap bertahan.

Perempuan yang pernah menjadi korban kekerasan seksual berusaha untuk bangkit dari keterpurukan yang dialaminya dengan mengembangkan resiliensi (Eggerman dan Panter-Brick, 2010). Namun, untuk mencapai resiliensi membutuhkan tekad dan komitmen. Pada studi yang dilakukan oleh Newsom dan Myers (2017), perempuan yang pernah mengalami kekerasan seksual memandang resiliensi sebagai proses pembersihan jiwa dan membersihkan diri dari negativitas kekerasan seksual. Resiliensi dipandang sebagai proses pemulihan dari trauma, rekonseptualisasi diri, dan perkembangan seksualitas yang sehat yang membutuhkan upaya berkelanjutan (Newsom dan Myers, 2017).

2.2. Hubungan *Character Strengths* dan Resiliensi

Resiliensi menjadi bagian dari proses perjalanan individu untuk bangkit dari keterpurukan. Resiliensi merupakan proses pemulihan dari pengalaman traumatik, rekonseptualisasi diri, dan perkembangan seksualitas yang sehat (Newsom dan Myers-Bowman, 2017). Membangun resiliensi dipengaruhi oleh faktor eksternal dan faktor internal (Choi et al., 2019).

Faktor eksternal yang memengaruhi resiliensi merupakan faktor yang berasal dari luar diri individu, seperti dukungan dari orang sekitar dan layanan kesehatan (Domhardt et al., 2015; Manomenidis et al., 2019). Sedangkan faktor internal merupakan faktor dari dalam diri yang memengaruhi resiliensi individu, seperti *self-efficacy*, *self-esteem*, *positive affect*, *self-worth*, dan optimisme (Lee et al., 2013). Selain itu, terdapat faktor protektif yang dapat memengaruhi individu dalam membangun dan mengembangkan resiliensi (Choi et al., 2019; Dewi dan Hendriani, 2014).

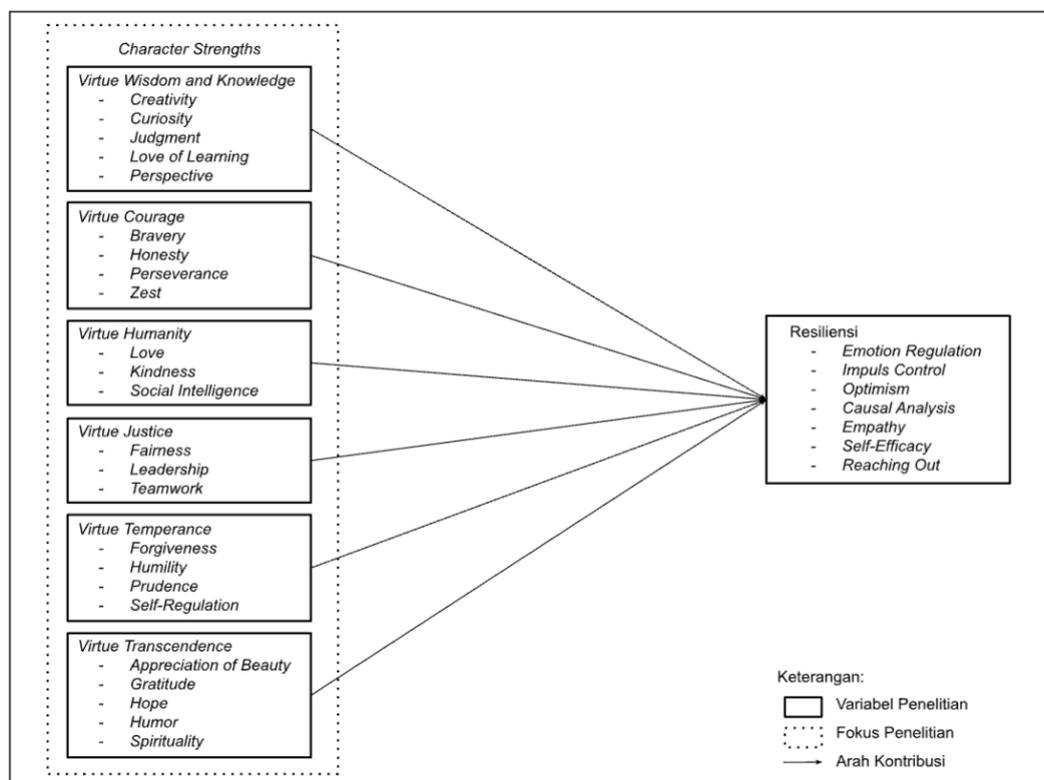
Character strengths merupakan salah satu faktor protektif dari resiliensi (Bahri, 2016). Setiap individu memiliki *character strengths* dominan yang berbeda-beda dan *character strengths* dapat membantu individu dalam mengatasi kesulitan hidup yang tidak dapat dihindari (The Positivity Project, 2021). Penelitian yang dilakukan oleh Martinez-Marti dan Ruch (2016) diperoleh bahwa terdapat tiga *character strengths* yang memiliki korelasi yang sangat besar dengan resiliensi, yaitu *hope*, *zest*, dan *bravery*.

Character strengths memiliki fungsi penting dalam memelihara resiliensi (Niemic, 2019). Shoshani dan Slone (2016) juga menemukan bahwa *character strengths* memiliki peran yang penting dalam mengembangkan resiliensi. Boe (2015) juga menemukan bahwa *character strengths* memiliki kontribusi terhadap pengembangan resiliensi.

Chérif, Wood, dan Wilkin (2021) menemukan bahwa *character strengths* *perseverance*, *bravery*, dan humor menjadi indikator dalam meningkatkan resiliensi, ditemukan juga bahwa memanfaatkan *character strengths* yang dimiliki dapat meningkatkan kinerja akademik dan performa fisik individu. Pada sebuah penelitian juga ditemukan bahwa terdapat 20 dari 24 *character strengths* (selain *spirituality*, *love of learning*, *humility*, dan *prudence*) memiliki korelasi positif dan signifikan terhadap resiliensi (Lapierre et al., 2023). Pada beberapa penelitian juga

ditemukan bahwa *character strengths humor* dapat meningkatkan kebahagiaan dan resiliensi individu, serta merupakan sifat yang bernilai positif secara moral (Müller dan Ruch; Peterson dan Seligman dalam Raecke dan Proyer, 2022; Bustam, Gismin, dan Radde, 2021).

2.3. Kerangka Konseptual



Gambar 2.1 Kerangka Konseptual Penelitian

Kerangka konseptual di atas menggambarkan hubungan antarvariabel yang akan diteliti dalam penelitian ini. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui kontribusi *character strengths* terhadap resiliensi perempuan penyintas kekerasan seksual. Kontribusi dari masing-masing *character strengths* terhadap resiliensi diukur melalui pengukuran masing-masing variabel tersebut.

2.4. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah dan kerangka konseptual yang telah diuraikan, maka hipotesis penelitian ini adalah sebagai berikut:

H_0 = Tidak terdapat kontribusi *character strengths* terhadap resiliensi yang dimiliki perempuan penyintas kekerasan seksual.

H_a = Terdapat kontribusi *character strengths* terhadap resiliensi yang dimiliki perempuan penyintas kekerasan seksual.