



## **EMOTIONAL FOCUSED COPING DAN RESILIENSI WANITA KORBAN KDRT DI SUMATERA BARAT**

**Permata Julice Putri, Rida Yanna Primanita**

Jurusan Psikologi, Fakultas Pendidikan Psikologi dan Kesehatan,

Universitas Negeri Padang, Indonesia

### **Abstrak**

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang bertujuan untuk melihat hubungan antara emotional focused coping dan resiliensi wanita korban kekerasan dalam rumah tangga di Sumatera Barat. Subjek dalam penelitian ini terdiri dari 55 wanita Sumatera Barat yang dipilih melalui teknik purposive sampling, yaitu dengan kriteria telah menikah minimal selama 2 tahun dan berusia lebih dari 21 tahun, mengalami kekerasan dalam rumah tangga, serta masih mempertahankan rumah tangganya tersebut. Berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan positif antara emotional focused coping dan resiliensi pada wanita yang mengalami kekerasan dalam rumah tangga di Sumatera Barat dengan nilai signifikansi sebesar .000 dan koefisien korelasi sebesar .612. Artinya, semakin baik kemampuan emotional focused coping yang dimiliki oleh wanita yang mengalami kekerasan dalam rumah tangga di Sumatera Barat, maka akan semakin baik pula kemampuan wanita tersebut untuk resilien dalam kekerasan yang dialami. Selain itu, juga ditemukan bahwa sebagian besar wanita yang mengalami kekerasan dalam rumah tangga di Sumatera Barat berada pada kategori tinggi pada semua aspek resiliensi dan aspek emotional focused coping.

**Kata Kunci:** Emotional focused coping, resiliensi, sumatera barat, Wanita.

## PENDAHULUAN

Kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) adalah fenomena yang umum terjadi dan kebanyakan yang menjadi korban kekerasan ialah perempuan. Berdasarkan data yang diperoleh dari Komisi Nasional Perempuan pada tahun 2019 ditemukan bahwa sebanyak 431.471 kasus kekerasan terhadap perempuan telah dilaporkan, 462 kasus diantaranya merupakan kekerasan terhadap istri atau sekitar 49.6 % dari total KDRT. Kekerasan rumah tangga didefinisikan sebagai segala bentuk tindakan seseorang terhadap orang lain dalam hubungan rumah tangganya yang menimbulkan

kesengsaraan/penderitaan secara fisik, psikologis, seksual dan terabaikan dalam rumah tangga termasuk tindakan yang bersifat mengancam untuk melakukan perbuatan perampasan kemerdekaan, atau pemaksaan ilegal dalam rumah tangganya (Makaro, Weny, & Syaiful, 2013).

Jenis kekerasan rumah tangga yang dialami seorang istri bisa bermacam-macam bentuknya. Berdasarkan wawancara yang dilakukan terhadap salah satu istri yang mengalami KDRT, ditemukan bahwa bentuk kekerasan yang seringkali dialaminya ialah kekerasan psikis berupa kekerasan verbal, kekerasan fisik berupa penjabakan atau pemukulan, dan penelantaran rumah tangga berupa tidak diberikannya uang untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari oleh suami.

Kekerasan dalam rumah tangga terhadap perempuan dapat berdampak serius tidak hanya pada fisik namun juga psikologis korban. Dampak fisik menyebabkan korban mengalami luka-luka dan memar (Lujeng, Sukohar, Hutahuruk, & Putra, 2016). Sedangkan dampak psikologis yang dialami oleh korban dapat berupa perasaan letih, kelainan, ketakutan, cemas, gangguan makan dan tidur serta stress post traumatic (Sutrisminah, 2012). Hasil

wawancara terhadap beberapa korban penelitian menunjukkan bahwa selain memperoleh memar di tubuhnya, korban juga mengatakan bahwa seringkali merasakan sakit kepala, depresi bahkan memiliki keinginan untuk melakukan bunuh diri. Agar dampak kekerasan tersebut tidak membekas lebih lama dan meninggalkan trauma yang mendalam, maka dibutuhkan kemampuan untuk bertahan dan beradaptasi dalam situasi tersebut. Kemampuan seseorang untuk beradaptasi dan mengatasi suatu kejadian atau masalah yang berat yang terjadi dalam kehidupannya disebut sebagai resiliensi (Reivich & Shatte, 2002). Wagnild dan Young (1993) berpendapat bahwa resiliensi ialah kekuatan emosional yang dimiliki seseorang agar mampu beradaptasi terhadap kondisi ketidak beruntungan yang dialaminya dalam hidup.

Seseorang akan mampu bertahan dan beradaptasi dalam kehidupannya yang menekan apabila orang tersebut melakukan usaha yang efektif untuk mengatasi masalah atau situasi yang menekan tersebut (Pratiwi & Hirmaningsih, 2016). Upaya untuk mengatasi tekanan ini disebut coping. Coping didefinisikan sebagai usaha seseorang untuk mengatasi masalah dan menangani emosi yang biasanya bersifat negatif (Davison, Neale, & Kring). Sedangkan Lazarus dan Folkman (1984) menyatakan bahwa coping ialah usaha kognitif dan perilaku yang dilakukan untuk mengatasi tuntutan internal/eksternal tertentu yang dianggap sebagai ancaman atau diluar kemampuan orang tersebut.

Terdapat 2 strategi coping, yaitu problem focused coping dan emotional focused coping. Problem focused coping atau coping yang memfokuskan pada masalah, yaitu secara langsung mencoba untuk memecahkan masalah atau berusaha mencari informasi yang berkaitan dengan pemecahannya. Emotional focused coping atau coping

yang memfokuskan pada emosi ialah usaha yang dilakukan agar reaksi-reaksi emosional yang bersifat negatif terhadap stres dapat hilang, tanpa mengubah keadaan yang secara langsung menjadi sumber stress (Lazarus & Folkman, 1984; Lazarus & Folkman (dalam Davison et al., 2016).

Pada umumnya perempuan yang mengalami KDRT cenderung menggunakan strategi emotional focused coping. Fawcett, Heise, Isita-Espejel, dan Pick (1999) menemukan bahwa perempuan yang menjadi korban KDRT seringkali bersikap sabar, bertoleransi, atau melakukan apapun yang diperintahkan oleh pasangannya. Hasil wawancara yang dilakukan terhadap beberapa korban menunjukkan bahwa korban lebih memilih untuk bersikap sabar dan tidak membantah apapun yang diperintahkan oleh suaminya. Meskipun para korban berkeinginan untuk bercerai dengan suami, namun hal ini tidak bisa mereka lakukan karena khawatir dengan anak-anak mereka, mereka juga tidak sanggup merasakan kesepian apabila ditinggal oleh suami, serta khawatir tidak mampu memenuhi kebutuhan ekonomi.

Berdasarkan penjelasan diatas, ditemukan bahwa strategi coping memiliki hubungan dengan resiliensi seseorang dalam menghadapi suatu permasalahan. Dengan demikian, penelitian ini memiliki tujuan untuk melihat hubungan antara strategi coping berupa emotional focused coping dengan resiliensi pada wanita yang mengalami KDRT. Hipotesis penelitian ini adalah adanya hubungan antara resiliensi dengan emotional focused coping pada wanita korban KDRT di Sumatera Barat.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan variabel penelitian berupa resiliensi dan emotional focused coping, dimana resiliensi sebagai dependen variable dan

emotional focused coping sebagai independen variable. Subjek pada penelitian ini berjumlah 55 wanita yang mengalami KDRT yang tinggal di Sumatera Barat. Sampel dipilih menggunakan teknik non probability sampling berupa teknik purposive sampling, yaitu teknik pengambilan sampel berdasarkan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2013). Subjek-subjek ini dipilih melalui kriteria yang telah ditentukan. Kriteria tersebut adalah wanita yang telah menikah minimal selama 2 tahun dan berusia lebih dari 21 tahun, mengalami kekerasan dalam rumah tangga, serta masih mempertahankan rumah tangganya tersebut.

Data dalam penelitian ini dikumpulkan dengan menggunakan metode berupa skala resiliensi yang disusun oleh Wagnild (2009) yang kemudian diadaptasi dan dimodifikasi oleh peneliti serta skala emotional focused coping yang dikembangkan dari aspek-aspek dari Folkman, Lazarus, Gruen, dan Delongis (1986). Respon jawaban yang digunakan pada skala resiliensi berupa sangat tidak sesuai (STS) bernilai 1, tidak sesuai (TS) bernilai 2, sesuai (S) bernilai 3, dan sangat sesuai (SS) bernilai 4. Demikian juga pada skala emotional focused coping, respon jawaban berupa sangat sesuai (SS) bernilai 4, sesuai (S) bernilai 3, tidak sesuai (TS) bernilai 2, dan sangat tidak sesuai (STS) bernilai 1. Kemudian dilakukan uji coba terhadap skala penelitian dengan dibagikan kepada wanita yang sudah menikah minimal dua tahun dan berdomisili di Sumatera Barat. Data yang diperoleh kemudian diolah dengan menggunakan bantuan SPSS 16.0 untuk diuji reliabilitas dan validitas alat ukur.

Setelah melalui uji coba skala penelitian, didapatkan 12 item untuk skala emotional focused coping dan 10 item untuk skala resiliensi yang dapat digunakan maka prosedur selanjutnya

ialah pengumpulan data menggunakan skala yang telah valid dan reliabel. Pengumpulan data ini dilakukan untuk menguji linearitas, menguji normalitas, dan menguji homogenitas yang bertujuan untuk mengetahui apakah asumsi parametrik terpenuhi. Karena data yang diperoleh ternyata tidak homogen dan asumsi parametrik tidak terpenuhi, maka hipotesis penelitian diuji dengan teknik statistik non parametrik berupa Spearman Rank Correlation yang bertujuan untuk melihat hubungan antara variabel emotional focused coping dan resiliensi pada wanita yang mengalami KDRT.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

**Hasil**

Subjek pada penelitian ini adalah 55 orang istri yang mengalami KDRT yang berdomisili di Sumatera Barat dengan rentang usia 22-60 tahun. Hasil analisis data menunjukkan bahwa keseluruhan subjek penelitian memiliki kemampuan emotional focused coping dengan kategori tinggi. Selain itu, ditemukan juga bahwa seluruh subjek penelitian memiliki kemampuan resiliensi yang tergolong dalam kategori tinggi.

Sebelum dilakukannya pengujian hipotesis, maka dilakukan uji normalitas, uji linearitas, serta uji homogenitas terlebih dahulu untuk mengetahui apakah asumsi parametrik terpenuhi. Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa nilai signifikansi  $.077 > .05$ , artinya sebaran data berdistribusi normal. Kemudian uji linearitas memperoleh nilai signifikansi  $.435 > .05$ , artinya terdapat hubungan linear antara variabel resiliensi dengan variabel emotional focused coping. Selain itu, berdasarkan uji homogenitas diperoleh nilai signifikansi  $.003 < .05$ , artinya data dalam variabel resiliensi dan variabel emotional focused coping tidak bersifat homogen atau dapat dikatakan bahwa data tidak memiliki varians yang

sama. Berdasarkan analisis data yang telah dilakukan, ternyata asumsi parametrik tidak terpenuhi maka hipotesis penelitian diuji dengan menggunakan teknik statistik non parametrik berupa Spearman Rank Correlation untuk mengetahui apakah adanya hubungan antara dua variabel. Hasil uji hipotesis menggunakan Spearman Rank Correlation dapat diketahui melalau tabel dibawah ini:

**Tabel 1. Uji Korelasi Spearman Rank**

		EFC	Resiliensi
EFC	Correlation Coefficient	1	.612**
	Sig. (2-tailed)	.	.000
	N	55	55
Resiliensi	Correlation Coefficient	.612**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.
	N	55	55

Hipotesis penelitian memprediksi bahwa adanya hubungan antara resiliensi dengan emotional focused coping pada wanita yang mengalami KDRT di Sumatera Barat. Berdasarkan uji hipotesis Spearman Rank Correlation yang dilakukan melalui SPSS diperoleh nilai signifikan  $.000 < .05$ . Artinya hipotesis penelitian diterima, yaitu adanya hubungan yang signifikan antara resiliensi dengan emotional focused coping pada wanita korban KDRT di Sumatera Barat. Selain itu, diperoleh nilai Correlation Coefficient sebesar  $.612$ . Nilai koefisien yang positif menunjukkan bahwa apabila emotional focused coping yang dimiliki seseorang meningkat maka kemampuan resiliensinya juga akan ikut meningkat, begitu juga sebaliknya. Nilai Correlation Coefficient sebesar  $.612$  juga menunjukkan bahwa hubungan antara resiliensi dan emotional focused coping mempunyai kekuatan korelasi yang sedang.

**PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil uji hipotesis melalui Spearman Rank Correlation

diketahui bahwa adanya hubungan yang signifikan antara resiliensi dan emotional focused coping pada wanita korban KDRT di Sumatera Barat. Artinya, wanita-wanita di Sumatera Barat yang mengalami KDRT ini menunjukkan bahwa kemampuan emotional focused coping yang mereka miliki berhubungan dengan kemampuan mereka untuk resilien dalam kekerasan yang mereka alami. Seseorang akan mampu resilien dalam kehidupannya yang menekan apabila orang tersebut melakukan usaha yang efektif untuk mengatasi masalah/situasi yang menekan tersebut (Pratiwi & Hirmaningsih, 2016). Berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa wanita-wanita yang mengalami KDRT di Sumatera Barat ini seringkali melakukan beberapa upaya agar bisa tetap bertahan dalam rumah tangga mereka seperti mencari dukungan dari orang lain, bersenang-senang dengan orang lain, melakukan kegiatan yang dirasa bermanfaat, dan tidak terlalu memikirkan kekerasan yang mereka alami. Selain itu, tidak sedikit pula wanita yang berupaya memperbaiki diri agar menjadi lebih baik ketika dihadapkan pada permasalahan kekerasan rumah tangga yang dialaminya.

Hasil dalam penelitian ini serupa dengan beberapa penelitian yang pernah dilakukan sebelumnya. Menurut Kumpfer, coping berperan dalam mengembangkan resiliensi (Pratiwi & Hirmaningsih, 2016). Li (2008) menemukan bahwa penggunaan coping yang aktif seperti mencari bantuan dan menyelesaikan masalah akan menghasilkan resiliensi. Carver, Scheier, dan Weintraub berpendapat bahwa emotional focused coping dapat mencegah seseorang larut dalam emosi yang bersifat negatif dan membantu seseorang untuk mampu mengambil tindakan proaktif dalam menghadapi emosi yang muncul (Pratiwi & Hirmaningsih, 2016). Hasil penelitian terhadap wanita yang mengalami KDRT

di Sumatera Barat menunjukkan bahwa melarikan diri dari situasi yang menekan dengan bersenang-senang bersama orang lain, dapat membuat korban merasa lebih bahagia dan tidak ketergantungan dengan pasangan. Selain itu, dalam penelitiannya Rizky menemukan bahwa resiliensi berkaitan erat dengan strategi emotional focused coping karena menjadi pasien kangker adalah suatu hal yang tidak terhindarkan, maka menggunakan emotional focused coping merupakan strategi yang tepat (Pratiwi & Hirmaningsih, 2016).

Berdasarkan hasil pengolahan data juga ditemukan bahwa kebanyakan wanita yang mengalami KDRT di Sumatera Barat memiliki kemampuan emotional focused coping dan resiliensi yang berada pada kategori yang tinggi. Artinya, seseorang yang memiliki kemampuan emotional focused coping yang tinggi akan memiliki kemampuan resiliensi yang juga tinggi. Hal ini disebabkan karena dengan adanya kemampuan yang baik dalam mengatasi masalah atau situasi yang menekan tanpa langsung mengubah situasi yang menjadi sumber stress, dapat membuat seseorang memiliki kemampuan yang baik pula dalam bertahan serta beradaptasi terhadap suatu masalah/kejadian yang berat yang sedang terjadi dalam hidup mereka. Hal tersebut diperkuat oleh temuan penelitian yang menunjukkan bahwa sebagian besar wanita korban kekerasan dalam rumah tangga di Sumatera Barat memiliki kategori yang tinggi pada semua aspek resiliensi, yaitu pada aspek meaningfulness dengan perilaku yang terlihat seperti wanita yang mengalami KDRT di Sumatera Barat berusaha memperbaiki masalah rumah tangga yang dialami agar kehidupan rumah tangganya bahagia, aspek perserverance dengan perilaku yang muncul seperti tetap bertahan dalam masalah kekerasan rumah tangga yang dialami sambil

mencari jalan keluar dari masalah tersebut, aspek self-reliance dengan perilaku yang menunjukkan keyakinan bahwa mereka dapat mengatasi dan melewati kekerasan yang terjadi dalam rumah tangga yang dijalani, aspek existential aloness dengan perilaku yang muncul seperti penerimaan pada wanita yang mengalami kekerasan rumah tangga atas kondisi yang terjadi, dan aspek equanimity dengan perilaku yang menunjukkan bahwa wanita korban kekerasan rumah tangga dapat melihat sisi positif dari masalah yang dialaminya. Demikian juga pada emotional focused coping, semua aspek berada pada kategori tinggi yaitu aspek distancing dengan perilaku yang muncul seperti menganggap seolah-olah kekerasan rumah tangga yang dialami tidak pernah terjadi, self-control dengan perilaku yang muncul seperti tidak terburu-buru dan bijak dalam membuat keputusan untuk menyelesaikan masalah dengan suami, accepting responsibility dengan perilaku yang muncul seperti melakukan usaha atau upaya untuk mengatasi kekerasan rumah tangga yang dialami, escape-avoidance yang ditunjukkan dengan perilaku yang muncul seperti melarikan diri dari situasi yang menekan dengan bersenang-senang bersama teman karena merasa tidak dapat mengubah sikap suami yang sering melakukan kekerasan, positive reappraisal dengan perilaku yang muncul seperti berupaya untuk berubah menjadi diri yang lebih baik ketika mengalami KDRT, serta seeking social support dengan perilaku yang muncul seperti mencari dukungan atau perhatian dari orang lain ketika mengalami kekerasan rumah tangga. Hal ini dapat menjelaskan mengapa dalam penelitian ini ketika wanita sedang mengalami KDRT yang dilakukan oleh suaminya, wanita tersebut lebih memilih untuk mendekatkan diri dengan tuhan, menghindari konflik dengan suaminya, bersikap sabar dengan perlakuan suaminya dan ada juga yang

lebih memilih mencari perhatian dari orang sekitarnya.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Kesimpulan**

Berdasarkan pengolahan data dan hasil temuan maka dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan positif antara emotional focused coping dan resiliensi pada wanita yang menjadi korban KDRT. Hal ini menunjukkan semakin tinggi kemampuan emotional focused coping yang dimiliki wanita yang mengalami KDRT, maka kemampuan resiliensi wanita tersebut juga akan semakin tinggi. Selain itu, juga dapat disimpulkan bahwa sebagian besar wanita yang mengalami KDRT di Sumatera Barat berada pada kategori tinggi pada semua aspek resiliensi dan aspek emotional focused coping. Hal ini dapat menjelaskan mengapa kemampuan emotional focused coping dan resiliensi yang dimiliki oleh sebagian besar wanita yang mengalami KDRT di Sumatera Barat tergolong dalam kategori tinggi.

### **Saran**

Berdasarkan pengolahan data dan hasil penelitian, peneliti selanjutnya disarankan agar menambah jumlah subjek penelitian sehingga didapatkan hasil yang lebih baik dalam menggambarkan hubungan antara kedua variabel. Selain itu, peneliti selanjutnya perlu untuk melakukan wawancara mendalam terhadap subjek penelitian. Serta disarankan juga untuk menyelidiki faktor-faktor yang mungkin berpengaruh terhadap kemampuan resiliensi dan emotional focused coping wanita yang mengalami kekerasan dalam rumah tangga.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Davison, G. C., Neale, J. M., & Kring, A. M. (2016). *Abnormal psychology (psikologi abnormal)* edisi ke 9 (Fajar, N., Trans). Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada. (Original work published 1859).
- Fawcett, G. M., Heise, L. L., Isita-Espejel, I., & Pick, S. (1999). Changing community responses to wife abuse. *American Psychologist*, 54, 41-49.
- Folkman, S., Lazarus, R. S., Gruen, R. J., & DeLongis, A. (1986). Appraisal, coping, health status, and psychological symptoms. *Journal of Personality and Social Psychology*, 50(3), 571-579.
- Komisi Nasional Perempuan. (2020). *Catatan kekerasan terhadap perempuan tahun 2009*. Jakarta: KOMNAS Perempuan.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer Publishing Company.
- Li, M. (2008). Relationship among stress, secure attachment, and trait of resilience among taiwanese college student. *College Student Journal*, 42, 312-325.
- Lujeng, R., Sukohar, A., Hutahuruk, P., & Putra, A. (2016). Kekerasan dalam rumah tangga pada kasus pernikahan dini. *Jurnal Medula Unila*, 6(10), 143-148. Retrieved from <http://jurnal.kedokteran.unila.ac.id/index.php/medula/article/view/862/pdf>
- Makaro, T. M., Weny, B., & Syaiful, A. (2013). *Hukum perlindungan anak dan penghapusan kekerasan dalam rumah tangga*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Pratiwi, A. C., & Hirmaningsih. (2016). Hubungan coping dan resiliensi pada perempuan kepala rumah tangga miskin. *Jurnal Psikologi*, 12(2), 68-73.
- Reivich, K., & Shatte, A. (2002). *The resilience factor: 7 Essential skills for overcoming life's inevitable obstacles*. Broadway Books.
- Sugiyono. (2013). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sutrisminah, E. (2012). Dampak kekerasan pada istri dalam rumah tangga terhadap kesehatan reproduksi. *Kebidanan FIK Unissula*, 50(127). Retrieved from <http://jurnal.unissula.ac.id/index.php/majalahilmiahsultanagung/article/view/62/56>
- Wagnild, G. M. (2009). A review of the resilience scale. *Journal of Nursing Measurement*, 17(2), 105-113.
- Wagnild, G. M., & Young, H. M. (1993). Development and psychometric evaluation of the resilience scale. *Journal of Nursing Measurement*, 1(2), 165-178.