

## **Penerimaan Diri dan Harga Diri pada Perempuan Korban Kekerasan**

**Auranisa Kania Aulia Situsmara**

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

**Mamang Efendy**

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

**Rahma Kusumandari**

Fakultas Psikologi, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya

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

### **Abstract**

*The purpose of this study is to determine how Surabaya women who have experienced violence relate to their level of self-acceptance and self-esteem. The study used a correlational design and a quantitative approach. 111 adult female victims of violence between the ages of 20 and 30 were chosen by chance. A self-esteem scale and a self-acceptance scale based on the Likert scale were among the tools used to collect data. The Spearman rho correlation test was used to analyze the data. The findings showed a strong positive correlation between self-esteem and self-acceptance. This suggests that self-esteem increases with the degree of self-acceptance. This study advances our knowledge of the psychological variables affecting women who have experienced violence and lays the groundwork for more potent interventions aimed at regaining their psychological health. as well as acronyms. Don't write the score of data analysis result in the abstract*

**Keywords:** *Self-Acceptance, Self-Esteem, Violence, Women*

### **Abstrak**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana perempuan Surabaya yang pernah mengalami tindak kekerasan berhubungan dengan tingkat penerimaan diri dan harga diri mereka. Penelitian ini menggunakan desain korelasional dan pendekatan kuantitatif. Sebanyak 111 perempuan dewasa korban tindak kekerasan berusia antara 20 dan 30 tahun dipilih secara acak. Skala harga diri dan skala penerimaan diri berdasarkan skala Likert termasuk di antara alat yang digunakan untuk mengumpulkan data. Uji korelasi Spearman rho digunakan untuk menganalisis data. Temuan penelitian menunjukkan adanya korelasi positif yang kuat antara harga diri dan penerimaan diri. Hal ini menunjukkan bahwa harga diri meningkat seiring dengan tingkat penerimaan diri. Penelitian ini memajukan pengetahuan kita tentang variabel psikologis yang memengaruhi perempuan yang pernah mengalami tindak kekerasan dan meletakkan dasar bagi intervensi yang lebih ampuh yang bertujuan untuk mendapatkan kembali kesehatan psikologis mereka.

**Kata kunci:** *Harga Diri, Kekerasan, Penerimaan Diri, Perempuan*

## Pendahuluan

Di platform media cetak dan online, kekerasan terhadap perempuan sering menjadi topik diskusi. Berita kekerasan terhadap perempuan dewasa dan anak-anak di Indonesia telah meningkat akhir-akhir ini. Fakta menunjukkan bahwa kaum pria masih melakukan kekerasan terhadap perempuan di berbagai belahan dunia. Karena kekerasan terhadap perempuan, korban mengalami penderitaan fisik dan psikologis, termasuk kematian, gangguan emosional atau mental, dan kualitas hidup yang buruk (Nasution & Anisa, 2020). Karena ketergantungan emosional ini, korban dapat merasa terjebak dalam hubungan yang tidak sehat, yang membuat sulit bagi pelaku untuk meninggalkan, meskipun mereka menyadari efek buruknya (Williams, 2014). Kekerasan terhadap perempuan adalah setiap tindakan berdasarkan perbedaan jenis kelamin yang menyebabkan atau dapat menyebabkan penderitaan atau kesengsaraan bagi perempuan secara fisik, seksual, atau mental, dan ekonomi mencakup risiko tindakan yang dipaksakan baik yang terjadi di depan umum maupun pribadi. Hal ini menunjukkan bahwa pemahaman yang lebih mendalam tentang akibat psikologis dari kekerasan terhadap perempuan sangat diperlukan, terutama terkait dengan bagaimana seseorang melihat dan menghormati diri mereka sendiri.

Pengalaman kekerasan ini dapat menyebabkan ketergantungan pada pelaku, menurut studi yang dilakukan oleh Campbell et al. (2002) baik secara finansial maupun emosional. Ketergantungan ini memperkuat hilangnya harga diri korban, karena korban merasa tidak mampu keluar dari situasi tersebut. Studi yang dilakukan oleh Bennett dan Goodman (2000) bahwa korban kekerasan sering kali merasa bahwa korban tidak layak untuk dicintai atau dihargai, yang membuat harga diri korban sangat rendah. Korban kekerasan cenderung merasa malu atau bahkan bersalah atas situasi yang korban alami, meskipun korban adalah pihak yang disakiti. Harga diri yang rendah dapat mengurangi kemampuan seseorang untuk menetapkan batasan yang sehat dan mempertahankan diri dari perilaku abusive dari pasangan korban. Harga diri yang rendah juga dapat membuat korban merasa tidak layak untuk mendapatkan hubungan yang sehat dan penuh kasih, sehingga korban mungkin menerima perlakuan buruk sebagai sesuatu yang "layak" korban terima.

Kemampuan seseorang untuk menerima dan menghargai dirinya secara keseluruhan, termasuk kelebihan dan kekurangan, dikenal sebagai penerimaan diri. Penerimaan diri sangat penting untuk membangun hubungan dan kepercayaan diri (Hurlock, 2002). Perempuan yang menjadi korban kekerasan sering mengalami pengalaman traumatis yang mengganggu kemampuan mereka untuk menerima diri. Setiap korban membutuhkan penerimaan diri. Korban yang tidak memiliki penerimaan diri yang baik akan mempengaruhi perkembangan dirinya dan hubungannya dengan orang lain; sebaliknya, korban yang memiliki penerimaan diri yang baik akan memiliki hubungan interpersonal yang positif dan baik. Rosenberg (1965) menyatakan bahwa pengalaman kekerasan juga dapat memengaruhi harga diri individu, yang merupakan representasi dari persepsi mereka tentang diri mereka sendiri. Perempuan dengan harga diri yang rendah sering merasa tidak berdaya dan sulit menjalani kehidupan baru.

Penelitian sebelumnya, seperti yang dilakukan oleh Mirzana dan Elmawati (2023) menunjukkan bahwa penerimaan diri dapat membantu meningkatkan harga diri seseorang. Namun, penelitian ini belum banyak menjelaskan hubungan antara penerimaan diri dan harga diri seseorang pada perempuan korban kekerasan, terutama di Kota Surabaya. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengisi celah ini dengan melihat bagaimana kedua variabel tersebut berhubungan satu sama lain. Penelitian ini baru karena berkonsentrasi pada perempuan korban kekerasan di Surabaya dan menggunakan teori harga diri Rosenberg (1965), serta teori penerimaan diri Hurlock (2002). Oleh karena itu, penelitian ini tidak hanya membantu perkembangan ilmu psikologi, tetapi juga memberikan wawasan praktis untuk membantu pemulihan psikologis perempuan yang menjadi korban kekerasan.

### Metode

Studi ini menyelidiki hubungan antara penerimaan diri dan harga diri perempuan korban kekerasan di Kota Surabaya. Sebanyak 111 perempuan dewasa, berusia antara 20 dan 30 tahun, dipilih untuk menggunakan aplikasi GPower secara tidak sengaja. Para peserta mengalami berbagai jenis kekerasan, termasuk kekerasan fisik, mental, dan ekonomi. Untuk mempermudah akses ke subjek penelitian, teknik sampling bola salju dipilih. Penelitian dimulai dengan berhubungan dengan lembaga atau individu yang menangani korban kekerasan. Kemudian, jaringan tersebut berkembang melalui saran dari partisipan sebelumnya. Data dikumpulkan menggunakan dua skala psikologi berbasis Likert, skala harga diri dan skala penerimaan diri. Pernyataan mendukung (favorable) dan tidak mendukung (unfavorable) dimasukkan ke dalam kedua skala ini, yang masing-masing memiliki skor 1-4. Uji korelasi Spearman rho digunakan untuk menganalisis data dan mengidentifikasi hubungan antara penerimaan diri dan harga diri. Uji ini dipilih karena data yang dianalisis tidak berdistribusi normal berdasarkan hasil uji Kolmogorov-Smirnov.

### Hasil

Sebelum melakukan analisis data penelitian, peneliti melakukan uji deskriptif, uji normalitas, dan uji hipotesis untuk mengklasifikasikan hasil untuk variable harga diri.

Tabel 1. Distribusi kategorisasi harga diri

Kategori	Interval	Frekuensi	Presentase	Mean/SD
Rendah	$\leq 77$	28	25,2%	86/13
Sedang	78-93	35	31,5%	
Tinggi	$\geq 94$	48	43,2%	
<b>N</b>		111	100	

Tabel 2. Distribusi kategorisasi religiusitas

Kategori	Interval	Frekuensi	Presentase	Mean/SD
Rendah	≤116	30	27,0%	129/19
Sedang	117-140	33	29,7%	
Tinggi	≥141	48	43,2%	
<b>N</b>		111	100	

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas

Penerimaan Diri (X) Dan Harga Diri (Y)	Kolmogorov-Smirnov		Keterangan
	df	Sig.	
	111	0,000	Tidak Normal

Hasil uji normalitas bahwa berdistribusi tidak normal yaitu sebesar 0,000 yang mana seperti pada ketentuannya yaitu  $< 0,05$ .

Tabel 4. Hasil uji hipotesis tentang hubungan harga diri dengan penerimaan diri

Variabel	R	Sig
Penerimaan Diri Dengan Harga Diri	0,898	0,000

Berdasarkan hasil uji, hubungan antara variabel Penerimaan Diri dan Harga Diri diuji dengan menggunakan Spearman rho. Hasilnya menunjukkan nilai signifikansi ( $p$ ) sebesar 0,000, yang lebih kecil dari 0,001 ( $p = 0,001$ ), dan koefisien korelasi yang diperoleh adalah 0,898, yang menunjukkan hubungan yang positif antara kedua variabel.

## Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan hubungan positif yang signifikan antara penerimaan diri perempuan korban kekerasan di Kota Surabaya dan harga diri mereka, dengan koefisien korelasi sebesar 0,898 ( $p < 0,01$ ). Hal ini menunjukkan bahwa penerimaan diri seseorang lebih dekat dengan harga dirinya. Hasil ini mendukung teori Rosenberg (1965), yang menyatakan bahwa harga diri adalah persepsi seseorang terhadap dirinya sendiri yang mencakup keyakinan dan kemampuan mereka. Pengalaman traumatik yang melibatkan kekerasan fisik, psikis, dan ekonomi seringkali menyebabkan perempuan korban kekerasan kehilangan harga diri. Korban yang terus mengalami kekerasan merasa tidak berharga, kehilangan kepercayaan diri, dan terjebak dalam rantai trauma. Perempuan dengan

harga diri rendah juga cenderung memandang negatif dirinya, menurut penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Sherer (2009).

Penerimaan diri memiliki peran penting dalam proses pemulihan psikologis korban kekerasan. Menurut penelitian Neff dan Germer (2018), penerimaan diri membantu individu mengatasi perasaan bersalah, malu, dan rendah diri yang sering dialami oleh korban kekerasan. Dengan menerima kondisi diri apa adanya, termasuk kelemahan dan kekurangan, korban dapat membangun kembali rasa percaya diri dan memulai proses pemulihan. Penelitian ini memperkuat temuan dari studi oleh Ryff dan Keyes (1995), yang berpendapat bahwa penerimaan diri memungkinkan individu untuk melihat dirinya secara utuh tanpa berfokus pada kekurangan. Dalam konteks korban kekerasan, penerimaan diri dapat membantu mereka memahami bahwa pengalaman traumatis tidak mendefinisikan seluruh diri mereka, melainkan hanya sebagian dari pengalaman hidup yang dapat diatasi.

Namun, hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian Maulida dan Rifayanti (2022), yang berfokus pada hubungan antara harga diri dan pengungkapan diri perempuan korban kekerasan dalam pacaran. Studi ini lebih menekankan pada pengaruh lingkungan sosial terhadap harga diri korban, sementara penelitian ini memberikan fokus pada penerimaan diri sebagai faktor utama yang memengaruhi harga diri korban. Dengan demikian, penelitian ini memberikan kontribusi yang berbeda dalam memahami dinamika psikologis perempuan korban kekerasan. Implikasi dari penelitian ini adalah pentingnya intervensi berbasis penerimaan diri untuk membantu korban kekerasan memulihkan harga diri mereka. Terapi berbasis mindfulness atau self-compassion dapat digunakan untuk membantu korban menerima dirinya secara utuh dan memulai langkah-langkah pemulihan. Selain itu, pendekatan kelompok dukungan dapat menjadi media bagi korban untuk berbagi pengalaman dan mendapatkan dukungan emosional yang positif.

Penelitian ini membantu kemajuan penelitian dengan menekankan hubungan antara penerimaan diri dan harga diri dalam populasi perempuan korban kekerasan, yang belum banyak diteliti sebelumnya. Hal ini memungkinkan penelitian lebih lanjut, seperti penerapan metode jangka panjang untuk melacak perubahan dalam penerimaan diri dan harga diri dalam jangka panjang atau pembuatan intervensi psikologis yang lebih khusus.

## **Kesimpulan**

Ada korelasi positif yang signifikan antara penerimaan diri perempuan korban kekerasan di Kota Surabaya dan harga diri mereka. Tingkat penerimaan diri seseorang terhadap dirinya berkorelasi positif dengan tingkat harga dirinya. Ini dibuktikan oleh koefisien korelasi sebesar 0,898 ( $p < 0,01$ ), yang mendukung teori Rosenberg (1965), dan menekankan betapa pentingnya penerimaan diri untuk membantu korban kekerasan pulih harga dirinya. Dengan demikian, hipotesis penelitian terbukti valid dan diterima.

Peneliti selanjutnya harus melihat faktor lain yang dapat memengaruhi hubungan antara penerimaan diri dan harga diri, seperti dukungan sosial, pengalaman masa lalu, dan faktor budaya. Penelitian dengan desain jangka panjang juga disarankan untuk

melihat bagaimana perubahan penerimaan diri dan harga diri pada korban kekerasan berubah selama periode waktu yang lama. Selain itu, satu area yang menarik untuk membantu korban kekerasan meningkatkan penerimaan diri dan harga diri mereka secara lebih efektif adalah pengembangan intervensi psikologis berbasis kesadaran diri atau empati diri.

## Referensi

- Bernard, M. E. (Ed.). (2013). *The Strength of Self-Acceptance: Theory, Practice and Research*. New York: Springer.
- Creswell, J. W. (2014). *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*. 4th ed. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Hancock, K., Keast, H., & Ellis, W. (2017). The impact of cyber dating abuse on self-esteem: The mediating role of emotional distress. *Cyberpsychology: Journal of Psychosocial Research on Cyberspace*, 11(2).
- Handayani, M. M., Ratnawati, S., Helmi, A. F., & Mada, U. G. (2015). Efektifitas Pelatihan Pengenalan Diri Terhadap Peningkatan Penerimaan Diri Dan Harga Diri. *Jurnal Psikologi (Yogyakarta)*, 25(2), 47–55
- Hurlock, E.B. (2017). *Psikologi Perkembangan, Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Hurlock, E. B. (1998). *Personality development*. McGraw-Hill
- Kumari, S., Priyamvada, R, J. (2009). Possible psychosocial strategies for controlling violence against women. *Industrial Psychiatry Journal*, 18(2), 132–134
- Kusumawardhani, D. D. (2020). *Gambaran Penerimaan Diri Siswa yang Mengalami Perceraian Orangtua* (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA).
- Kusumawati, Farid dan Hartono, Yudi. 2019. *Buku Ajar Keperawatan Jiwa*. Jakarta: EGC.
- Maulidhea, P. Q. A., & Syafiq, M. (2022). Gambaran Penerimaan Diri Pada Lansia Yang Dititipkan Oleh Keluarga Di Panti Sosial. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 9, 206-217.
- Natasya, G. Y., & Susilawati, L. K. (2020). Pemaafan pada remaja perempuan yang mengalami kekerasan dalam menikah. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 1(3), 169-177.
- Neff, K., & Germer, C. (2018). *The Mindful Self-Compassion Workbook: A Proven Way to Accept Yourself, Build Inner Strength, and Thrive*.
- Nihayah, U., Winata, A. V. P., & Yulianti, T. (2021). Penerimaan diri korban toxic relationship dalam menumbuhkan kesehatan mental. Ghaidan: *Jurnal Bimbingan Konseling Islam dan Kemasyarakatan*, 5(2), 48-55.
- Ningsih, F. R., & Awalya, A. (2020). Hubungan antara Harga Diri dan Dukungan Sosial dengan Kepercayaan Diri Siswa SMK Nusa Bhakti Semarang. *Jurnal Edukasi: Jurnal Bimbingan Konseling*, 6(2), 198.

- Padillah, D. F., & Nurchayati. (2023). Penerimaan diri pada korban kekerasan seksual sekaligus pelaku pembunuhan. *Jurnal RAP (Riset Aktual Psikologi Universitas Negeri Padang)*, 13(2), 136-153.
- Poerwandari, E. Kristi. (2013). Pendekatan kualitatif untuk penelitian perilaku manusia. LPSP3 UI.
- Prameswari, V., & Khoirunnisa, R. N. (2020). Penerimaan Diri Pada Perempuan Korban Pelecehan Seksual yang Dilakukan Oleh Keluarga. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 7(4), 62–78.
- Rosenbreg, M. (1965). Society and the Adolescent Self-Image. 25-48
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of personality and social psychology*, 69(4), 719-727.
- Sherer, M. (2009). The nature and correlates of dating violence among Jewish and Arab youths in Israel. *Journal Family Violence*, 11–26
- Sumirat, I. R. (2017). Perlindungan Hukum terhadap Perempuan dan Anak Korban Kejahatan Perdagangan Manusia. *Jurnal Studi Gender dan Anak*, 3(01), 19-30.
- Supratiknya, A. (1995). Psikologi untuk Masyarakat Indonesia, 35-40
- Wangge, B. D., & Hartini, N. (2013). Hubungan antara penerimaan diri dengan harga diri pada remaja pasca perceraian orangtua. *Jurnal Psikologi Kepribadian dan Sosial*, 2(1), 1-6
- Wikananda, L. T. (2021). Hubungan antara harga diri dengan resiliensi pada remaja korban perundungan siber di Kota Purwokerto (Doctoral dissertation, Universitas Mercu Buana Yogyakarta).