

Bab 4 Hasil dan Pembahasan

Bab ini menyajikan hasil temuan penelitian yang diperoleh melalui wawancara mendalam dengan partisipan yang merupakan perempuan korban pelecehan seksual pada masa kanak-kanak dan remaja. Data yang disajikan dalam bab ini dianalisis menggunakan pendekatan fenomenologi interpretatif (*Interpretative Phenomenological Analysis/IPA*), yang bertujuan untuk menggali dan memahami makna subjektif yang dimiliki partisipan atas pengalaman traumatis mereka, serta strategi *coping* yang dikembangkan dalam proses menghadapi dampak psikologis dari peristiwa tersebut.

Hasil Penelitian

Pada hasil penelitian ini, peneliti menguraikan hasil pengumpulan data dari 1 subjek, meliputi identifikasi diri, observasi subjek, serta hasil wawancara mengenai riwayat hidup dan strategi *coping*.

Identitas:

Nama (inisial)	: DN
Usia	: 24 tahun
Jenis Kelamin	: Perempuan
Pendidikan	: S1 – PGSD
Suku Bangsa	: Sunda
Agama	: Islam
Status dalam keluarga	: Anak Tunggal

Hasil Observasi

Observasi dilakukan untuk memperoleh gambaran yang mendalam mengenai kondisi nyata di lapangan serta untuk memperkuat data hasil wawancara. Melalui observasi ini, peneliti dapat melihat secara langsung perilaku, situasi, dan interaksi yang terjadi selama proses penelitian berlangsung.

Observasi Wawancara Pertama

Pada tahap ini, peneliti melakukan wawancara pertama sebagai bagian dari proses pengumpulan data untuk memperoleh pemahaman mendalam terkait fokus penelitian. Wawancara ini bertujuan untuk menggali pengalaman, pandangan, serta informasi yang relevan dari subjek.

Wawancara pertama dilakukan pada hari Sabtu tanggal 16 Agustus 2025 secara tatap muka. Sesuai kesepakatan bersama wawancara dilakukan di salah satu tempat kopi di Bandung, yaitu Kopi Eyang di daerah Ciumbuleuit. Peneliti datang pagi hari sekitar pukul sembilan. Ketika peneliti sampai, peneliti menunggu sejenak subjek yang belum datang. Lalu peneliti menyapa subjek dan subjek membuka helm dan jaketnya terlebih dahulu, serta berbincang-bincang sejenak. Sebelum memulai wawancara peneliti dan subjek memesan makan dan minuman terlebih dahulu. Sambil menunggu pesanan datang, peneliti menanyakan kabar subjek dan berbincang sedikit tentang idol korea. Setelah pesanan sudah datang semua. Sebelum memulai wawancara, peneliti meminta subjek untuk rileks terlebih dahulu.

Tempat. Tempat yang digunakan untuk melakukan wawancara adalah di tempat kopi eyang, di daerah Ciumbuleuit. Hal ini karena subjek ingin ambil jarak pertengahan agar sama-sama, dikarenakan subjek tinggal di Bandung Barat, Cililin. Sedangkan peneliti tinggal di daerah Bandung Timur, Cibiru Hilir.

Selain itu, subjek menyampaikan bahwa tidak masalah dan merasa aman jika wawancara dilakukan di ruang terbuka. Oleh karena itu, wawancara dilakukan di pojok cafe yang relatif tenang dan tidak banyak orang berlalu lalang, sehingga suasana lebih kondusif untuk melakukan wawancara. Posisi duduk saling berhadapan, agar komunikasi dapat berlangsung dengan nyaman dan tetap menjaga fokus selama proses wawancara.

Orang yang hadir. Dalam proses wawancara karena berada di ruangan terbuka, selain peneliti dan subjek ada juga beberapa pengunjung yang berlalu-lalang. Dalam kelancaran proses wawancara dan meminimalisir hal yang dapat mengganggu proses wawancara, peneliti memilih tempat di pojok ruang, sehingga tidak begitu ramai dilalui orang lain.

Proses wawancara. Proses wawancara dilakukan dengan bertatap muka secara langsung pada tanggal 16 Agustus 2025 dengan durasi kurang lebih satu jam, tujuannya agar peneliti dapat berinteraksi secara lebih mendalam dengan subjek melalui ekspresi wajah, bahasa tubuh, serta

kontak mata dengan subjek. Selain itu, beberapa kali wawancara juga dilakukan melalui obrolan daring untuk menyesuaikan kondisi. Dengan cara ini, pengumpulan data tetap dapat berlangsung optimal dan membantu peneliti memperoleh informasi yang dibutuhkan.

Selain itu, untuk menyesuaikan kondisi dan ketersediaan waktu subjek, beberapa wawancara juga dilakukan secara *daring* melalui pesan dan *voice note*. Cara ini tetap memungkinkan peneliti memperoleh data yang optimal dan sesuai dengan kebutuhan penelitian. Wawancara *daring* berlangsung dalam beberapa tahap, diantaranya; pada tanggal 27 Agustus 2025, 01 September 2025, 02 September 2025, 23 September 2025, serta pada tanggal 25 – 26 September 2025.

Karakteristik. Subjek dalam penelitian ini baru peneliti kenal pada saat penelitian ini dilakukan, tepatnya satu bulan yang lalu. Subjek yang baru pertama kali ditemui tampak ramah dan terbuka dalam berinteraksi. Ia terlihat asik dan menyenangkan saat diajak berdiskusi, terutama ketika topik pembicaraan menyangkut hal yang sama-sama disukai. Respon yang ditunjukkan cenderung positif, disertai ekspresi antusias, senyum, dan kontak mata yang baik. Hal ini menunjukkan bahwa subjek memiliki kemampuan untuk membangun suasana percakapan yang menyenangkan dan mudah menyesuaikan diri dalam sosial baru.

Deskripsi fisik Subjek merupakan seorang perempuan berusia 24 tahun dengan tinggi badan sekitar 165 cm dan berat badan kurang lebih 60 kg. Subjek memiliki kulit berwarna gelap, bermata sipit, menggunakan kacamata, serta memiliki bibir tipis dan susunan gigi yang rapi. Pada kedua pipinya tampak bekas jerawat. Selain itu, subjek menunjukkan beberapa bagian tubuh yang secara proporsional tampak menonjol akibat komposisi berat badannya.

Meskipun penampilan fisik bukan faktor penyebab pelecehan seksual, subjek melaporkan bahwa dirinya kerap menjadi sasaran perhatian yang tidak diinginkan dan komentar bernuansa seksual dari berbagai pelaku. Pengalaman tersebut terjadi berulang kali dalam beragam konteks, sehingga menunjukkan adanya pola objektifitas tubuh yang dilakukan oleh para pelaku terhadap tubuh subjek.

Pakaian yang dipakai. Saat itu subjek mengenakan baju hitam lengan panjang yang dibalut vest berwarna *cream*. Baju tersebut dipadukan dengan celana kulot panjang berwarna hitam dan subjek mengenakan kerudung segi empat berwarna hitam.

Deskripsi perilaku yang ditampilkan subjek. Dengan mendeskripsikan ciri-ciri subjek, peneliti mendeskripsikan subjek yang menampilkan perilaku serupa dengan yang dijelaskan, yaitu subjek termasuk orang yang ramah, apa adanya, dan jujur. Hal ini terlihat selama proses wawancara berlangsung ketika subjek menjawab jujur dan tanpa ragu-ragu menjawab pertanyaan.

Subjek memperlihatkan sikap kooperatif dengan meluangkan waktu di sela hari libur kerjanya untuk berpartisipasi dalam penelitian. Saat proses wawancara berlangsung, subjek awalnya terlihat canggung, setelah pertengahan wawancara barulah subjek terlihat santai namun tetap serius dalam menyampaikan informasi. Ia juga menjaga kontak mata dengan baik selama proses wawancara. Subjek menjawab pertanyaan dengan apa adanya, tidak berusaha menutupi pengalaman yang dimiliki, serta mampu menambahkan detail tambahan yang relevan. Sikap ini menunjukkan bahwa subjek memiliki karakter ramah, komunikatif, dan bertanggung jawab terhadap komitmen yang telah disepakati.

Observasi Wawancara Kedua

Pada tahap wawancara kedua, yaitu pada tanggal 27 Agustus 2025, sebagai tindakan lanjutan dari wawancara tatap muka yang telah dilakukan sebelumnya. Proses ini dilakukan secara daring melalui pesan, karena peneliti dan subjek tidak dapat bertemu langsung. Pada tahap ini, subjek merespons pesan peneliti dengan cukup cepat dan memberikan jawaban panjang secara tertulis. Respons tersebut menunjukkan keterbukaan subjek dalam menceritakan pengalaman pribadinya secara lebih detail dan mendalam.

Observasi Wawancara Ketiga

Wawancara ketiga yang dilakukan pada 01 dan 02 September 2025 setelah sebelumnya sempat tertunda karena kondisi subjek yang kurang baik pada tanggal 1 September. Pada wawancara ini, subjek menjawab pertanyaan-pertanyaan melalui *voice note* dengan durasi sekitar 8 menit. Dalam tanggapannya, subjek berbicara dengan cukup santai namun terdengar cukup tergesa. Meskipun demikian, isi jawaban yang disampaikan tetap jelas, runtun, dan relevan dengan pertanyaan peneliti. Dari gaya bicaranya, tampak bahwa subjek mulai lebih terbuka dan tidak seemosional wawancara sebelumnya.

Observasi Wawancara Keempat

Melalui wawancara ketiga yang dilakukan pada 23 September 2025 secara *daring* melalui chat dan *voice note* dengan durasi sekitar 5 menit. Pada sesi ini, peneliti berfokus untuk menggalu informasi lebih lanjut mengenai hubungan subjek dengan mantan pacarnya serta memastikan strategi *coping* yang dilakukan subjek setelah mengalami peristiwa pelecehan.

Dalam tanggapannya, subjek menjawab pertanyaan dengan nada bicara yang tenang dan jelas, menunjukkan bahwa ia mulai mampu membicarakan pengalaman tersebut dengan lebih terkendali secara emosional. Sikap subjek yang lebih stabil ini menunjukkan adanya proses penerimaan dan upaya pemulihan diri yang sedang berjalan.

Observasi Wawancara Kelima

Wawancara kelima dilakukan pada 25–26 September 2025 sebagai tahap klarifikasi dan verifikasi terhadap data yang telah diperoleh sebelumnya. Proses ini dilakukan melalui pesan tertulis. Subjek memberikan tanggapan dengan cukup komunikatif dan terbuka, bahkan menyertakan tangkapan layar percakapan dengan temannya sebagai bukti pendukung bahwa dirinya pernah mengalami pelecehan seksual dari mantan pacarnya. Sikap kooperatif tersebut menunjukkan bahwa subjek ingin memastikan keakuratan informasi dan mendukung kevalidan data penelitian.

Hasil Wawancara

Bagian ini memaparkan hasil wawancara yang telah dilakukan peneliti dengan subjek penelitian, melalui serangkaian pertemuan dan komunikasi *daring*. Wawancara pertama dilakukan secara tatap muka langsung pada 16 Agustus 2025 di salah satu kedai kopi di Bandung, yaitu Kopi Eyang di daerah Ciumbuleuit. Selanjutnya, beberapa wawancara lanjutan dilakukan secara *daring* untuk menyesuaikan kondisi dan ketersediaan waktu subjek, yakni pada tanggal 27 Agustus 2025, 1 dan 2 September 2025, 23 September 2025, serta 25 dan 26 September 2025.

Proses wawancara dilakukan melalui kombinasi chat tertulis dan *voice note* dengan durasi antara 5 hingga 8 menit pada setiap sesi. Melalui metode ini, peneliti dapat memperoleh data yang mendalam mengenai pengalaman pribadi, kondisi emosional, serta strategi *coping* yang digunakan subjek.

Informasi yang disajikan pada bagian ini disusun berdasarkan hasil wawancara yang telah direkam dan ditranskrip, kemudian diolah serta disajikan sesuai dengan fokus penelitian. Uraian pertama diawali dengan riwayat hidup subjek, diantaranya; latar belakang keluarga, riwayat pendidikan, minat dan hobi, hingga relasi sosial.

Riwayat Hidup

Pada bagian ini, peneliti memaparkan hasil wawancara yang berkaitan dengan riwayat hidup subjek, diantaranya; latar belakang keluarga, riwayat pendidikan, minat dan hobi, hingga relasi sosial. Informasi ini diperoleh dari beberapa sesi wawancara yang dilakukan secara tatap muka langsung, di mana subjek menceritakan kisah hidupnya dengan cukup terbuka dan reflektif. Melalui interaksi langsung ini, peneliti dapat menangkap ekspresi, bahasa tubuh, dan intonasi suara subjek yang membantu memperkaya pemahaman terhadap makna dari setiap pernyataan yang disampaikan.

Melalui penelusuran riwayat hidup ini, peneliti berupaya memahami konteks sosial dan emosional yang melatarbelakangi pengalaman subjek, sehingga dapat memberikan gambaran yang lebih menyeluruh mengenai kondisi diri subjek sebelum peristiwa utama yang menjadi fokus penelitian terjadi.

Latar belakang keluarga. DN merupakan seorang anak tunggal dari keluarga yang mengalami perceraian (*broken home*), sehingga sejak tahun 2018 ia sudah merasakan kondisi keluarga yang tidak utuh akibat perceraian kedua orang tuanya. Setelah kedua orang tua DN berpisah, mereka sama-sama menikah lagi. Kondisi ini menjadikan subjek berada dalam posisi yang cukup unik, karena secara biologis ia merupakan anak tunggal, akan tetapi setelah kedua orang tuanya sama-sama menikah lagi, ia memiliki delapan adik.

Hubungan DN dengan keluarga inti yang baru tidak selalu berjalan baik. Komunikasi DN dengan ayah tiri maupun ibu tirinya cenderung kurang harmonis, meskipun ibu kandung digambarkan memiliki sikap yang baik dan berusaha memberikan dukungan kepada DN. Sejak kecil juga DN lebih banyak menghabiskan waktu bersama nenek. Karena sejak kecil DN sering tinggal bersama nenek dan jarang bertemu kedua orang tuanya.

Dalam keseharian nya, subjek membantu ibu yang bekerja di warung sembari mengisi waktu luang dan menunggu proses wisuda. Selain karakteristik ibunya yang baik, ibu DN juga senantiasa menanamkan nilai-nilai kerja keras dan saling menghargai dalam keluarga. Hal tersebut

menjadi nilai hidup atau pegangan penting bagi DN dalam menjalani kehidupan, mengingat situasi keluarga yang kompleks dan penuh tantangan.

Riwayat Pendidikan. DN sudah menamatkan kuliah S1 program studi PGSD dan DN sedang menunggu wisuda. Saat kuliah, DN pernah mengalami masa penuh tantangan pada semester tiga hingga lima. Hal itu perlahan-lahan dapat DN atasi dengan sering keluar untuk bermain, sehingga tidak terlalu stres di rumah akibat tugas-tugas perkuliahan.

Minat dan Hobi. Hal yang paling diminati atau disukai DN saat ini adalah *fangirling*. Istilah *fangirling* merupakan gambaran perilaku bagi seorang penggemar idol korea. Biasanya hal yang dilakukan DN adalah dengan mendatangi *event-event* idol yang disukainya, seperti *noraebang* (karaoke lagu-lagu korea), *birthday event* idola, ataupun nonton bareng konser idola.

Relasi Sosial. Saat kecil DN memiliki banyak teman, dan bisa bermain bersama. Saat tahun 2021, DN merasa dirinya lebih tertutup dan baru kembali menjadi pribadi yang terbuka di tahun 2024 tahun lalu. DN juga dapat kenal dengan lebih banyak orang. Di kampusnya juga DN ikut kegiatan UMKM dan UKM, yaitu kegiatan olahraga dan wirausaha bersama teman di kampusnya.

DN mengaku dirinya lebih banyak dan sering berinteraksi dengan teman perempuannya dibandingkan teman laki-laki. Di relasi sosialnya ini DN bukan termasuk orang yang langsung dekat, jadi harus beberapa kali bertemu dulu dan baru pertemanan akan dekat dengan sendirinya. DN juga termasuk orang yang harus di ajak bicara terlebih dulu baru dapat merasakan kedekatan dalam relasi sosialnya.

Saat DN sudah mendapatkan relasi sosial yang membuatnya aman dan nyaman dengan cara pergi ke *event* idol korea kesukaannya, saat itulah temannya menganggap bahwa DN merupakan anak yang *ekstrovert*. Padahal temannya tidak tahu, bahwa dari sikap dan perilakunya yang ceria itu ternyata menyimpan luka yang dalam.

Riwayat Peristiwa Pelecehan Seksual

Bagian ini memaparkan pengalaman subjek terkait peristiwa pelecehan seksual yang pernah dialaminya. Informasi diperoleh melalui wawancara tatap muka yang dilakukan secara bertahap, di mana subjek menceritakan pengalamannya dengan penuh kehati-hatian namun tetap terbuka. Peneliti berupaya menjaga kenyamanan subjek selama proses wawancara berlangsung, sehingga setiap cerita yang disampaikan dapat tergali secara mendalam dan sesuai dengan konteks yang dialami.

Melalui uraian ini, peneliti berusaha memahami bagaimana peristiwa tersebut terjadi, dampak yang ditimbulkan, serta cara subjek memaknai pengalaman tersebut dalam perjalanan hidupnya.

Kronologi Peristiwa. Pada tahun 2019 subjek mendapatkan pelecehan untuk pertama kalinya, DN juga mengalami berbagai bentuk pelecehan seksual yang dilakukan oleh lebih dari satu pelaku. Pengalaman tersebut berlangsung berulang kali dan meninggalkan pengalaman yang berat bagi dirinya. Pengalaman pertamanya terjadi ketika DN berusia 19 tahun dan masih duduk di kelas 3 SMA. Saat itu ia mengikuti program pengabdian di salah satu daerah di Jawa Barat dan sering bepergian menggunakan bus dari Bandung menuju Cianjur. Dalam perjalanan tersebut, DN kerap beberapa kali menjadi korban pelecehan oleh orang asing. Salah satunya ketika ia duduk di samping seorang pria berusia sekitar 40 tahun.

Awalnya situasi tampak biasa saja, tetapi pelaku yang semula tampak tertidur tiba-tiba meraba kaki hingga paha DN. DN berusaha menghindar dengan menggeser posisi duduk sedikit maju, namun pelaku tetap berusaha menyentuh bagian punggungnya. Kejadian serupa terulang hingga sekitar lima kali dengan pelaku berbeda pada kesempatan lain, membuat DN hanya bisa diam karena situasi di dalam bus malam yang sepi tidak memungkinkan dirinya meminta pertolongan.

Memasuki tahun 2020, setelah sebelumnya mengalami pelecehan seksual oleh orang asing, DN kembali mengalami pelecehan seksual dari ayah tirinya yang berusia 56 tahun, sosok yang seharusnya berperan sebagai pelindung dalam keluarga. Pada awalnya perlakuan ayah tiri tampak biasa saja, seperti menunggu DN keluar dari kamar mandi atau menyentuh tangannya sambil berbicara. Namun, seiring waktu perlakuan tersebut semakin melampaui batas dan membuat DN merasa tidak nyaman.

Pelecehan yang dilakukan ayah tiri DN mencapai puncaknya di tahun 2024, saat ibu DN sedang tidak di rumah. Dengan alasan memijat tubuh DN yang tampak lelah setelah bekerja, ayah tiri awalnya memijat punggungnya. Saat itu, ayah tiri menyuruh DN merubah posisi dengan tengkurap, dan saat itu juga kemudian tangan ayah tiri masuk ke dalam pakaian DN, seolah berusaha melepaskan kait bra, dan meraba ke arah bagian tubuh bawah. DN kaget, mencoba melawan, namun tubuhnya justru ditahan sehingga ia sulit bergerak. Peristiwa itu terhenti ketika ibu DN pulang ke rumah, membuat ayah tiri segera menghentikan perbuatannya dan bertingkah seolah tidak terjadi apa-apa.

Selain perlakuan fisik, ayah tiri juga kerap melontarkan komentar yang melecehkan, seperti ucapan mengenai tubuh DN yang dianggap *montok*. Saat DN sudah mencoba memberanikan diri menceritakan hal tersebut kepada ibunya, ayah tiri menyangkal dan bahkan memberi ancaman bahwa jika kejadian serupa terulang, tindakannya bisa lebih parah lagi kepada DN.

Strategi Coping

Dalam menghadapi dinamika kehidupannya yang cukup kompleks, DN mengembangkan berbagai strategi *coping* untuk menyesuaikan diri dengan tekanan yang dialami. Kondisi keluarga *broken home*, komunikasi yang kurang harmonis dengan ayah tiri, serta tanggung jawab terhadap dirinya bukanlah situasi yang mudah. Namun, DN menunjukkan kemampuan bertahan.

DN mengakui bahwa dirinya tidak mengalami keluhan secara fisik akibat peristiwa yang dialami. Namun, secara psikologis, DN menunjukkan beberapa reaksi akibat pelecehan seksual yang dialaminya. Gejala tersebut meliputi perasaan bingung dan ketakutan. Selain itu, ingatan mengenai peristiwa tersebut sering muncul kembali secara tidak terkendali, dan terkadang disertai dengan kilas balik (*flashback*) saat ia memegang punggung milknya, sehingga DN kembali merasakan pengalaman yang tidak menyenangkan seolah terjadi saat itu juga.

Sebagai respons terhadap kondisi tersebut, DN berusaha menghindari ingatan, pikiran, maupun perasaan yang berkaitan dengan pengalaman buruknya. Ia juga menghindari tempat, percakapan, atau situasi yang berpotensi memicu terulangnya peristiwa serupa.

Sebagai bentuk *coping*, DN akhirnya memutuskan untuk meninggalkan rumah. Ia beralasan kepada keluarganya bahwa dirinya mendapatkan pekerjaan baru, padahal sebenarnya keputusan tersebut diambil untuk menjauh dari ayah tirinya. Alasan ini ia gunakan untuk menyembunyikan fakta yang sebenarnya, karena DN tidak tahu bagaimana harus menjelaskan keadaan yang dialaminya.

Problem Focused of Coping (Coping yang berfokus pada masalah)

Planful problem solving. Setelah peristiwa pelecehan yang terjadi di transportasi secara berulang, DN menemukan solusi agar peristiwa tersebut tidak di alami lagi. DN melakukan dengan cara tidak naik transportasi umum lagi, dan memilih mengendarai motor pribadi jika bepergian jauh. Ia juga memilih pisah tempat tinggal dengan ayah tiri nya yang sudah melakukan pelecehan terhadap dirinya.

“Kalau rencana kayak misalkan untuk kejadian sebelumnya ya kayak misalkan naik transportasi umum sekarang kan aku jadi kebanyakannya bawa motor ajalah...” (DN.16.PFC.PPS.1)

DN berusaha meminimalisir kemungkinan terjadinya pelecehan kembali dengan cara menghindari kondisi yang dianggap berpotensi membahayakan dirinya. Salah satu langkah yang diambil adalah dengan lebih menimbang cara berpakaian saat keluar rumah agar merasa lebih aman. Selain itu, DN juga menjaga jarak dengan ayah tiri sebagai pelaku, baik dengan cara menghindari pertemuan langsung maupun melakukan *cut off* untuk membatasi interaksi. Tindakan ini mencerminkan adanya kesadaran DN dalam mengatur strategi pencegahan secara efektif, sehingga dapat mengurangi kemungkinan pengalaman traumatis berulang di masa mendatang.

“Lebih ke gitu sih ngehindar-hindarin aja..” (DN.16.PFC.PPS.3)

“Kalau sekarang kayak aku tuh mikir dulu sekarang ketemunya sama siapa, kalau misalkan sama cewek semua ya udah gapapa ketat dikit gitu kan, kalau misalkan sama cowok, ah harus longgar-longgar gitu...” (DN.16.PFC.PPS.5)

“Kayak tadi ngejauh dari Papa tiri, jadi nge cut off aja.” (DN.16.PFC.PPS.6)

Confrontative coping, DN menunjukkan respons dengan mengekspresikan perasaan negatif secara terbuka terhadap situasi yang dialami. DN lebih memilih untuk bersikap tegas dengan menolak keberadaan ayah tiri serta berusaha menjaga jarak darinya. Sikap *Confrontative* ini ditunjukkan melalui keberanian DN untuk menghindari secara langsung, menolak interaksi, serta memperlihatkan penolakan terhadap kondisi yang dianggap mengancam.

“Kalau nolak pernah kayak misalkan, bukan misalkan, kejadiannya cuman ketemu doang misalkan, ya. tapi aku yang nolak.” (DN.16.PFC.CP.7)

Dalam menghadapi situasi yang dialami, DN lebih memilih bersikap tegas terhadap ayah tiri. DN menunjukkan perlawanan dengan cara menolak keberadaan pelaku, menjaga jarak, serta tidak mau berinteraksi lagi. Sikap ini menjadi bentuk penegasan diri bahwa DN tidak ingin lagi berada dalam kondisi yang berisiko menimbulkan pelecehan.

“Terus tegas juga ngambil tindakan bahwa waktu, udahlah nggak usah disamperin lagi orang yang kayak gitu mah. Hindarin ajalah, ga akan bener gitu.” (DN.16.PFC.CP.10)

Seeking social support. Pada awalnya, DN memilih untuk memendam sendiri pengalaman pelecehan yang dialami. Hal ini dilakukannya karena merasa takut, bingung, dan khawatir jika ceritanya justru menimbulkan masalah baru. Namun, semakin lama perasaan tidak nyaman yang ditimbulkan semakin berat untuk ditanggung seorang diri. Setelah melalui proses tersebut, akhirnya DN memberanikan diri untuk mencari dukungan dan bantuan dari orang-orang terdekat. DN pertama kali bercerita kepada ibunya mengenai perbuatan ayah tiri yang dialami.

“kalau pas awal-awal Ibu ngebantu sih kayak, kayak jangan sampe anak—gak aku tuh jangan ketemu sama papa tiri.” (DN.16.PFC.SSP.11)

Tindakan ini menunjukkan keberanian DN untuk membuka diri serta harapan agar mendapatkan perlindungan dari ibu sebagai orang yang paling dekat secara emosional.

Emotion Focused of Coping (Coping yang berfokus pada emosi)

Positive reappraisal. Pada awalnya, DN merasa bingung, marah, dan takut setelah mengalami pelecehan yang dilakukan oleh ayah tirinya. Rasa trauma membuat DN sering memendam perasaan dan merasa sulit menerima keadaan. Namun, seiring waktu, DN mulai berusaha mengubah cara pandanganya terhadap pengalaman tersebut. DN mencoba menilai kembali kejadian yang dialami bukan hanya sebagai penderitaan, tetapi juga sebagai pelajaran berharga untuk lebih berhati-hati, menjaga diri, dan tidak mudah percaya pada orang lain.

“Kayak akunya tuh, oh kalau misalkan aku mungkin, kalau takut berlebihan sama berhubungan sama cowok misalkan takutnya kejadian kayak gitu ya udahlah seininya aja, sewajarnya aja.” (DN.16.EFC.PR.12)

“Kayak habis kejadian itu, oh berarti aku tuh kalo sama cowok gak boleh kayak gini, gak boleh gitu, takutnya nanti kejadian kayak gini lagi, yang rugi kan diri sendiri juga jadi gitu.” (DN.16.EFC.PR.15)

Dengan cara ini, DN menemukan makna positif di balik peristiwa traumatis, yakni sebagai titik balik untuk lebih mandiri, menjaga batas diri, serta berani mengambil langkah demi keselamatan dan masa depannya. Upaya ini menunjukkan bahwa DN tidak sepenuhnya larut dalam trauma, melainkan berusaha menata ulang pikirannya agar bisa tetap bertahan dan melanjutkan hidup dengan lebih optimis.

“Kalau dari kejadian ini kayak aku tuh lebih harus bisa jaga diri ya, karena akunya mungkin karena kurang bisa menjaga diri jadi kejadian kayak gitu.” (DN.16.EFC.PR.18)

Accepting responsibility. DN menunjukkan kesadaran diri bahwa pengalaman pelecehan yang dialami bukan sepenuhnya berada di luar kendalinya, melainkan terdapat hal-hal yang perlu ia perhatikan dalam kehidupan sehari-hari. DN menyadari pentingnya melakukan refleksi terhadap tindakan dan keputusan pribadi, seperti cara berinteraksi, memilih lingkungan pergaulan, serta menjaga diri ketika berada di luar rumah.

“pas awal-awal kayak dapat kejadian pelecehan gitu pas di bis, ah kayaknya gara-gara aku deh malem-malem mulu gitu kan naik bisnya.” (DN.16.EFC.AR.19)

Kesadaran ini membuat subjek lebih berhati-hati dalam menentukan sikap, meskipun tetap memahami bahwa tanggung jawab utama atas pelecehan berada pada pelaku. Melalui penerimaan tanggung jawab secara proporsional, DN berusaha membangun kontrol diri yang lebih baik dan menumbuhkan tekad untuk memperbaiki pengalaman hidupnya ke depan.

"Kalau sekarang aku gitu, harus bisa (bertanggung jawab mencegahnya), harus bisa kayak, ini teh tubuh kamu gitu, jadi bisa dong dijagain." (DN.16.EFC.AR.20)

Self-controlling. DN berupaya mengendalikan emosi dan perilakunya agar tidak menimbulkan konflik ataupun memunculkan respon yang berlebihan. Saat menghadapi perasaan cemas, takut, atau marah akibat pengalaman pelecehan, DN memilih untuk menahan diri, lebih banyak diam, dan tidak langsung mengekspresikan emosinya di depan orang lain.

"Hmm. Mungkin karena efek Ibu karena mungkin kalau Ibu sama anak tuh sama gitu ya. Jadi aku juga karena Ibu banyak mendem masalah jadi aku, akunya dibawa kayak gitu mendem aja sendiri." (DN.16.EFC.SC.23)

"nyimpen dulu kayak, aku harus selesain dulu nih pikiran aku, ee, masalah aku biar kalau misalkan udah selesai udah apa-apa jadi aku tuh bisa mencerna." (DN.16.EFC.SC.24)

DN juga berusaha menjaga sikap agar tetap terlihat tenang meskipun di dalam dirinya muncul rasa gelisah. Dalam beberapa situasi, DN menggunakan cara seperti mengalihkan perhatian, menenangkan diri, dan mengatur ekspresi wajah untuk menghindari perhatian dari orang sekitar.

"Kan aku introvert, padahal kata orang lain aku tuh kayak extrovert gitu kan. kayak acara event ya udah gila-gilaan kayak gitu padahal di rumah mah aku tuh banyak ngelamun gitu kan, banyak masalah gitu. Jadi kayak nggak nunjukin kalau di luar tuh aku kayak gitu." (DN.16.EFC.SC.25)

"Kalau aku, kalau misalkan kayak emosi gitu aku lebih diem. Mau marah, nangis, apa diem aku mah gitu." (DN.16.EFC.SC.27)

Distancing. DN berusaha menjaga jarak secara emosional maupun fisik dari pengalaman pelecehan yang dialami. Salah satu bentuknya adalah dengan mengalihkan pikiran ketika kenangan buruk muncul, misalnya memilih untuk fokus pada aktivitas lain seperti bekerja, berkumpul dengan teman, atau menekuni hobi. DN juga berusaha menetralkan perasaan dengan meyakinkan diri bahwa kejadian tersebut sebaiknya tidak terlalu dipikirkan agar tidak menambah beban emosional.

“Kalau misalkan ngelupain suatu ke-- eeh, suatu kejadian aku tutup lagi sama kegiatan.”
(DN.16.EFC.D.30)

“Jadi nyari kegiatan biar akunya capek, biar nggak kepikiran gitu.” (DN.16.EFC.D.32)

Selain itu, DN menjaga jarak dari situasi atau orang-orang yang dapat memicu ingatan terhadap peristiwa tersebut, termasuk mengurangi interaksi dengan ayah tiri dan membatasi komunikasi keluarga yang berpotensi menimbulkan rasa tidak nyaman. Strategi ini dilakukan untuk meminimalisir timbulnya emosi negatif yang berlebihan dan menjaga kestabilan diri, meskipun di sisi lain belum sepenuhnya menyelesaikan masalah yang mendasari.

Escape-Avoidance. DN cenderung mengurangi tekanan atau rasa tidak nyaman yang dialami akibat pengalaman traumatis. Strategi ini terlihat dari perilakunya yang menghindari situasi, orang, atau topik tertentu yang mengingatkannya pada pengalaman pelecehan. Subjek sering mencoba “lari” secara fisik atau emosional dari stresor, misalnya menghindari interaksi dengan ayah tiri, menjauh dari lingkungan yang dianggap berisiko, atau tidak membahas pengalaman traumatis dengan orang lain.

“He em. Kan kayak aku ngehindarin kan tadi kayak aku ga kerumah papah tiri aku kan ngehindarin gitu kan terus aku juga ngehindarin kaya eee ruangan yang lebih kecil.”
(DN.16.EFC.EA.34)

“kalau misalnya aku ingat overthinking sendiri aku lewat in-nya nonton biar akunya nggak mikir mikir lagi.” (DN.16.EFC.EA.36)

“Kabur? Sering sih soalnya pas waktu kejadian itu kebetulan kan kakak tiri aku tuh kayak punya lembaga kerja luar negeri gitu aku tuh pengen kabur ngehindarin semua masalah itu.”
(DN.16.EFC.EA.39)

Selain itu, DN juga menunjukkan kecenderungan untuk mengalihkan perhatian dari kenangan yang menyakitkan melalui aktivitas lain, seperti menekuni hobi, bermain, atau menghabiskan waktu sendiri.

Meaning-Making of Coping

Global meaning. Bagi DN arti hidup paling mendasar terletak pada keluarga, khususnya ibu dan adiknya. Keduanya menjadi alasan utama DN untuk bertahan dan tetap melanjutkan hidup meskipun pernah muncul keinginan untuk mengakhiri hidup. Kehadiran ibu dan adik memberikan dorongan semangat, kekuatan, serta pegangan untuk menghadapi kesulitan yang dialami saat ini.

“Kalau menurut aku, hal yang paling penting dalam hidup aku tuh sekarang, keluarga,”
(DN.02.MM.GM.40)

“Aku biasanya berpegang pada, aku tuh masih punya ibu, punya adek aku yang buat jadi pegangan, biar aku tuh harus tetap kuat, harus yakin, harus bisa menghadapi kesulitan yang aku hadapi sekarang itu.” (DN.02.MM.GM.41)

“harapan aku menjadi manusia yang lebih baik lagi dari sekarang sampai ke depannya.”
(DN.02.MM.GM.42)

DN memaknai hidupnya dengan berfokus pada harapan untuk menjadi pribadi yang lebih baik di masa depan dan memiliki tujuan besar untuk memberikan yang terbaik bagi ibu dan adiknya. Oleh karena itu, *global meaning* dalam hidup DN terletak pada makna keluarga sebagai sumber kekuatan, arah, serta tujuan hidup.

Situational meaning. Pada peristiwa yang dialami DN menimbulkan perasaan kaget, bingung dan membuat DN sering teringat kembali pada kejadian tersebut, saat situasi dan lingkungan mengingatkan pada sosok yang terkait, seperti ayah tiri atau keberadaan banyak laki-laki di tempat kerja. Hal ini menimbulkan dampak emosional berupa rasa waspada berlebih, cemas, dan kebingungan dalam menempatkan diri ketika berinteraksi dengan lawan jenis.

“Menurut aku peristiwa ini tuh bisa menjadi apa ya, aku tuh harus lebih hati-hati lagi,”
(DN.02.MM.SM.44)

“Aku ngeliat hidup aku sebelumnya tuh kayak beda banget gitu. Dibanding sekarang kayak aku lebih hati-hati lagi menjaga jarak sama yang namanya cowok.” (DN.02.MM.SM.45)

DN memaknai pengalaman ini sebagai pelajaran untuk lebih hati-hati, menjaga jarak, dan bersikap antisipatif, terutama karena latar belakangnya yang berasal dari lingkungan pesantren dengan minim interaksi dengan laki-laki. Perbandingan antara kehidupan sebelumnya dengan kondisi saat ini menegaskan adanya perubahan makna situasional, DN yang semula biasa saja menjadi penuh kewaspadaan dalam hubungan dengan laki-laki.

Meaning-Making Processes. Pada awalnya DN cenderung menyalahkan laki-laki yang terlibat dalam peristiwa tersebut, namun kemudian juga mempertanyakan dirinya sendiri apakah tindakannya dapat memicu reaksi dari pihak lain. Proses ini menimbulkan rasa waspada berlebih sehingga DN menjadi lebih hati-hati dalam bersikap maupun berinteraksi. Untuk mengurangi beban pikiran, DN berusaha mencari keramaian agar tidak terus teringat pada kejadian yang

dialami. Seiring berjalannya waktu DN mulai mencoba berdamai dengan diri sendiri dengan menerima kenyataan bahwa peristiwa itu sudah terjadi dan tidak dapat diubah.

“Awalnya kayak mungkin aku jelas pasti nyalahin si cowoknya gitu kan,” (DN.02.MM.MMP.46)

“Karena kejadiannya di tempat yang sepi gitu kan, jadi aku nyari keramaian aja buat mencoba kayak aku gak kepikiran. Akhirnya akunya juga kayak udah mulai apa ya, mulai berdamai sama diri aku.” (DN.02.MM.MMP.47)

Selain itu, DN menyadari bahwa pola berpikirnya yang terlalu positif sebelumnya membuat ia kurang memperhatikan risiko dari interaksi dengan orang lain. Pengalaman ini kemudian membentuk cara pandang baru bahwa ia perlu mempertimbangkan kemungkinan buruk agar lebih terlindungi. Dampaknya, DN memilih untuk membatasi interaksi dengan laki-laki, termasuk memutuskan untuk tidak menjalin hubungan pacaran dan *mengcut off* ayah tirinya, sebagai bentuk proteksi diri.

“Aku tuh terlalu positive thinking ya dari awal. Abis itu oh iya berarti aku tuh jangan terlalu positive teuing harus mikirin juga kayak di-- takutnya ada resiko atau apa makanya ngaruh juga sih aku ke interaksi ke cowoknya.” (DN.02.MM.MMP.48)

Outcome of Meaning. Setelah peristiwa yang dialaminya, DN masih merasakan dampak berupa kewaspadaan berlebih dan kecenderungan menjaga jarak dengan laki-laki. Meskipun sudah berusaha melupakan dan menerima kenyataan bahwa kejadian itu tidak dapat diubah, DN tetap merasa hidup sosialnya menjadi terganggu karena memandang laki-laki secara negatif dan sangat membatasi interaksi dengan mereka.

“Akunya udah mulai agak melupakan meskipun kadang kalau sendiri inget-inget tapi udah mulai kayak yaudah mau gimana lagi udah kejadian kayak gitu.” (DN.02.MM.OOM.49)

“untuk pengalaman kayak gini bagi diri aku jelas untuk hidup sosial aku jadi agak apa ya bahasanya jadi kurang bagus sama cowok.” (DN.02.MM.OOM.50)

Bagi DN, pengalaman ini merupakan pengalaman yang buruk, namun sekaligus memberikan pelajaran penting bahwa dirinya harus lebih menjaga diri, orang lain tetap bisa menimbulkan ancaman. Peristiwa ini juga menimbulkan perubahan signifikan pada diri DN, yaitu perasaan kehilangan jati diri yang lama dan kerinduan untuk kembali menjadi “diri DN yang dulu”, sebelum terjadinya peristiwa tersebut.

“Kalau memberi pengalaman pasti itu yang menjadi pengalaman yang gak baik bagi aku terus juga memberi pelajaran juga sama aku buat kayak harus lebih menjaga diri aku sebaik mungkin.”

aku tuh udah mulai kehilangan aku yang dulu gitu. Aku udah menerima juga tapi aku pengen kayak aku yang dulu gitu.” (DN.02.MM.OOM.51)

Oleh karena itu, *outcome* dari pengalaman ini adalah kombinasi antar penerimaan, perubahan perilaku sosial, pelajaran hidup untuk lebih terus berhati-hati, serta perjuangan untuk kembali mengusahakan pemulihan diri.

Pembahasan

Dalam pembahasan ini menyajikan mengenai hasil penelitian yang telah dipaparkan pada bab sebelumnya dengan mengaitkannya pada teori-teori yang relevan. Pembahasan difokuskan pada bagaimana subjek menghadapi peristiwa pelecehan seksual yang dialaminya melalui strategi *coping* serta bagaimana ia memberi makna terhadap pengalaman tersebut.

Menurut Gurung dkk. (2016), pelecehan seksual dapat berupa ungkapan atau komentar bernuansa seksual yang tidak diinginkan. Pada kasus DN, bentuk pelecehan verbal dialami dari dua pihak. Pertama, dari mantan pacarnya yang memberikan komentar vulgar terhadap foto pribadi (*pap*) yang dikirimkan DN, sehingga membuatnya merasa dilecehkan. Kedua, dari ayah tirinya yang melontarkan ucapan bernuansa seksual mengenai tubuh DN, seperti menyebut tubuhnya *montok* dan menarik secara fisik. Ucapan-ucapan tersebut menimbulkan rasa tidak nyaman, merendahkan harga diri DN, serta memperkuat dampak psikologis negatif yang dialaminya.

Teori Gurung dkk. (2016) juga mencakup pelecehan seksual non-verbal, yaitu isyarat atau tindakan tanpa kata-kata yang memiliki muatan seksual dan tidak dikehendaki korban. DN mengalaminya ketika ayah tiri menunggu di depan pintu kamar mandi saat DN sedang mandi. Tindakan ini membuat DN merasa diawasi dan tidak nyaman, meskipun tidak ada kontak fisik secara langsung. Perilaku tersebut jelas menunjukkan perhatian bernuansa seksual yang tidak diinginkan, sehingga masuk kategori pelecehan non-verbal.

Bentuk pelecehan seksual fisik juga terlihat dalam pengalaman DN, baik dari orang asing maupun dari ayah tirinya. Sejak tahun 2019, DN beberapa kali diraba pada bagian kaki, paha, dan punggung oleh penumpang pria saat menggunakan bus malam. Puncak pelecehan fisik terjadi pada tahun 2024 ketika ayah tiri DN dengan dalih memijat tubuh justru memasukkan tangan ke dalam pakaian, berusaha membuka kait bra, serta meraba bagian tubuh bawah DN.

Tindakan ini jelas merupakan bentuk pelecehan seksual fisik yang serius karena dilakukan tanpa persetujuan dan menimbulkan trauma mendalam. Meskipun DN tidak secara langsung

menolak pada saat itu, hal tersebut terjadi karena ia merasa bingung, kaget, serta tidak tahu harus berbuat apa. Kondisi subjek yang tidak melakukan perlawanan dapat dalam situasi seperti ini tetap menunjukkan adanya pelecehan, karena inti dari pelecehan seksual adalah perilaku bernuansa seksual yang tidak diinginkan dan tidak dikehendaki oleh korban.

Menghadapi pengalaman traumatis tersebut, DN tetap berusaha menyesuaikan diri agar dapat bertahan dalam kesehariannya. Upaya penyesuaian ini dapat dipahami melalui konsep *coping*. Menurut Lazarus dan Folkman (1984) *coping* adalah cara yang dilakukan seseorang, baik melalui pikiran maupun tindakan, untuk menghadapi tekanan atau tuntutan yang dirasakan lebih berat daripada kemampuan yang dimilikinya. Secara umum, strategi *coping* terbagi menjadi dua. Pertama, *problem-focused coping*, yaitu usaha yang berfokus langsung pada pemecahan masalah. Kedua, *emotion-focused coping*, yaitu usaha yang ditujukan untuk mengendalikan atau meredakan perasaan agar beban emosional yang dirasakan menjadi lebih ringan.

Namun, menghadapi tekanan hidup tidak hanya berhenti pada upaya bertahan atau mengurangi beban psikologis saja. Individu juga sering kali berusaha menemukan makna di balik peristiwa yang dialaminya. Dalam hal ini, pembahasan juga mengacu pada teori Park dan Folkman (1997), yang menekankan bahwa individu tidak hanya berusaha menghadapi peristiwa sulit, tetapi juga memberi makna atas pengalaman tersebut melalui empat aspek utama: *global meaning*, *situational meaning*, *meaning-making processes*, dan *outcome of meaning*. Dengan demikian, analisis pada bab ini akan menelaah secara komprehensif bagaimana strategi *coping* yang digunakan subjek berinteraksi dengan proses pemaknaan yang dijalani, serta bagaimana keduanya membentuk respons subjek terhadap peristiwa yang dialami.

Menurut Lazarus & Folkman (1984), strategi *coping* pada dasarnya terbagi menjadi dua dimensi utama, yaitu *problem-focused coping* dan *emotion-focused coping*. *Problem-focused coping* berorientasi pada upaya individu untuk mengubah atau menyelesaikan masalah yang menjadi sumber stres, misalnya melalui *planful problem solving*, *confrontive coping*, maupun *seeking social support*. Sedangkan *emotion-focused coping* lebih menekankan pada usaha mengatur respon emosional yang muncul akibat stres, tanpa secara langsung mengatasi sumber permasalahan. Bentuk strategi yang termasuk dalam *emotion-focused coping* antara lain *positive reappraisal*, *accepting responsibility*, *self-controlling*, *distancing*, dan *escape-avoidance*.

Kemudian Susan Folkman (1997) bersama Crystal L. Park, memperkenalkan konsep *meaning-making coping*, yang menekankan pentingnya individu untuk mencari makna positif di balik pengalaman stres. Strategi ini menambahkan lapisan baru dalam kerangka coping, yaitu kemampuan manusia untuk menemukan hikmah, pembelajaran, dan pengembangan diri dari situasi yang sulit.

Subjek dalam penelitian ini menunjukkan pola *coping* yang didominasi oleh *emotion-focused coping*, seperti berusaha menerima keadaan, berdamai dengan diri, dan mencari keramaian untuk mengurangi beban emosional. Selain itu, subjek juga menerapkan *problem-focused coping* dengan cara lebih berhati-hati dan menjaga jarak dalam berinteraksi dengan laki-laki. Sejalan dengan strategi coping tersebut, subjek juga melalui proses *meaning-making*, yaitu berusaha memahami peristiwa yang dialaminya sebagai pelajaran hidup untuk menjaga diri, lebih waspada, serta tetap bertahan demi tujuan hidup yang berpusat pada ibu dan adiknya.

Perasaan marah dan takut yang dihadapi subjek membuat dirinya memilih terdiam dan memendam peristiwa tersebut selama beberapa bulan, hingga pada akhirnya ia membangun tekad yang kuat untuk menceritakan pengalaman sulit yang dialaminya kepada sang ibu sebagai bentuk keberanian sekaligus langkah awal dalam mengurangi beban psikologis yang selama ini ia pendam sendiri.

Terdapat dimensi dalam menggambarkan strategi coping, *problem focused coping*, *emotion focused coping*, dan *meaning-making coping*, terdapat sub aspek diantaranya 1) *planful* 2) *problem solving*, 3) *confrontative coping*, 4) *seeking social support*. Serta dimensi *emotion focused coping* memiliki sub aspek diantaranya 1) *positif reappraisal*, 2) *accepting responsibility*, 3) *self controlling*, 4) *distancing*, 5) *escape avoidance*. Dan *meaning-making coping* terdapat sub aspek diantaranya 1) *global meaning*, 2) *situational meaning*, 3) *meaning-making processes*, 4) *outcome of meaning*.

Dimensi *problem focused of coping*, berfokus pada masalah tersebut merupakan perilaku yang difokuskan pada pemecah masalah. Individu akan terus menerapkan pola perilaku ini selama mereka mampu mengidentifikasi dan menyelesaikan masalah yang dihadapi. *Planful problem solving* memahami terlebih dahulu situasi dengan menganalisisnya untuk menemukan solusi, kemudian mengambil tindakan tertentu dengan tujuan untuk mengubah kondisi atau menyelesaikan permasalahan. Subjek menunjukkan strategi *problem-focused coping* melalui pola *planful problem solving*, yaitu dengan berusaha meminimalisir potensi terjadinya pelecehan

kembali melalui langkah-langkah pencegahan yang rasional. Upaya tersebut tampak dari kebiasaannya mencari kesibukan di luar rumah dengan kegiatan positif seperti bertemu teman, lebih memilih menggunakan motor dibanding transportasi umum, menimbang cara berpakaian agar lebih aman, serta menjaga jarak bahkan melakukan *cut off* terhadap pelaku untuk menghindari interaksi langsung. Tindakan ini mencerminkan kesadaran subjek dalam menganalisis situasi, mengantisipasi risiko, dan mengambil keputusan yang dianggap dapat melindungi dirinya dari kemungkinan pengalaman traumatis berulang.

Confrontative coping merupakan tindakan yang bertujuan untuk menyesuaikan kondisi yang dirasa membebani, yang mencerminkan tingkat resiko yang perlu dihadapi. Pada hal ini subjek cukup berani dalam mengambil resiko pada saat mengatasi masalah yang di hadapi. Hal ini terlihat dari keberaniannya menolak keberadaan ayah tiri sebagai pelaku, menjaga jarak, serta menolak interaksi yang berpotensi menimbulkan risiko pelecehan. Sikap *confrontative* tersebut menjadi bentuk perlawanan sekaligus penegasan diri bahwa subjek tidak ingin lagi terlibat dalam kondisi yang mengancam keselamatan dan kenyamanannya.

Seeking for social support merupakan upaya yang dilakukan dengan memperoleh bantuan dari pihak lain. Awalnya subjek memendam pengalaman pelecehan karena takut dan bingung, namun semakin lama beban emosional dirasa semakin berat. Akhirnya subjek memberanikan diri menceritakan peristiwa tersebut kepada ibunya sebagai bentuk mencari dukungan dan perlindungan dari orang terdekat.

Dimensi *emotion focused coping*, strategi penyesuaian diri yang berfokus pada pengelolaan dan pengendalian respon emosional individu, tanpa secara langsung menyelesaikan sumber stres yang dihadapi. Hal ini dilakukan untuk meredakan tekanan psikologis, menjaga kestabilan emosi, serta membantu individu tetap mampu berfungsi dalam aktivitas sehari-hari meskipun sumber stresnya belum terselesaikan.

Positif reappraisal merupakan strategi yang memberikan nilai positif untuk menciptakan makna positif dengan tujuan untuk mengembangkan diri, termasuk pada hal-hal religius. Subjek mengatasi masalahnya dengan mengikuti kajian, pada hal ini juga subjek berusaha menilai kembali pengalaman traumatis bukan hanya sebagai penderitaan, tetapi juga sebagai ujian hidup yang memberikan pelajaran berharga untuk lebih berhati-hati dan menjaga diri.

Accepting responsibility merupakan strategi penekanan pada tanggung jawab dengan menumbuhkan kesadaran terhadap peran diri sendiri dalam permasalahan yang dihadapi. Subjek

menyadari bahwa meskipun tanggung jawab utama atas pelecehan tetap pada pelaku, terdapat hal-hal yang perlu diperhatikan dalam kehidupan sehari-hari untuk menjaga diri. Kesadaran ini membuatnya lebih hati-hati dan berusaha mengendalikan diri untuk menghadapi situasi serupa di masa depan.

Self controlling merupakan pengendalian diri untuk melakukan regulasi dari tindakan maupun perasaan. Subjek berusaha mengendalikan emosi dan perilakunya agar tidak menimbulkan konflik atau reaksi berlebihan. Saat merasa cemas, takut, atau marah akibat pengalaman pelecehan, ia lebih banyak menahan diri, diam, dan tidak mengekspresikan emosinya di depan orang lain.

Distancing merupakan strategi menjaga jarak dari stressor agar tidak larut dalam permasalahan. Subjek menjaga jarak secara emosional dan fisik dari pengalaman pelecehan dengan mengalihkan perhatian ke kegiatan lain, menenangkan diri, dan membatasi interaksi dengan orang atau situasi yang memicu ingatan buruk. Strategi ini membantu mengurangi emosi negatif dan menjaga kestabilan diri, meskipun masalah dasarnya belum sepenuhnya terselesaikan.

Escape avoidance merupakan strategi yang menghindarkan diri pada masalah yang dialami. Subjek mengurangi tekanan akibat pengalaman traumatis dengan menghindari orang, situasi, atau topik yang mengingatkan pada pelecehan. Ia juga mengalihkan perhatian melalui kegiatan lain, seperti menekuni hobi *fangirling* atau menghabiskan waktu sendiri, untuk menjauh dari stres dan mengurangi emosi negatif.

Dimensi *Meaning-Making Coping* merupakan strategi yang menekankan pentingnya individu untuk mencari makna positif di balik pengalaman stres. Dengan mengintegrasikan makna dan emosi positif dalam proses *coping*, seseorang tidak hanya mengelola ketegangan atau menyelesaikan masalah, tetapi juga menafsirkan peristiwa stres sebagai sarana pengembangan diri secara spiritual, emosional, dan psikologis.

Global Meaning merupakan keyakinan dan harapan dasar seseorang tentang dunia dan hidupnya. Subjek memaknai keluarganya, khususnya ibu dan adik, sebagai sumber kekuatan dan pegangan, yang menjadi keyakinan dan harapan dasarnya. Keyakinan ini membuat pengalaman traumatis dapat ditafsirkan sebagai pelajaran berharga serta membimbing subjek dalam menghadapi kesulitan, menentukan sikap, dan berusaha menjadi pribadi yang lebih baik sekaligus memberikan yang terbaik bagi orang yang dicintainya.

Situational Meaning merupakan pemahaman individu terhadap suatu kejadian tertentu yang didasarkan pada keyakinan, nilai, dan tujuan hidupnya, sehingga memengaruhi cara ia menafsirkan

dan merespons peristiwa tersebut. Saat peristiwa yang dialami subjek menimbulkan rasa kaget, bingung, dan sering teringat kembali, hal tersebut menimbulkan kewaspadaan berlebih, kecemasan, dan kebingungan dalam interaksi dengan lawan jenis. Subjek memaknai pengalaman ini sebagai pelajaran untuk lebih berhati-hati, menjaga jarak, dan bersikap antisipatif, menandai perubahan makna situasional dibandingkan dengan kehidupan sebelumnya.

Meaning-making processes merupakan proses di mana individu memahami dan memberi arti pada peristiwa sulit atau stres, sehingga dapat belajar dari pengalaman tersebut dan menyesuaikan sikap atau perilaku untuk menghadapi dampaknya. Subjek awalnya menyalahkan laki-laki yang terlibat, kemudian mulai mempertanyakan tindakannya sendiri. Hal ini membuatnya lebih hati-hati dan membatasi interaksi dengan laki-laki, termasuk memutus hubungan dengan ayah tirinya. Subjek juga berusaha berdamai dengan diri sendiri dan menerima kenyataan,

Outcome of Meaning merupakan hasil atau efek dari proses seseorang memberi makna pada peristiwa tersebut. Setelah peristiwa yang dialami, subjek masih merasakan kewaspadaan berlebih dan menjaga jarak dengan laki-laki, sehingga kehidupan sosialnya terganggu. Meskipun berusaha melupakan dan menerima kenyataan, pengalaman ini tetap dianggap buruk, namun memberikan pelajaran penting untuk lebih menjaga diri. Peristiwa tersebut juga menimbulkan perubahan signifikan berupa perasaan kehilangan jati diri dan kerinduan untuk kembali menjadi dirinya sendiri, sehingga *outcome*-nya mencakup penerimaan, perubahan perilaku sosial, pembelajaran, dan upaya pemulihan diri.