

**HUBUNGAN ANTARA HARGA DIRI DENGAN RESILIENSI KORBAN
TOXIC RELATIONSHIP PADA WANITA DEWASA AWAL
DI KELURAHAN GENUKSARI**

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna
Memperoleh Derajat Sarjana Psikologi



Disusun Oleh :

Yumna Bilqis Tsurovya

(30701900180)

**FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG
SEMARANG
2023**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

**HUBUNGAN ANTARA HARGA DIRI DENGAN RESILIENSI KORBAN
TOXIC RELATIONSHIP PADA WANITA DEWASA AWAL
DI KELURAHAN GENUKSARI**

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Yumna Bilqis Tsuroyya

30701900180

Telah Disetujui untuk Diuji dan Dipertahankan di depan Dewan Penguji
Guna Memenuhi Sebagai Persyaratan untuk Mencapai Gelar Sarjana
Psikologi

Pembimbing

Agustin Handayani, S.Psi., M.si

Tanggal

07 Agustus 2023

Semarang, 07 Agustus 2023

Mengesahkan,
Dekan Fakultas Psikologi

Universitas Islam Sultan Agung Semarang



Joko Kuncoro, S.Psi., M.Si

NIK. 210799001

HALAMAN PENGESAHAN
HUBUNGAN ANTARA HARGA DIRI DENGAN RESILIENSI KORBAN
***TOXIC RELATIONSHIP* PADA WANITA DEWASA AWAL**
DI KELURAHAN GENUKSARI

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Yumna Bilqis Tsuroyya

(30701900180)

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

Pada tanggal 15 Agustus 2023

Dewan Penguji

1. Ratna Supradewi, S.Psi., M.Si., Psikolog
2. Anisa Fitriani, S.Psi., M.Psi., Psikolog
3. Agustin Handayani, S.Psi., M.Si

Tanda Tangan



Skripsi ini diterima sebagai salah satu persyaratan
Untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Semarang, 15 Agustus 2023

Mengetahui,

Dekan Fakultas Psikologi UNISSULA



Joko Kuncoro, S.Psi, M.Si

NIK. 210799001

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini, Saya Yumna Bilqis Tsuroyya dengan penuh kejujuran dan tanggung jawab menyatakan bahwa :

1. Skripsi ini adalah karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh derajat kesarjanaan disuatu perguruan tinggi manapun
2. Sepanjang sepengetahuan saya, skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis/diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka
3. Jika terjadi terdapat hal-hal yang tidak sesuai pernyataan ini, maka saya bersedia derajat kesarjanaan saya dicabut

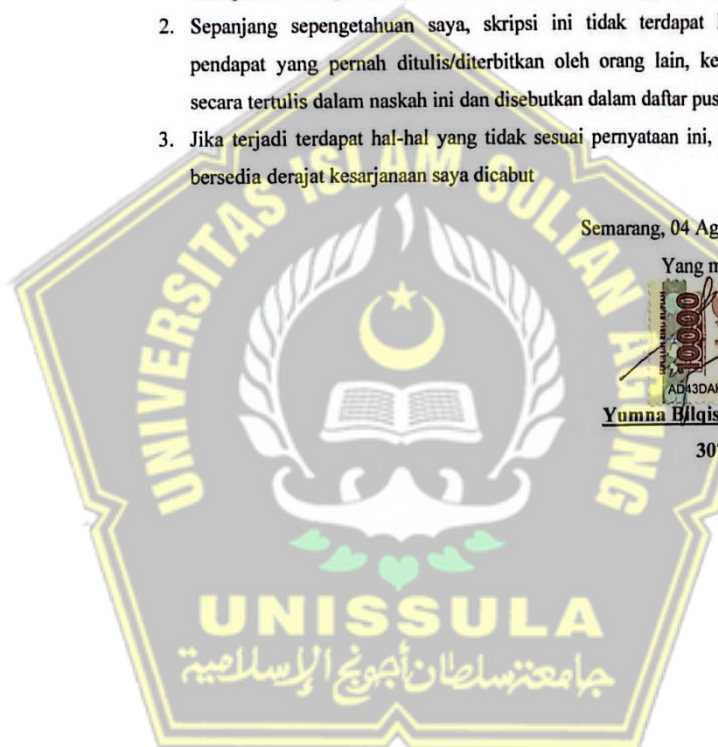
Semarang, 04 Agustus 2023

Yang menyatakan



Yumna Bilqis Tsuroyya

30701900180



MOTTO

“Jika suatu amal tidak dilandasi keikhlasan maka tidak akan tambah kecuali kegelapan di dalam hati. Barangsiapa berserah diri pada Allah maka Allah akan berpihak kepadanya.”

(Hadratussyaikh KH. M. Hasyim Asy'ari)

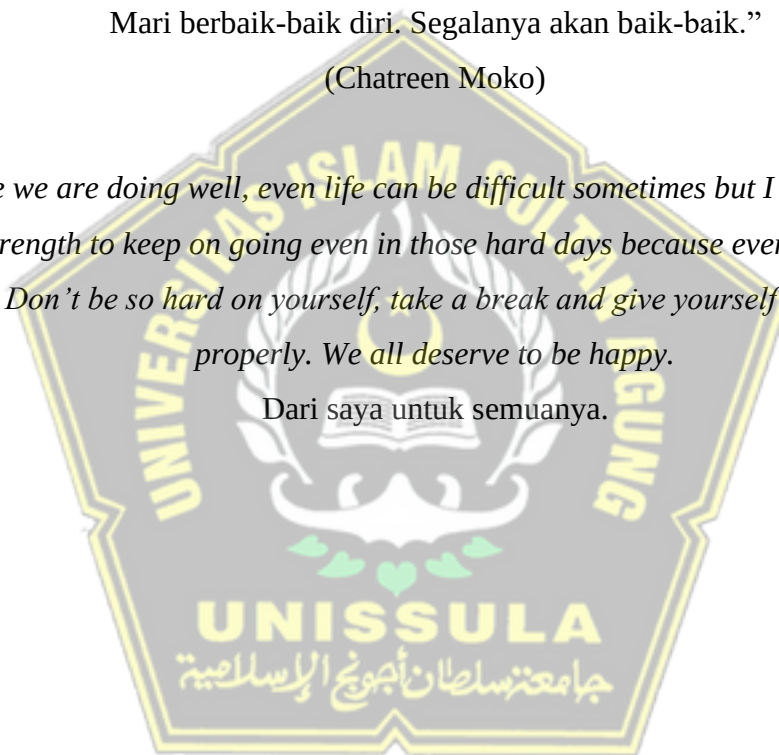
“Segalanya terjadi untuk sebuah alasan. Cepat atau lambat, kamu akan paham mengapa mengalami semua ini. Tuhan itu adil. Duka tidak selamanya menemani.

Mari berbaik-baik diri. Segalanya akan baik-baik.”

(Chatreen Moko)

I hope we are doing well, even life can be difficult sometimes but I hope we find the strength to keep on going even in those hard days because everything takes time. Don't be so hard on yourself, take a break and give yourself time to heal properly. We all deserve to be happy.

Dari saya untuk semuanya.



PERSEMBAHAN

Bismillahirrahmanirrahim..

Penulis persembahkan karya sederhana ini kepada:

Ibu dan Ayahku tercinta, Khunaifiah dan Bambang Iswanto, yang senantiasa memanjatkan do'a, dukungan, kasih sayang dan motivasi serta adik tercinta Mohammad Fahd Fadllurrohman.

Dosen pembimbing Ibu Agustin Handayani, S.Psi., M.Si yang tak pernah lelah memberi bimbingan, pengetahuan, masukan, dan dukungan dalam menyelesaikan karya sederhana ini.

UNISSULA, almamater kebanggaan penulis.



KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Wr. Wb.

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas rahmat, hidayah dan ridho yang telah diberikan kepada penulis sehingga karya yang sederhana ini mampu penulis selesaikan sebagai salah satu syarat untuk mencapai derajat S-1 Sarjana Psikologi. Sholawat serta salam selalu tercurahkan kepada junjungan besar Nabi Muhammad SAW, semoga kita semua selalu mendapatkan syafa'at dari baginda Rasul.

Penulis mengakui dalam jalannya penulisan ini banyak kendala dan rintangan yang datang, namun berkat bantuan, dukungan, dan motivasi yang diberikan oleh semua pihak secara moril dan materil, semua hal yang terasa berat menjadi ringan. Akhirnya dengan penuh kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Joko Kuncoro, S.Psi., M.Si selaku Dekan Fakultas Psikologi Unissula atas dedikasi yang diberikan dalam proses akademik serta apresiasi dan motivasinya terhadap mahasiswa untuk terus berprestasi.
2. Ibu Agustin Handayani, S.Psi., M.Si selaku dosen pembimbing skripsi yang selalu sabar mengajarkan kata demi kata, meluangkan waktu, memberikan motivasi serta menjadi pembimbing yang hebat sehingga skripsi ini terselesaikan dengan baik.
3. Ibu Erni Agustina Setiowati, S.Psi., M.Psi selaku dosen wali yang telah membimbing dan memberi saran, perhatian dan nasehat selama proses perkuliahan.
4. Bapak dan Ibu Dosen Fakultas Psikologi Unissula selaku tenaga pengajar yang telah memberikan berbagai ilmu kepada penulis yang sangat bermanfaat sehingga penulis mendapatkan pengetahuan dan berbagai pengalaman.
5. Bapak dan Ibu Staf TU serta perpustakaan Fakultas Psikologi Unissula, terima kasih atas bantuan dan kerja sama dengan memberikan kemudahan dalam mengurus proses administrasi hingga skripsi ini selesai.

6. Seluruh responden yang telah meluangkan waktu dan tenaga untuk mengisi skala penelitian ini, tanpa adanya kalian penelitian ini tidak dapat dilaksanakan.
7. Orang tuaku tercinta Ibu Khunaifiah dan Ayah Bambang Iswanto, terima kasih atas do'a yang senantiasa kalian panjatkan untuk penulis dalam setiap langkah, ridho kalian sangat berharga, dukungan serta kasih sayangnya, kalian adalah sumber kekuatan penulis.
8. Kepada adik tercinta penulis, Mohammad Fahd Fadllurrohman yang selalu mendukung, menyemangati dan menghibur penulis dalam segala situasi dan kondisi.
9. Dafa Caesario, yang tidak pernah lelah meluangkan waktu untuk menemani penulis selama proses mengerjakan skripsi, memberikan motivasi dan nasehat yang sangat berguna bagi penulis.
10. Seluruh peneliti-peneliti sebelumnya yang telah memudahkan penulis dalam mengakses teori-teori yang membantu proses penyelesaian skripsi ini.
11. Teman-teman seperjuangan skripsi atas dukungannya satu sama lain terutama Zumrotul Khoiriyyah Sofyanti dan Rula Yusifa.
12. Teman diskusi serta teman yang mau mendengarkan keluh-kesah penulis serta memberikan semangat dan mau membagikan ilmunya Salsabila Syeria Suryaningtyas, Syafina Khodijah, Sunia Herlyna, Tasya Yunistya, Siti Zulicha, Shafira Athia Aurellia, Widad Athiyyah, Safina Roona Maisya, Nisrina Isna Maulida, Jihan Shofa Salsabila, Shahnaz Dwika Alfianti, dan Syafridha.
13. Teman semasa sekolah yang selalu memberikan motivasi, dukungan dan do'anya selama ini, Ginar Rias Rosyidah, Nabiila ZK, Jasmine Maafazza Azzuri, Aprilia Nur Arninasari, Ranisya Wilda Aulia, Himas Falah Milada, Alfia Nur Hikmah, Ratih Rahma Wafi Alifah, dan Alfinia Nur Kusumaningrum.

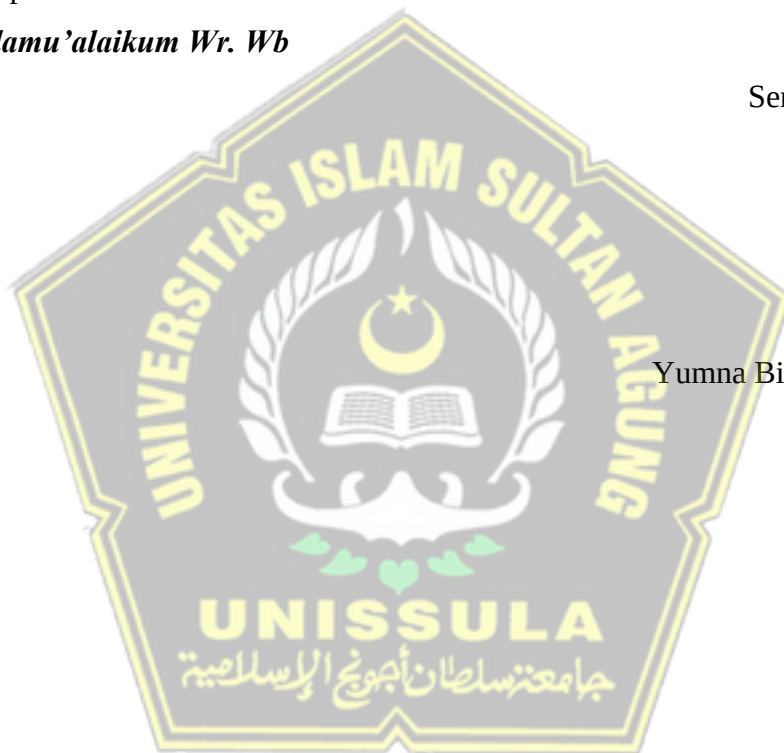
14. Berbagai pihak yang turut membantu dengan memberikan dukungan dan do'a kepada penulis yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran dari berbagai pihak untuk menyempurnakan skripsi ini. Penulis berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi banyak pihak terutama dalam pengembangan ilmu psikologi dan juga kepada seluruh pembaca.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Semarang,

Yumna Bilqis Tsurroyya



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN.....	iv
MOTTO.....	v
PERSEMBAHAN.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
ABSTRAK.....	xv
ABSTRACT.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	9
C. Tujuan Penelitian.....	9
D. Manfaat Penelitian.....	9
BAB II LANDASAN TEORI.....	11
A. Resiliensi.....	11
1. Pengertian Resiliensi.....	11
2. Faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi	12
3. Aspek-aspek Resiliensi	16
B. Harga Diri.....	18
1. Pengertian Harga Diri	18
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Harga Diri	20
3. Aspek-aspek Harga Diri.....	23
C. Hubungan Antara Resiliensi dengan Harga Diri	25
D. Hipotesis Penelitian.....	26
BAB III METODE PENELITIAN.....	27
A. Identifikasi Variabel	27

B.	Definisi Operasional.....	27
1.	Resiliensi	27
2.	Harga Diri	27
C.	Populasi, Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel	28
1.	Populasi.....	28
2.	Sampel Penelitian	28
3.	Teknik Pengambilan Sampel Penelitian	28
D.	Metode Pengumpulan Data	29
1.	Skala Resiliensi.....	29
2.	Skala Harga Diri	30
E.	Uji Validitas, Beda Aitem dan Reliabilitas.....	31
1.	Uji Validitas	31
2.	Daya Beda Aitem	31
3.	Reliabilitas Alat Ukur	32
F.	Teknik Analisis Data	32
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....		34
A.	Orientasi Kacah dan Persiapan Penelitian.....	34
1.	Orientasi Kacah.....	34
2.	Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian	34
B.	Pelaksanaan Penelitian	39
C.	Analisis Data dan Hasil Penelitian	40
1.	Uji Asumsi	40
2.	Uji Hipotesis	41
D.	Deskripsi Variabel Penelitian	42
1.	Deskripsi Skor Skala Resiliensi	43
2.	Deskripsi Skor Skala Harga Diri	44
E.	Pembahasan	45
F.	Kelemahan Penelitian	47
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....		49
A.	Kesimpulan	49
B.	Saran	49
DAFTAR PUSTAKA.....		50
LAMPIRAN.....		55

DAFTAR TABEL

Tabel 1. <i>Blueprint</i> Skala Resiliensi.....	29
Tabel 2. <i>Blueprint</i> Skala Harga Diri.....	30
Tabel 3. Sebaran Aitem Skala Resiliensi.....	35
Tabel 4. Sebaran Aitem Skala Harga Diri.....	36
Tabel 5. Data Subjek Uji coba.....	37
Tabel 6. Sebaran Aitem Berdaya Beda Tinggi dan Rendah pada Skala Resiliensi.....	38
Tabel 7. Sebaran Aitem Berdaya Beda Tinggi dan Rendah pada Skala Harga Diri.....	39
Tabel 8. Data Subjek Penelitian.....	40
Tabel 9. Demografi Subjek Penelitian.....	40
Tabel 10. Hasil Uji Normalitas.....	41
Tabel 11. Hasil Uji Linieritas.....	41
Tabel 12. Norma Kategorisasi Skor (Azwar, 2012).....	42
Tabel 13. Deskripsi Skor Skala Resiliensi.....	43
Tabel 14. Norma Kategorisasi Skala Resiliensi.....	43
Tabel 15. Deskripsi Skor Skala Harga Diri.....	44
Tabel 16. Norma Kategorisasi Skala Harga Diri.....	45

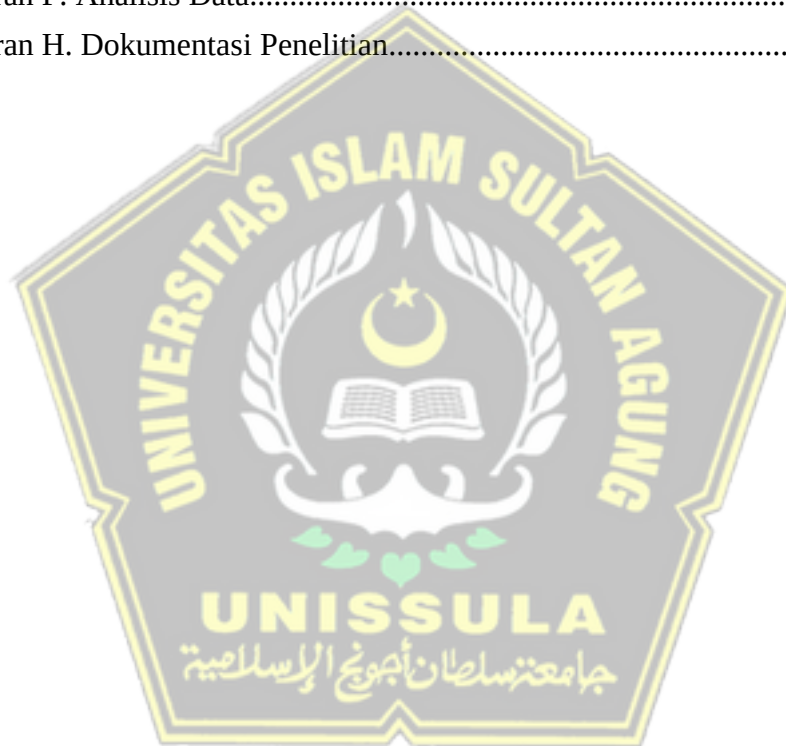
DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kategorisasi Skor Subjek pada Skala Resiliensi.....	44
Gambar 2. Kategorisasi Skor Subjek pada Skala Harga Diri.....	45



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran A. Skala Uji Coba.....	56
Lampiran B. Tabulasi Data Skala Uji Coba.....	68
Lampiran C. Uji Daya Beda Aitem dan Estimasi Reliabilitas Skala Uji Coba.....	73
Lampiran D. Skala Penelitian.....	80
Lampiran E. Tabulasi Data Skala Penelitian.....	88
Lampiran F. Analisis Data.....	105
Lampiran H. Dokumentasi Penelitian.....	109



**HUBUNGAN ANTARA HARGA DIRI DENGAN RESILIENSI KORBAN
TOXIC RELATIONSHIP PADA WANITA DEWASA AWAL
DI KELURAHAN GENUKSARI**

Oleh:

Yumna Bilqis Tsuroyya¹, Agustin Handayani²

Fakultas Psikologi

¹Mahasiswa Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang

²Dosen Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang

Email : yumnabilqist@std.unissula.ac.id¹

agustin@unissula.ac.id²

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara harga diri dengan resiliensi korban *toxic relationship* pada wanita dewasa awal di kelurahan Genuksari, Semarang. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif yang dilakukan pada 100 wanita dewasa awal berusia 18-25 tahun di kelurahan Genuksari sebagai subjek penelitian. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik insidental *sampling*. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala likert yang terdiri dari skala harga diri dan skala resiliensi. Skala harga diri terdiri dari 14 aitem dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,805 sementara skala resiliensi terdiri dari 16 aitem dengan koefisien reliabilitas sebesar 0,785. Hasil uji korelasi *pearson* antara harga diri dengan resiliensi diperoleh skor $r_{xy} = -0,283$ dengan taraf signifikansi $p = 0,004$ ($p < 0,05$). Hal tersebut menunjukkan bahwa hipotesis ditolak yang artinya tidak terdapat hubungan antara harga diri dengan resiliensi.

Kata Kunci: Harga Diri, Resiliensi.

**THE RELATIONSHIP BETWEEN SELF-ESTEEM AND THE RESILIENCE OF
TOXIC RELATIONSHIP VICTIMS IN EARLY ADULT WOMEN
IN GENUKSARI VILLAGE**

By:

Yumna Bilqis Tsurayya¹, Agustin Handayani²

Faculty of Psychology

Universitas Islam Sultan Agung Semarang

¹Student of the Faculty of Psychology, Sultan Agung Islamic University,
Semarang

²Lecturer at the Faculty of Psychology, Sultan Agung Islamic University,
Semarang

Email : yumnabilqist@std.unissula.ac.id¹
agustin@unissula.ac.id²

ABSTRACT

This study aims to determine the relationship between self-esteem and the resilience of victims of toxic relationships in early adult women in Genuksari village, Semarang. This study used quantitative method that conducted on 100 early adult women aged 18-25 years in the Genuksari village as research subjects. The sampling method used the incidental sampling technique. The measuring instrument used in this study was Likert scale consisting of self-esteem scale and resilience scale. The self-esteem scale consists of 14 items with a reliability coefficient of 0.805 while the resilience scale consists of 16 items with a reliability coefficient of 0.785. The results of the Pearson correlation test between self-esteem and resilience obtained a score of $r_{xy} = -0.283$ with a significance level of $p = 0.004$ ($p < 0.05$). Which means the hypothesis is rejected and there is no relationship between self-esteem and resilience.

Keywords: Self-Esteem, Resilience.

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Wanita ialah makhluk yang sering dianggap lemah dibandingkan kaum pria. Hal ini didasarkan pada kenyataan bahwa perempuan memiliki sisi lembut dalam tingkah laku, ucapan, dan perbuatannya. Akan tetapi pada dasarnya, manusia ialah makhluk sosial yang saling membutuhkan. Sebagai makhluk sosial, kita tidak bisa lepas dari interaksi antara satu makhluk dengan yang lainnya sehingga terjalin sosialisasi dan komunikasi. Terjalannya hubungan antara manusia pun beragam, mulai dari keluarga, sanak saudara, teman, rekan kerja, hingga pasangan. Hubungan yang intens selain dengan keluarga ialah hubungan dengan pasangan, dimana hal itu merupakan kebutuhan setiap umat manusia.

Menurut Ikhsan (2003), *dating* atau yang biasa dikenal dengan pacaran ialah suatu bentuk hubungan intim antara pria dan wanita. Ikhsan (2003) membagi konsep pacaran menjadi tiga perspektif yang berbeda, salah satunya adalah bahwa pacaran adalah hubungan kontraktual cinta, kepercayaan, saling setia dan patuh untuk mencapai tahap hubungan halal, yaitu pernikahan. Setiap orang mengharapkan hubungan pacaran yang stabil, dimana pasangan kompak untuk saling *support*, saling melindungi, saling peduli di segala situasi dan menghormati adanya perbedaan.

Beberapa orang beranggapan bahwa hubungan romansa tidak melibatkan kekerasan didalamnya. Namun, beberapa pasangan justru tidak merasakan jalinan cinta yang manis dan romantis seperti di film romansa. Kekerasan dalam pacaran sangat umum terjadi pada masa remaja akhir. Jika tidak memahami dan menghadapinya, kekerasan ini akan terus berlanjut hingga menikah (Sekarlina, 2013). Kekerasan dalam hubungan bisa menjadikan hubungan menjadi beracun atau biasa disebut *toxic relationship*.

Menurut Dr. Lilian Glass (dalam *Toxic People*, 1995) mendefinisikan *toxic relationship* adalah hubungan yang tidak saling mendukung satu sama lain, dimana salah satu pihak dalam hubungan tersebut bersaha memiliki kontrol besar terhadap pihak yang lain yang didalamnya terdapat persaingan, rasa tidak hormat

dan kurangnya kekompakan dalam suatu hubungan. Dr. Lilian Glass memaparkan juga bahwa hubungan *toxic* bersifat merusak, baik secara mental, emosi hingga kemungkinan merusak fisik.

Pada 2019, laporan tahunan Komnas Perempuan mencatat 13.568 kasus kekerasan, 2.073 diantaranya adalah kasus kekerasan dalam pacaran. (Komnas Perempuan, 2019). Christina (2019) menyebutkan jenis kekerasan yang muncul dalam sebuah hubungan ada 4, yang pertama ialah kekerasan fisik yang berupa perlakuan yang menyerang sepeggal atau sekujur dari anggota tubuh yang dapat mengakibatkan rasa sakit dari luka ringan hingga luka berat. Selanjutnya, kekerasan psikis yang merupakan perilaku yang mengakibatkan keresahan, adanya sikap dipermalukan, dijelek-jelekkan, hilangnya kemampuan untuk berbicara dan rasa tak berdaya yang mengakibatkan individu mengalami penderitaan psikis. Kemudian yang ketiga adalah kekerasan seksual berupa paksaan melakukan hubungan seksual terhadap orang yang tinggal di dalam rumah tangga maupun mempunyai hubungan khusus dengan tujuan saling menguntungkan, dan yang terakhir adalah kekerasan ekonomi, berupa perilaku yang berakibat kepada individu mengalami kerugian finansial (memanfaatkan dan meremas pasangan).

Murray (2009 dalam Wulandari, 2021) mengatakan bahwa kekerasan yang didapatkan tidak hanya berbentuk kekerasan fisik seperti pukulan menggunakan tangan atau benda tumpul maupun benda tajam, tetapi juga berbentuk kekerasan verbal seperti cacian, makian, hinaan dan berkata-kata kasar terhadap pasangannya. Wulandari (2019) mengatakan bahwa *toxic relationship* merupakan hubungan yang sangat berbahaya dimana hubungan tersebut tidak hanya terjadi pada kalangan di usia muda akan tetapi juga pasangan orang tua juga bisa saja mengalami *toxic relationship*.

Fakta di lapangan banyak yang memilih untuk mempertahankan hubungan yang mengandung *toxic* terutama perempuan, hal ini juga dibuktikan dengan penelitian Horwitz & Skiff (dalam Sari, 2018). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Tisya & Rochana (2009 dalam Sari, 2018) menunjukkan bahwa ada sekitar 40% hingga 70% perempuan yang pernah menjadi korban kekerasan dalam hubungan memilih untuk kembali melanjutkan hubungannya bahkan sampai

dengan tahap pernikahan. Hal itu dapat terjadi karena mereka menganggap itulah bukti cinta, sehingga tanpa sadar apa yang dialaminya merupakan bentuk kekerasan dalam hubungan.

Wulandari (2014) menuturkan bahwa *toxic relationship* paling berbahaya apabila dialami oleh kalangan pasangan usia muda ataupun pasangan orang tua. *Toxic relationship* menyebabkan dampak yang beragam baik secara psikologis maupun secara fisik. Dampak yang bersifat psikologis bagi orang yang mengalami *toxic relationship* yaitu menjadi individu yang rendah diri dan pesimis, bahkan hingga tahap membenci dirinya sendiri yang diakibatkan dari perlakuan atau perkataan negatif yang diberikan pasangannya terhadap dirinya. Selain itu, salah satu dampaknya yakni penyakit fisik seperti jantung, yang dapat mengarah pada kematian. *Toxic relationship* dapat mengakibatkan trauma dan akan terus membayangi jika korban terus menjalin hubungan tersebut. Korban yang memiliki resiliensi yang rendah tidak bisa merespon secara sehat dengan kekerasan yang terjadi dalam hidupnya sehingga korban *toxic relationship* akan menjadi sulit untuk keluar dari lingkaran kekerasan yang ada (Primadinna, 2014).

Kemampuan seseorang untuk menghadapi situasi yang sulit, penuh tekanan dan bahkan situasi yang menyakitkan atau traumatis dalam hidupnya dikenal sebagai resiliensi. Kemampuan seseorang untuk bangkit dari keadaan tertekan dalam kehidupan mereka dikenal sebagai resiliensi. Menanggung kesulitan atau trauma dalam hidup adalah salah satu cara untuk bertahan dalam situasi yang menantang (Reivich & Shatte dalam Kirana, 2016). Seseorang dengan kapasitas resiliensi positif dapat mengatasi emosi individu dengan cara yang sehat. Menurut Reivich dan Shatte (2002), resiliensi terdiri dari tujuh keterampilan: regulasi emosi, kontrol impuls, optimisme, analisis akar penyebab masalah, empati, *self-efficacy* dan *reaching out*.

Seseorang dengan resiliensi tinggi dapat menghidupi dirinya sendiri untuk pulih dari pengalaman pacaran yang kasar (Rahayu & Qodariah, 2019). Dukungan eksternal, kekuatan *internal*, dan keterampilan *interpersonal* dan pemecahan masalah adalah tiga komponen penting yang dapat mendukung ketahanan diri seseorang (Grotberg, 2003). Perempuan yang menjadi korban kekerasan dalam

pacaran menghadapi proses yang sulit untuk bangkit kembali, sehingga membutuhkan waktu yang lama untuk kembali pulih.

Resiliensi merupakan kecakapan hidup yang sangat penting yang harus dikembangkan untuk memecahkan masalah, menumbuhkan keyakinan diri, konsep diri, dan keyakinan diri dengan cara sebaik mungkin untuk menjaga emosi dan energi positif di dalam diri (Fajrina, 2012). Peneliti lain juga telah menyelidiki resiliensi perempuan korban kekerasan dalam pacaran. Sebagai hasil dari studi Rahayu & Qodariah (2019), 22 dari 43 individu mengalami resiliensi karena faktor individu dan pendukung dalam keluarga dan masyarakat.

Berdasarkan wawancara penelitian pendahuluan, ditetapkan bahwa kekerasan dalam berpacaran pernah terjadi pada tiga perempuan. Ketiga korban berusia antara 18-25 tahun dan biasanya pada masa dewasa awal (Feldman, 2015). Santrock (2011) bahwa masa dewasa awal adalah istilah yang kini digunakan untuk menunjuk masa transisi dari remaja menuju dewasa yang rentang usianya berkisar antara 18 tahun hingga 25 tahun. Selain itu, masa dewasa awal adalah peralihan dari masa remaja akhir menuju masa dewasa, saat seseorang mulai memikul lebih banyak tanggung jawab dan memikirkan tentang bagaimana mereka akan hidup di masa depan, seperti karier, persahabatan, dan cinta.

Tiga wanita mengakhiri hubungan mereka dengan pelaku karena berbagai alasan, yakni SS (tidak tahan dengan perilaku verbal pasangannya), NKS (tidak tahan dengan perilaku kekerasan dan otoriter pasangannya), dan MIR (merasa dikhianati, *toxic*, dan sering melakukan kekerasan). Tiga partisipan juga menyatakan bahwa alasan mereka bertahan lama dalam suatu hubungan pacaran adalah karena harapan akan pasangan hidup di masa depan dan perilaku yang baik dari pacarnya.

Batasan *toxic relationship* dalam penelitian ini adalah pada kekerasan fisik, kekerasan psikis dan kekerasan ekonomi. Pada fenomena ini peneliti melakukan observasi dan wawancara dengan beberapa subjek wanita dewasa awal yang berumur 18-25 tahun, dimana mereka menjelaskan bahwa *toxic relationship* yang mereka alami yakni banyak mendapat emosi negatif secara verbal yang menyebabkan penurunan kepercayaan diri secara drastis sehingga cenderung

membuat subjek menutup diri. Berikut merupakan hasil wawancara peneliti yang telah dilakukan pada 5 Desember 2022 kepada beberapa subjek yang dapat dilihat dari kutipan di bawah ini :

“aku itu misal lagi dimana gitu pasti ditanyain secara berlebihan ada cowo ga disekitarku, sampai suruh nge-videoin aku dan sekitarku untuk memastikan kalau aku lagi ga sama cowo lain. Kalau aku ga mau ngasih video, pasti aku dibilang yang nggak-nggak bahkan kadang dia sampai marah yang sampai mencaci maki aku. Dan aku pasti seketika langsung down sih, karena aku tuh jadi malu gitu harga diriku di injek-injek orang. Dan aku jadi gak yakin sama sesuatu positif yang ada di diri aku, cuman ya kembali lagi ya, karena aku sayang sama dia ya aku turutin tuh semua permintaannya dan mencoba bangkit dengan cara, aku tuh worth it untuk siapapun, dan aku berhak bahagia. Akhirnya setelah aku bisa lepas dari dia, aku bisa lebih mencintai diri sendiri dengan berbagai cara yang memang sudah aku usahakan sebelumnya. Setelah sekian lama aku akhirnya bisa berani untuk menolak, bilang „enggga“, dan buat batasan antara aku dan dia supaya dia ngga semena-mena lagi sama aku karena aku uda tau titik lemahku, makanya aku lawan” (5/12/2022)

Wawancara pada subjek kedua berinisial NKS, sebagai berikut :

“ketika aku gak ngabarin pacar aku sebentar, pasti dia marah-marah sampai merendahkan aku, menghina, bahkan memfitnah aku. Kalau aku digituin kan aku jadi gak yakin sama diri aku sendiri, kaya berfikir „apa iya aku seburuk itu ya“ dan aku jadi cenderung menutup diri karena aku ngerasa gak punya harga diri karena selalu digituin. Tapi setelah curhat sama temenku sih aku dikasih saran untuk mutusin pacarku. Emang susah tapi ya gimana ya. Aku juga pengen gitu disayang dengan tulus. Akhirnya aku mikir kalo aku tuh salah orang aja. Aku berhak juga daper pacar yang baik, yang sama baiknyakaya aku. Aku juga berhak senang atas semua yang aku jalani, toh orangtuaku aja mendukung aku, masa pacar doang malah nggak? Nah akhirnya aku berani mutusin dia walaupun aku bawa mamaku, karena memang dia senekat itu orangnya. Tapi setelah bisa putus ya aku jadi bisa upgrade diri dan lebih hati-hati dalam melangkah. Waktu aku ngeuh kalo ada redflag

dari dia, aku langsung ada niat mengakhiri, walaupun ngga langsung tapi aki bikin dulu tuh benteng yang tinggi dulu antara aku dan dia, dan perlahan aku akhirnya bisa untuk ngga mengiyakan semua keinginan dia demi kebaikan aku, dan yaa finally aku bisa end sama dia. Setelah itu, aku blak-blakan untuk berteman sama lawan jenis karena aku tau aku berhak, dan dan aku uda cuek sama dia karena uda gaada urusan apa-apa. Dan akhirnya setelah sekian lama finally aku bisa lepas dari dia dan i feel so much better than before” (5/12/2022)

Wawancara pada subjek ketiga berinisial MIR, sebagai berikut :

“aku dituntut 100% untuk terbuka sama dia, untuk hal apapun itu. Jadi aku merasa gak punya privacy gitu loh. Misalkan aku gak mau kasih tau sesuatu gitu, pasti dia langsung bawa-bawa harga diriku yang langsung dijatuhin sejatuh-jatuhnya. Kadang ada beberapa temenku yang tau, karena cowoku kalau marah ga liat tempat dan situasi. Dari situ aku jadi malu buat membuka diri karena aku tau pasti semua orang berfikir aku sama seperti apa yang dikatakan cowoku. Jadi aku tuh sekarang udah yang di fase malu banget untuk show up, karena aku merasa gak punya harga diri. Kemaren aku nyoba mutusin dia, dan ya alhasil dimaki abis-abisan. Cuman aku tuh selalu berfikir bahwa aku tuh cukup gitulo, jadi mungkin cukupku inibukan untuk dia, tapi untuk orang lain yang lebih sayang sama aku. Ga sama dia ga bikin aku mati, jadi aku gimana caranya tetep enjoying my life aja gitu. Setelah 3 tahun aku kenyang di abisin sama dia, akhirnya aku break up, dan yaa. Aku mencoba membangun kembali sesuatu yang hilang di diriku walaupun sulit tapi yakin aku pasti bisa. Before aku break up aku menerapkan beberapa hal di diriku, kaya aku gabole tunduk sama dia, aku menciptakan ruang bahagiaku sendiri, aku berhak untuk say no kedia, yang akhirnya lama-lama aku sadar bahwa aku sama dia harus ada batasan jarak karena uda ga worth it gitu kurasa. Akhirnya setelah aku mengerti value-ku, aku akhirnya bisa mengakhiri hubungan sama dia dan aku jadi bisa lebih bahagia setelah itu. Aku bisa bebas, aku bisa punya privacy, aku bisa do whatever I wanna do, dan akupun bisa berteman dengan siapapun” (5/12/2022)

Resiliensi didasarkan pada banyak faktor, yaitu faktor individu, *support* keluarga, faktor masyarakat dan faktor resiko (Allrows & Paulson, 2006). Terdapat gambaran harga diri pada gangguan kepribadian. Thomson (dalam Mashudi, 2016) menyatakan bahwa terdapat benih resiliensi dalam diri setiap individu.

Seseorang yang menjadi korban *toxic relationship* akan membawa salah satu efek psikologis ketika menjadi korban kekerasan, misalnya hilangnya harga diri dalam dirinya. Harga diri merupakan salah satu cara pembentukan konsep diri yang akan memiliki pengaruh yang luas terhadap sikap dan perilaku seseorang (Khasanah at al, 2019). Menurut Coopersmith (Ghufron 2014), para ahli seringkali menggunakan harga diri untuk menunjukkan bagaimana seseorang menghargai dirinya sendiri. Penilaian ini menunjukkan bagaimana individu menilai harga dirinya, apakah merasa yakin memiliki kemampuan atau tidak, apakah ada pengakuan (penerimaan) atau tidak. Sebaliknya, orang yang tidak percaya diri cenderung menutup diri untuk melindungi dirinya dari perasaan negatif yang ada di dalam dirinya dan tidak menghargai dirinya dengan baik.

Maslow (2009) menemukan bahwa harga diri merupakan suatu kebutuhan dasar manusia yang tersusun secara hierarkis meski pemenuhannya tidak harus mutlak secara hierarkis. Dalam memenuhi hierarkis harga diri, terdapat kategori kebutuhan yang harus dimiliki manusia, yaitu kebutuhan akan harga diri dan kebutuhan akan penghargaan dari orang lain. Harga diri meliputi kebutuhan akan kepercayaan diri, pengakuan, kemandirian dan kebebasan. Sedangkan penghargaan dari orang lain meliputi penerimaan, penghargaan, perhatian serta pengakuan.

Multasih & Suryadi (2019) menuturkan bahwa individu yang memiliki *self-esteem* yang tinggi menunjukkan dirinya sebagai pribadi yang optimis, bangga dan puas akan dirinya sendiri. Harga diri yang tinggi dapat membantu meningkatkan resiliensi pada perempuan korban *toxic relationship*. Harga diri merupakan unsur terpenting dalam membentuk konsep diri perempuan korban *toxic relationship* sehingga menjadi pribadi yang lebih optimis, bangga dan puas akan dirinya sendiri, lebih sensitif terhadap tingkat kemampuan/kompetensi,

mengabaikan umpan balik negatif dan mencari umpan balik kompetensi. Umpan balik kompetensi disini didefinisikan sebagai penerimaan peristiwa negatif yang dialami dan berusaha memperbaiki diri, lebih sering mengalami emosi positif (senang, bahagia), fleksibel, berani dan lebih mampu mengekspresikan diri saat berinteraksi dengan orang lain (spontan dan aktif), berusaha untuk melakukan sesuatu agar kapasitas dirinya meningkat (lebih tumbuh dan berkembang), berani mengambil resiko, bersikap positif terhadap orang lain, kelompok atau institusi. Selain itu juga mampu berpikir konstruktif (fleksibel), mampu mengambil keputusan dengan cepat dan yakin dengan keputusan yang diambilnya. Maka harga diri dapat diartikan sebagai pelindung individu dari pengaruh sakit dan mencegah dari berbagai macam permasalahan hidup.

Harga diri dapat diartikan sebagai sikap positif terhadap hak hidup dan kebahagiaan seseorang, kenyamanan mengungkapkan pikiran, keinginan dan kebutuhan dengan tepat, merasa bahwa kebahagiaan adalah hak alami diri sendiri. Harga diri memainkan peran penting dalam kesejahteraan psikologis, di mana individu yang memiliki harga diri yang tinggi biasanya mempunyai risiko depresi yang lebih rendah (Crandall, 1973). Harga diri yang tinggi telah berimplikasi pada kesehatan mental yang baik (Baumeister, 1991).

Penelitian ini dilaksanakan karena maraknya fenomena *toxic relationship* yang seringkali menyebabkan korban *toxic relationship* memunculkan gejala psikologis akibat emosi negatif yang dialaminya yang membuat seseorang menjadi pendiam, sulit bersosialisasi dan terbatas mobilitasnya. Dimana seharusnya didalam hubungan justru saling *support* dalam hal kebaikan kearah *grow up* bersama. Keterangan dari wawancara singkat dari beberapa subjek korban *toxic relationship* yang menjelaskan bahwa harga diri dan resiliensi sangat berpengaruh terhadap *toxic relationship*. Meninjau dari penjelasan diatas yang mengungkapkan bahwa adanya keterkaitan antara harga diri dengan resiliensi pada korban *toxic relationship*.

Menurut penelitian oleh O'keefe (2005), pelaku kekerasan dalam pacaran cenderung kurang mampu mengendalikan diri, sulit mengendalikan emosi, tidak mampu menyelesaikan masalah, dan memiliki harga diri yang rendah. Menurut

Coopersmith (1967), perasaan rendah diri, ketakutan akan kegagalan dalam membina hubungan sosial, keputusan, depresi dan keterasingan merupakan ciri dari harga diri yang rendah. Fokus penelitian ini dibatasi secara eksklusif pada proses dan sumber membangun harga diri dan resiliensi perempuan korban kekerasan dalam hubungan pacaran. Penulis melakukan penelitian kembali tentang hubungan antara harga diri dan resiliensi pada korban *toxic relationship*, dimana harga diri sebagai variabel bebas dan resiliensi sebagai variabel tergantung. Secara garis besar peneliti menggunakan rujukan teori dari Reivich & Sate untuk memperkuat teori dalam penelitian. Peneliti menggunakan aspek resiliensi (Reivich & Shatte, 2002) dan aspek harga diri (Rosenberg, 1965) untuk dasar teori dalam menyusun alat ukur pada penelitian ini. Dengan semua uraian diatas, peneliti mengajukan judul **“Hubungan antara Harga Diri dengan Resiliensi Korban Toxic Relationship pada Wanita Dewasa Awal di Kelurahan Genuksari”**.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dipaparkan, maka dapat dirumuskan masalah penelitian ini yaitu : Apakah terdapat hubungan antara harga diri dengan resiliensi korban *toxic relationship* pada wanita dewasa awal di Kelurahan Genuksari?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara resiliensi dengan harga diri korban *toxic relationship* pada wanita dewasa awal di Kelurahan Genuksari.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini yaitu :

1. Secara Teoritis

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan tentang psikologi perkembangan dan menjadi sumber yang dapat digunakan

sebagai referensi untuk penelitian yang akan datang.

2. Secara Praktis

Penelitian ini diharapkan mampu menggambarkan tingkat harga diri dan mengungkap resiliensi terhadap korban *toxic relationship* sehingga nantinya dapat ditemukan intervensi yang tepat untuk meningkatkan sikap positif pada korban *toxic relationship*.



BAB II

LANDASAN TEORI

A. Resiliensi

1. Pengertian Resiliensi

Secara etimologis, resiliensi bermula dari istilah *resiliency* yang merujuk pada keuletan atau kapasitas untuk kembali ke keadaan semula. Menurut pandangan Reivich dan Shatte (2002) yang terdapat dalam buku mereka yang berjudul "*The Resiliency Factor*", konsep ketangguhan diri menggambarkan keterampilan individu dalam mengatasi dan beradaptasi saat menghadapi kejadian tidak menguntungkan dalam kehidupan mereka. Garnezy (dalam Damon, 1998) berpendapat hal yang sama, mengatakan bahwa ketahanan diri adalah hasil dari interaksi dinamis antara kekuatan dalam dan luar seseorang. Richardson (2002) menjelaskan resiliensi sebagai kemampuan seseorang untuk menghadapi dan merasakan situasi seperti stres berat dan merespon dengan kemampuan mental yang sehat dan dukungan sosial.

Resiliensi adalah kecakapan untuk *survive* dan beradaptasi dengan keadaan atau situasi yang menghadirkan hal-hal yang perlu diketahui, dipertahankan, dan ditingkatkan oleh setiap individu. Individu yang memiliki resiliensi tinggi mempunyai kemampuan untuk menghadapi tantangan dan menemukan solusi. Pelatihan membuat orang merasa lebih kuat dan percaya diri, lebih nyaman berinteraksi dengan orang lain, ingin mendapatkan pengalaman baru, dan lebih siap mengambil risiko (Reivich dan Shatte, 2002). Beberapa penelitian menekankan fakta bahwa berbagai pendekatan, seperti komedi, teknik relaksasi, dan berpikir positif, dapat meningkatkan resiliensi.

Kemampuan seseorang untuk mengatasi dan beradaptasi dengan situasi atau masalah sulit dalam hidup dikenal sebagai resiliensi. Ada banyak jenisnya, seperti bertahan dalam menghadapi tekanan atau bahkan berhadapan dengan trauma atau kesengsaraan individu (Reivich & Shatte dalam Kirana, 2016). Menurut Grotberg, resiliensi adalah kemampuan atau keterampilan yang berguna yang dimiliki oleh individu, kelompok atau komunitas untuk mengendalikan, menghindari, meminimalkan atau bahkan meniadakan pengaruh negatif yang

terjadi dalam kehidupan mereka dan memiliki kemampuan untuk mengubah situasi yang buruk menjadi situasi yang dapat bertahan (Desmita, 2006).

Resiliensi adalah hasil dari kemampuan individu untuk beradaptasi baik pada keadaan yang menguntungkan maupun tidak menguntungkan (Wagnild & Young, 1993). Menurut Connor & Davidson (2003), resiliensi merupakan karakteristik multidimensi yang bervariasi dari waktu ke waktu, usia, jenis kelamin dan budaya asal, serta karakteristik peristiwa kehidupan individu yang berbeda. Menurut Rutter (2006), resiliensi merupakan konsep interaktif yang mengacu pada penolakan untuk mengambil risiko lingkungan dalam menghadapi tekanan atau kesulitan.

Berdasarkan penjelasan teori di atas, resiliensi dapat diterangkan sebagai kecakapan individu untuk mengatasi keadaan yang tidak diinginkan, sehingga individu dapat bertahan, beradaptasi dan keluar dari situasi yang tidak nyaman dan menyakitkan tersebut dengan sendirinya.

2. Faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi

Komponen yang mempengaruhi resiliensi dijelaskan oleh Reivich dan Shatte (Dewanti, 2014):

a. Faktor resiko

Merupakan faktor yang dapat bertindak secara langsung dan menyebabkan perilaku maladaptif, atau maladaptasi. Faktor ini dapat menyebabkan seseorang tidak dapat bertahan pada kondisi sulit. Selain itu faktor risiko juga dapat menggambarkan efek tertentu yang dapat meningkatkan terjadinya perilaku negatif atau bentuk penyimpangan yang terjadi. Menurut Grothberg (1999), faktor risiko dapat bersumber dari beragam sumber. Ini dapat berasal dari sumber internal (diri sendiri) atau eksternal (keluarga).

b. Faktor protektif

Faktor ini tergantung pada sifat individu dan lingkungannya, seperti keluarga, sekolah, dan komunitas. Faktor ini dapat meningkatkan kemampuan seseorang dalam menangani situasi sulit dengan baik. Faktor

pelindung adalah istilah yang mengacu pada cara seseorang dapat dilindungi dari faktor risiko jika terjadi kemalangan atau kecelakaan. Faktor protektif berperan penting dalam mempengaruhi efek negatif lingkungan yang mengancam jiwa dan dapat meningkatkan resiliensi individu (Nasution, 2011).

Terdapat empat komponen yang memengaruhi resiliensi, menurut Everall, Allrows, dan Paulson (2006):

a. Faktor individu

Berasal dari dalam dan dapat membuat seseorang menjadi resilien. Faktor individu ini mencakup hal-hal seperti konsep diri, *locus of control*, strategi *coping*, dan fungsi kognitif.

b. Faktor keluarga

Bahwa orang yang mendapat bimbingan dan *support* langsung dari orang tuanya dalam kondisi kesehatan yang buruk memiliki motivasi yang lebih tinggi, optimisme yang lebih besar, dan keyakinan bahwa mereka dapat berhasil.

c. Faktor luar atau masyarakat

Dalam situasi sulit, orang yang kuat cenderung mencari dan menerima *support* dari orang dewasa lain daripada orang tua mereka sendiri. Hubungan positif dengan orang lain dan lingkungan biasanya datang dari guru, pelatih, konselor sekolah, kepala sekolah, dan tetangga.

d. Faktor resiko

Perampasan, peristiwa kehidupan negatif, kerugian, perang, bencana alam, dll adalah beberapa faktor risiko yang disebut Herman et al. (2011) sebagai tekanan atau stressor.

Faktor resiko adalah komponen yang memiliki kecenderungan untuk berdampak negatif terhadap kejadian yang dialami seseorang, menurut Mah & Wolf (2005). Faktor-faktor berikut mempengaruhi resiliensi diri:

a. Faktor Pertahanan *Internal*

1. Pengendalian emosi

Resilien adalah kemampuan individu untuk mempertahankan ketenangan pada situasi yang menekan. Orang-orang yang memiliki ketahanan diri ini mampu mengatur emosi mereka untuk memberi waktu guna mencapai tujuan mereka, terutama saat menghadapi ujian dan dinamika masalah.

2. Kendali Impulsif

Ialah kemampuan untuk mengontrol perilaku saat berada di bawah tekanan. Kemampuan untuk mengatur emosi seseorang sangat terkait dengan pengendalian impuls.

3. Fleksibilitas kognitif (Analisis kasual)

Kemampuan untuk secara menyeluruh dan akurat menemukan sumber masalah dapat mencegah kesalahan yang sama dan menunjukkan kemampuan seseorang untuk menyelesaikan masalah.

4. Efikasi diri

Merupakan perasaan bahwa kita mengendalikan keadaan di sekitar kita.

5. *Realistic Optimism*

Ada keyakinan bahwa segala sesuatu dapat diperbaiki, bahwa ada harapan untuk masa depan, dan bahwa kita memiliki kemampuan untuk mengontrol hidup kita sendiri.

6. Empati

Merupakan kecakapan untuk menginterpretasikan tanda yang memperlihatkan situasi psikis dan sentimental seseorang.

7. *Reaching Out*

Ialah keterampilan untuk menemukan sebuah tantangan, peluang, dan

hubungan baru atau mengoptimalkan semua kecakapan seseorang untuk memperoleh kepuasan, kesuksesan, dan fleksibilitas.

b. Faktor Pelindung *External*

1. Keluarga yang suportif

Support dari keluarga untuk anak perempuan melalui motivasi dalam menjalani kehidupan.

2. Kondisi lingkungan masing-masing peserta

Hubungan dengan orang-orang terdekat kita adalah tentang mengendalikan perasaan dan emosi serta mengungkapkannya dan mengkomunikasikannya dengan perilaku atau kata-kata.

Kemampuan untuk mendapatkan apa yang kita inginkan menunjukkan bagaimana fleksibilitas mendorong orang untuk meningkatkan aspek positif dalam hidup mereka. Salah satu faktornya adalah harga diri. Terdapat tiga komponen resiliensi, menurut Grotberg (dalam Nurfitri, 2014), adalah:

a. *I am*

Harga diri adalah kekuatan internal seseorang, dan ditandai dengan rasa tanggung jawab, penghormatan, dan kebanggaan terhadap diri sendiri.

b. *I have*

Struktur rumah tangga, *role model*, dan relasi dengan keluarga adalah sumber tambahan pada faktor "*I Have*".

c. *I can*

Faktor ini adalah kecakapan seseorang untuk berinteraksi secara sosial dan interpersonal. bagaimana mengontrol emosi diri sendiri, merasakan berbagai emosi, dan mengungkapkan emosi melalui perilaku dan perkataan.

Berdasarkan penjelasan diatas, dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi resiliensi yakni berasal dari internal (diri sendiri) atau eksternal (keluarga, sekolah, komunitas atau masyarakat)

3. Aspek-aspek Resiliensi

Reivich dan Shatte (2002) menyebut aspek-aspek resiliensi terdiri dari 7 faktor, yaitu pengendalian emosi, kontrol impuls, empati, optimisme, analisis kausal, efikasi diri, dan mencapai. Studi ini akan mempertimbangkan aspek-aspek ini.

Semua kemampuan diatas disajikan di bawah ini:

a. Pengendalian emosi

Merupakan kemampuan untuk mengontrol emosi oleh setiap individu, yang memungkinkan individu tersebut untuk tetap tenang dalam situasi tekanan.

b. Kontrol impuls

ialah kecakapan untuk mengendalikan impuls dari dalam diri. Kontrol impuls terkait dengan pengendalian emosi, dimana jika seseorang memiliki kontrol impuls yang baik, maka pengendalian emosinya juga akan menjadi lebih baik. Hal yang sama berlaku untuk orang yang memiliki kontrol impuls yang buruk.

c. Empati

Menggambarkan kemampuan seseorang untuk memahami gejala psikologis orang lain. Nada suara, bahasa tubuh, dan ekspresi wajah adalah beberapa isyarat psikologis yang paling umum dilihat pada tiap individu.

d. Optimisme

Orang-orang yang memiliki kekuatan keyakinan meyakini bahwa masa depan akan berjalan lebih baik, memendam harapan terhadap kemajuan, serta meyakini bahwa mereka memiliki kontrol yang penuh terhadap arah hidup mereka.

e. Analisis kasual

Seseorang dapat melakukan analisis kausal untuk mengetahui apakah mereka mampu mengidentifikasi sumber utama dari masalah yang mereka hadapi.

f. Efikasi diri

Memperlihatkan bagaimana seseorang percaya pada kemampuan mereka untuk berhasil dan bahwa mereka memiliki kemampuan untuk memecahkan masalah.

g. *Reaching out*

Merupakan penggambaran kemampuan seseorang untuk mencapai kesuksesan.

Resiliensi terdiri dari lima komponen, menurut Connor dan Davidson (2003):

a. Kemampuan individu, standar tinggi, dan ketekunan

Ialah komponen yang membantu seseorang dalam situasi tekanan atau kesulitan untuk terus mengejar tujuan mereka.

b. Bergantung pada intuisi, menahan pengaruh negatif, dan meningkatkan efek stres

Ialah komponen yang meningkatkan ketenangan, keputusan, dan ketepatan saat mengatasi stres.

c. Pengakuan yang positif terhadap perubahan dan hubungan yang aman

Merupakan bagian dari adaptasi seseorang.

d. Kontrol

Ini berpusat pada pencapaian kontrol atas tujuan dan kecakapan untuk memperoleh dukungan dari orang lain atau suport sosial.

e. Pengaruh spiritual

Ialah keyakinan individu pada sebuah nasib atau takdir dari Tuhan.

Aspek-aspek dari resiliensi menurut (Connor & Davidson, 2003) dalam buku Yu dan Zhang (2007) menyimpulkan bahwa aspek resiliensi terdiri dari :

a. *Tenacity* (Kegigihan)

Menunjukkan gambaran orang yang tenang, tepat waktu, bersemangat, dan memiliki kontrol diri dalam situasi atau keadaan yang sulit.

b. *Strength* (Kekuatan)

Menunjukkan kecakapan seseorang untuk bangkit dan berubah lebih kuat setelah kesalahan dan pengalaman sebelumnya.

c. *Optimism* (Optimisme)

Mengingat kecenderungan individu untuk memandang masalah dari sudut pandang positif, serta keyakinan mereka pada diri mereka sendiri dan lingkungan sosial mereka.

Berdasarkan paparan terkait aspek-aspek resiliensi diatas digunakan oleh peneliti sebagai dasar teori untuk membuat instrumen (Connor & Davidson, 2003). Ini akan membantu menentukan tingkat resiliensi pada wanita dewasa awal di Semarang yang terdiri dari ketekunan, kekuatan, dan kepercayaan diri.

B. Harga Diri

1. Pengertian Harga Diri

Menurut Ronsenberg (1979), harga diri adalah perasaan tentang diri sendiri, seperti kebanggaan memiliki citra diri yang positif, atau penilaian terhadap kualitas atau harga diri seseorang sebagai individu (Schunk et al., 2008). Harga diri telah terbukti berdampak besar pada perilaku, pemikiran, dan dorongan (Campbell & Lavalley, 1993; Jambor & Elliot, 2005). Harga diri adalah bagian dari persepsi diri yang perlu dievaluasi, biasanya berupa penilaian umum tentang berharga atau tidaknya seseorang (Baumeister, 1998). (Coopersmith, 1967) memberikan penjelasan bahwa harga diri sebagai ukuran seberapa besar seseorang percaya bahwa mereka mampu, penting, berhasil, dan berharga. Dalam konteks ini, harga diri merujuk pada penilaian yang kita berikan terhadap diri sendiri. Seperti yang dikemukakan oleh Cast dan Burke (2002), harga diri merupakan elemen yang esensial dalam konsepsi diri.

Seseorang yang mempunyai harga diri tinggi cenderung merasa berharga dan memiliki kemampuan untuk mengapresiasi dirinya sendiri, namun tetap menyadari kelemahan dirinya. Sebaliknya, seseorang dengan harga diri rendah merasa tidak berharga dan kelemahan mereka mempengaruhi citra diri mereka (Ownes, 1994; Sciangula & Morry, 2009). Harga diri, menurut Stuart dan Sundeen (dalam Galuh & Fakhurrozi, 2008), didefinisikan sebagai evaluasi individu terhadap hasil yang diperoleh melalui penilaian seberapa baik perilaku ideal dipraktikkan. Ahli lain yang mendefinisikan *self-esteem* adalah Alport (Powel,

1983), yang mendefinisikan harga diri sebagai bagaimana individu melihat dirinya sendiri menanggapi citra diri itu secara positif atau negatif, dalam hal ini, setiap orang melihat diri mereka sendiri secara berbeda. Harga diri dipandang sebagai bagian penting dari perkembangan kepribadian. Seseorang akan sulit untuk menghormati orang lain jika mereka tidak bisa menghargai diri mereka sendiri. Jadi, harga diri adalah komponen utama yang membentuk citra diri individu dan memberikan dampak besar pada sikap dan tindakan seseorang.

Harga diri didasarkan pada keyakinan seseorang tentang dirinya sendiri bahwa dia adalah orang yang mampu, penting, dan berharga, dan dipengaruhi oleh bagaimana orang lain melihat, menerima, menghargai, dan memperlakukan dirinya. Pembahasan mengenai harga diri sudah berlangsung sejak lama, seperti yang diungkap Chaplin (Subowo dkk, 2009) yang menyatakan “harga diri adalah suatu kebutuhan dasar manusia yang dapat memberikan rasa sukses, mampu, dan berguna terlepas dari kelemahan dan kegagalan”. Menurut Rosenberg (1965), evaluasi reflektif dan perbandingan sosial memengaruhi harga diri. Orang dengan harga diri rendah dianggap lebih rentan terhadap depresi, narkoba, dan kekerasan.

Harga diri yang tinggi berkontribusi pada inisiatif, ketahanan, dan kesenangan seseorang (Baumeister et al., dalam Myers, 2005). Hal ini menunjukkan bahwa harga diri yang tinggi merefleksikan keadaan personalitas yang konstruktif, mendorong perilaku yang baik dalam berurusan dengan individu lain. Dikatakan bahwa seseorang dengan *self-esteem* yang tinggi mempunyai resiliensi yang tinggi, yang berarti mereka mempunyai kekuatan yang tinggi untuk pulih dan menangani stres yang mereka hadapi. Namun, orang dengan harga diri tinggi mungkin mengalami kegagalan atau kekecewaan pada suatu saat, menyebabkan kepercayaan diri mereka memburuk. Kondisi ini dikenal sebagai harga diri kritis.

Mruk (2013) mengungkapkan bahwa harga diri sebagai kompetensi, yakni penilaian mengenai kondisi kemampuan dan keterampilan yang ada saat ini, sehingga menimbulkan perbandingan dengan seseorang sesuai dengan yang diinginkan. Branden (2016) berpendapat bahwa harga diri adalah evaluasi dan

pertimbangan tentang bagaimana seseorang memandang, mengkritik, dan mengevaluasi dirinya secara keseluruhan. Sehingga dengan itu individu dapat memahami dirinya sendiri, baik dari sisi negatif maupun positif sehingga mampu untuk menerima dirinya sendiri. Harga diri, menurut Coopersmith (Trisakti & Astuti, 2014) adalah optimisme individu bahwa dia memiliki kemampuan, berarti, dan berharga.

Berdasarkan penjelasan teori di atas, kesimpulan yang dapat diambil adalah bahwa harga diri adalah evaluasi seseorang terhadap kualitas atau keberhargaan dirinya sebagai manusia.

2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Harga Diri

Kepercayaan diri, menurut Coopersmith (dalam Ghufon, 2010), terdiri dari interaksi dengan lingkungan kita, serta kompensasi, penerimaan, dan pemahaman kita tentang diri kita sendiri. Harga diri dipengaruhi oleh kedua lingkungan internal dan eksternal. Lingkungan internal terdiri dari jenis kelamin, kecerdasan, dan fisik seseorang, sedangkan lingkungan eksternal terdiri dari keluarga dan lingkungan sosial seseorang. Faktor-faktor berikut memberikan pengaruh terhadap harga diri:

a. Faktor Internal

1. Faktor jenis kelamin

Perempuan cenderung merasa harga dirinya lebih rendah daripada laki-laki, karena hal-hal seperti merasa tidak mampu, tidak percaya diri, dan membutuhkan perlindungan.

2. Intelegensi

Karena besarnya kecerdasan didasarkan pada kemampuan akademik, inteligensi terkait erat dengan prestasi akademik. Mereka yang memiliki harga diri yang tinggi tampil lebih baik secara akademis. Mereka juga cenderung lebih pintar, lebih bersemangat, dan selalu berusaha untuk mencapai tujuan mereka.

3. Kondisi fisik

Jika seseorang mempunyai penampilan yang menarik dan tinggi badan yang baik, mereka cenderung mempunyai harga diri yang lebih tinggi

daripada orang yang sehat secara fisik.

b. Faktor Eksternal

1. Lingkungan keluarga

Keberadaan keluarga memiliki peran penting dalam mempengaruhi perkembangan harga diri anak. Penting bagi orang tua untuk bersikap adil, memberi kesempatan kepada anak untuk terlibat dalam pendidikan secara aktif, menjunjung tinggi prinsip demokrasi, serta menjamin tingginya harga diri anak. Namun, jika orang tua menggunakan hukuman dan larangan tanpa alasan yang jelas, hal tersebut dapat membuat anak merasa rendah diri.

2. Lingkungan sosial

Harga diri dibentuk oleh proses lingkungan penghargaan, penerimaan, dan bagaimana orang lain menghadapinya. Ini dimulai dengan seseorang mengetahui apakah mereka layak.

Usia, ras, etnis, pubertas, berat badan, dan *gender* (jenis kelamin) adalah beberapa komponen yang memberikan dampak terhadap harga diri, menurut McLoed & Owens (Suhron, 2016). Di bawah ini merupakan penjelasan lebih lanjut tentang komponen yang mempengaruhi keyakinan seseorang:

a. Usia

Orang-orang memperoleh harga diri dari teman, orang tua, dan guru di sekolah saat mereka menjadi remaja dan kanak-kanak.

b. Ras

Harga diri seseorang untuk mendukung rasnya dapat dipengaruhi oleh keberagaman budaya dan ras tertentu.

c. Etnis

Dalam proses atau aktivitas bermasyarakat, ada individu tertentu yang lebih menghargai suku bangsanya daripada orang lain, yang dapat berdampak pada harga diri mereka sendiri.

d. Pubertas

Ini adalah masa peralihan antara periode kanak-kanak dan dewasa yang ditandai dengan munculnya ciri-ciri seksual sekunder dan kemampuan reproduksi seksual yang memunculkan perasaan daya tarik yang berdampak pada harga diri.

e. Berat badan

Perubahan berat badan adalah yang paling terlihat pada seseorang. Hormon baru dibuat oleh kelenjar endokrin, yang mengubah ciri kelamin primer dan menciptakan ciri kelamin sekunder. Seseorang melihat perubahan pada tubuhnya yang membuat mereka merasakan perbedaannya.

f. Jenis kelamin

Laki-laki akan mempertahankan kebanggaan mereka dalam persaingan dan ingin mengungguli perempuan. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa wanita muda lebih rentan terhadap gangguan citra diri dibandingkan pria muda. Terutama remaja putri lebih sadar diri, mementingkan kemampuan dirinya, menerima kekurangan dirinya dan tidak peduli dengan penilaian orang lain karena remaja putri menganggap dirinya penting untuk diterima oleh kelompoknya.

Sarwono (2012) mengungkapkan bahwa ada empat faktor yang memberikan dampak pada harga diri, yaitu:

a. Lingkungan keluarga

Keluarga adalah tempat pertama di mana anak diasuh dan dididik serta merupakan tempat remaja dapat bersosialisasi. Perlakuan yang adil, pemberian kesempatan beraktifitas dan pendidikan bagi remaja yang mempunyai harga diri tinggi.

b. Lingkungan sosial

Lingkungan sosial yang menawarkan pengalaman, kesuksesan, persahabatan dan ketenaran akan menumbuhkan harga diri. Sebaliknya, lingkungan sosial yang tidak memberikan penghargaan, penghinaan, dan penghindaran kepada teman sebaya akan menyebabkan harga diri menjadi

rendah.

c. Faktor psikologis

Saat remaja mulai memasuki kehidupan sosial masyarakat dan menuju kedewasaan, penerimaan diri membantu mereka menentukan jalan baru.

d. Jenis kelamin

Perbedaan *gender* menyebabkan perubahan dalam cara pria dan wanita berpikir dan bertindak.

3. Aspek-aspek Harga Diri

Coopersmith (Suhron, 2016) menjelaskan empat aspek harga diri (*Self-Esteem*), antara lain:

a. *Power* (kekuasaan)

Kecakapan untuk manajemen dan mengontrol bagaimana orang lain dan diri sendiri berperilaku. Hal ini ditandai dengan pengakuan dan penghormatan terhadap pendapat dan hak pribadi orang lain.

b. *Significance* (keberartian)

Kepedulian dan kasih sayang yang diberikan kepada seseorang adalah rasa hormat dan minat orang lain, yang merupakan tanda penerimaan dan kebaikan. Orang yang dicirikan oleh kebaikan, minat, dan kasih sayang menyukai diri mereka sendiri.

c. *Virtue* (kebajikan)

Ketaatan berarti mengikuti moralitas, etika, dan prinsip agama. Ini ditunjukkan dengan mematuhi perilaku yang diperbolehkan serta tidak melakukan perilaku yang dilarang.

d. *Competence* (kemampuan)

Individu yang mampu mencapai prestasi yang tinggi dalam berbagai tugas, baik pada usia berapa pun, menunjukkan kemampuan untuk memenuhi persyaratan kinerja yang ditetapkan.

Harga diri terdiri dari dua komponen: penerimaan diri fisik (*physical self-esteem*) dan penghormatan diri sosial (*social self-esteem*). Menurut Rosenberg (Yuniar & Rahmania, 2012), masing-masing komponen dibagi menjadi lima

dimensi, yaitu

a. Dimensi akademik

Ialah aspek yang berkaitan dengan perspektif seseorang tentang kualitas pendidikan mereka sendiri.

b. Dimensi sosial

Merupakan dimensi yang berkaitan dengan cara pandang individu tentang relasi sosial tertentu.

c. Dimensi emosional

Ialah rasio jumlah emosi yang dimiliki seseorang.

d. Dimensi keluarga

Ialah aspek yang mengacu pada bagaimana seseorang berpartisipasi dan berintegrasi dalam keluarga.

e. Dimensi fisik

Merupakan dimensi yang berkaitan dengan cara pandang terhadap keadaan fisik seseorang.

Menurut Reasoner & Dusa (dalam Lestari & Koentjoro, 2002), hal-hal berikut merupakan komponen harga diri yang paling penting:

a. Perasaan Keamanan

Merupakan rasa aman yang berkaitan dengan keyakinan seseorang terhadap lingkungan sekitar mereka. Orang-orang yang merasa aman percaya bahwa tempat mereka tinggal memiliki tingkat keamanan, kekuatan, dan dapat diandalkan.

b. Perasaan Identitas

Rasa identitas adalah kesadaran bahwa seseorang menganggap dirinya sebagai individu, berbeda dari orang lain, dan memiliki kualitas yang unik. Rasa identitas juga mencakup menerima potensi, minat, dan kelebihan orang lain, serta menerima diri mereka sendiri. Individu harus diberi kesempatan untuk menentukan siapa dirinya dengan melihat dirinya sendiri dan lingkungannya.

c. Perasaan Terhubung

Ini termasuk perasaan menjadi bagian dari dunia, berada di dalamnya, dan

memiliki dunia. Orang-orang yang memiliki perasaan memiliki merasa bahwa tempat mereka adalah makna dunia.

d. Perasaan Terkait Tujuan

Merupakan perasaan yang melekat dengan pandangan optimis tentang menentukan dan menggapai tujuan. Orang tua dapat mendukung anak-anak mereka mengelaborasi pemahaman akan target dengan mewujudkan keinginan dan memotivasi cita-cita tinggi individu.

e. Perasaan Kemampuan Individu

Yaitu rasa bangga, rasa mampu dalam diri sendiri, dan rasa mampu dalam mengatasi ujian hidup. Hal ini memotivasi seseorang untuk memiliki keyakinan tentang kehidupan nanti. Orang yang kekurangan kompetensi pribadi merasa sangat tidak berdaya.

Peneliti membuat teori dasar untuk alat ukur berdasarkan elemen yang telah disebutkan di atas. Peneliti menggunakan aspek harga diri Coopersmith (Suhron, 2016). Hal ini bermanfaat untuk menentukan tingkat harga diri pada wanita dewasa awal di Semarang yang terdiri dari elemen penting, kebaikan, kekuatan, dan kemampuan.

C. Hubungan Antara Resiliensi dengan Harga Diri

Seseorang dengan resilien tinggi dan harga diri yang tinggi dapat melewati fase setelah *toxic relationship* dan menjadi diri mereka yang paling ideal. Resiliensi sendiri dapat diartikan sebagai adaptasi yang baik untuk menghadapi stres dan trauma. Resiliensi juga didefinisikan sebagai kemampuan seseorang untuk tetap positif dan menemukan cara untuk mengatasi masalah atau trauma yang meningkatkan stres dalam hidup (Reivich & Shatte, 2002). Ini menunjukkan bahwa resiliensi adalah upaya seseorang untuk beradaptasi dengan baik dengan keadaan yang menekan sehingga mereka dapat pulih dan mengatasi tantangan. Rosenberg (Mruk, 2006) mengatakan bahwa harga diri adalah sikap seseorang yang didasarkan pada persepsinya tentang bagaimana dia mengevaluasi dirinya secara keseluruhan, yang dapat mencakup sikap positif atau negatif terhadap dirinya. Selain itu, Mruk (2006) menyatakan bahwa harga diri terdiri dari sikap

seseorang tentang apa yang dipikirkannya tentang dirinya berdasarkan kognisi emosional, yaitu kepuasan dan harga diri. Jadi, seseorang dengan harga diri yang baik adalah seseorang yang memiliki rasa percaya diri, *self-efficacy*, dan merasa bahwa dirinya pantas mendapatkan sesuatu yang berharga.

Efek dari harga diri yang dialami dalam *toxic relationship* adalah penurunan harga diri, sakit hati, malu, rasa terhina, menyalahkan diri sendiri, ketakutan akan bayangan kekerasan, kebingungan, kecemasan, keraguan diri, rasa bersalah, peningkatan depresi dan pikiran untuk bunuh diri (KPPPARI, 2018). Berdasarkan argumentasi tersebut, dapat dikatakan bahwa kekerasan dalam pacaran mempengaruhi harga diri seseorang. Dalam penelitian ini, resiliensi diartikan sebagai kecakapan individu untuk bertahan atau mempertahankan diri dalam situasi sulit pada hubungan pacaran mereka. Jika korban bertahan dalam hubungan *toxic* yang mereka jalani, korban berupaya untuk mencegah perasaan negatif muncul dan berdampak pada mereka, menghasilkan hubungan yang tidak sehat dan berkepanjangan dan menggantinya dengan hubungan yang positif. Subjek berusaha melewati fase ini dengan sebaik mungkin sesuai kemampuan yang dimiliki sehingga korban akhirnya bisa keluar dari hubungan yang *toxic* tersebut.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti mengambil kesimpulan bahwa resiliensi dan harga diri saling terkait. Dalam hal ini, harga diri dan resiliensi dapat memengaruhi perilaku seseorang selama fase *toxic relationship*.

D. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan kesimpulan teori yang diambil oleh peneliti, maka hipotesis yang diajukan peneliti adalah terdapat hubungan antara harga diri dan resiliensi korban *toxic relationship* pada wanita dewasa awal dimana semakin tinggi harga diri maka semakin tinggi tingkat resiliensi korban *toxic relationship*.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Identifikasi Variabel

Penelitian ini mengaplikasikan pendekatan kuantitatif, yang berarti pengumpulan data, penafsiran data, pengambilan data, dan penampilan hasilnya tidak berupa penyajian angka (Sugiyono, 2007). Tujuan identifikasi variabel adalah untuk menentukan batas-batas variabel yang akan diteliti. Dua kategori variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah variabel bebas (*independent*) dan variabel tergantung (*dependen*). Variabel-variabel ini adalah sebagai berikut:

1. Variabel Bebas : Harga Diri (X)
2. Variabel Tergantung : Resiliensi (Y)

B. Definisi Operasional

1. Resiliensi

Resiliensi adalah kecakapan yang memungkinkan individu untuk pulih dalam kondisi yang mengganggu. Resiliensi dapat diartikan sebagai kemampuan untuk berhasil beradaptasi dan berperilaku secara positif dalam situasi yang penuh dengan risiko, tekanan kronis, atau bahkan trauma. Subjek mencoba untuk tidak membiarkan perasaan negatif bertahan dalam dirinya secara berkepanjangan.

Instrumen variabel resiliensi disusun dengan beracuan pada aspek-aspek resiliensi yang kemukakan oleh Connor & Davidson (2003) yaitu kegigihan (*tenacity*), kekuatan (*strength*) dan optimisme (*optimism*). Skor resiliensi seseorang bernilai positif ketika skornya lebih tinggi, sementara skor yang lebih rendah menunjukkan tingkat resiliensi yang lebih negatif.

2. Harga Diri

Harga diri adalah pandangan keseluruhan dari individu tentang dirinya sendiri. Individu melakukan penilaian terhadap hal-hal yang berkaitan dengan dirinya. Harga diri juga mencakup bagaimana individu memandang dirinya sebagai pribadi yang cakap, berharga, serta berhasil.

Menurut Coopersmith (Suhron, 2016), elemen harga diri yang meliputi kekuasaan (*power*), keberartian (*significance*), kebajikan (*virtue*), dan kemampuan (*competence*) adalah dasar dari instrumen variabel harga diri. Semakin tinggi skor harga diri seseorang, semakin tinggi tingkat harga dirinya, dan sebaliknya, semakin rendah skor harga diri seseorang, semakin rendah tingkat harga dirinya.

C. Populasi, Sampel dan Teknik Pengambilan Sampel

1. Populasi

Populasi merupakan ruang lingkup yang terdiri dari objek dan subjek yang dipilih oleh peneliti untuk dipelajari berdasarkan karakteristik tertentu dan untuk menghasilkan kesimpulan dari penelitian mereka (Sugiono, 2017). Populasi yang akan digunakan adalah wanita dewasa awal di kelurahan Genuksari, Semarang. Karakteristik populasi yang akan digunakan adalah wanita dewasa awal di umur 18-25 tahun yang berdomisili di kelurahan Genuksari. Populasi dalam penelitian ini adalah 6.030 wanita dewasa awal.

2. Sampel Penelitian

Menurut Azwar (2011), sampel adalah sebagian dari populasi yang memiliki karakteristik sesuai dengan populasi yang dicari. Hal ini selaras dengan yang dikatakan oleh Sugiyono (2014), bahwa sebagian dari populasi disebut sampel. Penelitian ini melibatkan wanita dewasa awal di kelurahan Genuksari, Semarang, yang berusia antara 18 sampai 26 tahun.

3. Teknik Pengambilan Sampel Penelitian

Teknik penentuan sampel, juga dikenal sebagai teknik pengambilan sampel yang biasa dipakai untuk menentukan ukuran sampel yang akan diambil (Martono, 2011). Untuk tujuan penelitian ini, teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik insidental *sampling*. Insidental *sampling* adalah pendekatan penentuan sampel berdasarkan kebetulan. Menurut Sugiyono (2016), setiap orang yang bertemu dengan peneliti secara kebetulan dapat digunakan sebagai sampel jika mereka cocok sebagai sumber data. Penelitian ini memakai teknik *sampling* insidental sebab jumlah populasi yang relatif atau belum diketahui secara pasti. Wanita dewasa awal dari usia 18 hingga 26 tahun dipilih sebagai sampel dalam

penelitian ini.

D. Metode Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini, metode pengumpulan data yang diaplikasikan ialah skala, yang berisi pernyataan tertulis tentang subjek penelitian dalam bentuk pertanyaan atau pernyataan. Serangkaian pernyataan yang dibuat untuk mengungkapkan karakteristik tertentu melalui tanggapan yang diakui disebut skala (Azwar, 2011). Skala yang digunakan dalam studi ini menggunakan skala likert dimana subjek diminta untuk menentukan salah satu respon dari permasalahan yang sebanding dengan kondisi atau pandangan subjek sendiri (Azwar, 1999). Maksud dari skala likert adalah untuk menaksir pemahaman, reaksi atau tindakan individu atau kelompok individu terhadap gejala tertentu (Sugiono, 2017). Skala yang diaplikasikan dalam studi ini terdiri dari dua skala yaitu resiliensi dan harga diri.

1. Skala Resiliensi

Penyusunan skala resiliensi menyesuaikan aspek resiliensi dari (Connor & Davidson, 2003) yaitu *tenacity* (kegigihan), *strength* (kekuatan), dan *optimism* (optimisme). Penyajian aitem pada skala ini terbagi menjadi 2, yaitu item *favorable* dan *unfavorable*. Menurut Azwar (2006), aitem dikatakan *favorable* apabila pernyataan didalam skala memberikan kepemihakan, dukungan, dan menunjukkan karakteristik yang akan diukur. Sebaliknya, aitem dikatakan *unfavorable* apabila pernyataan tidak memberikan dukungan atau gambaran tentang karakteristik yang akan diukur.

Berikut merupakan *blueprint* skala resiliensi:

Tabel 1. *Blueprint* Skala Resiliensi

No	Aspek	Nomor Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	<i>Tenacity</i>	1,7,13,19,25	4,10,16,22,28	10
2	<i>Strength</i>	2,8,14,20,26	5,11,17,23,29	10
3	<i>Optimism</i>	3,19,15,21,27	6,12,18,24,30	10
Total :		15	15	30

Skala ini terdiri dari pernyataan-pernyataan yang menggunakan aitem yang memiliki empat opsi untuk jawaban. Setiap subjek yang memilih salah satu jawaban akan menerima skor yang berbeda. Studi ini menggunakan skala yang

mengandung pernyataan *favorable* dan *unfavorable* yang memiliki empat pilihan yang masing-masing memiliki nilai berjenjang. Penilaian aitem *favorable* diberi skor 4 untuk pernyataan yang sangat sesuai (SS), 3 untuk pernyataan yang sesuai (S), 2 untuk pernyataan yang tidak sesuai (TS), dan 1 untuk pernyataan yang sangat tidak sesuai (STS). Penilaian aitem untuk pernyataan *unfavorable* diberikan skor 1 untuk sangat sesuai (SS), skor 2 berarti yang sesuai (S), skor 3 berarti tidak sesuai (TS), dan skor 4 berarti sangat tidak sesuai (STS).

2. Skala Harga Diri

Menurut skala harga diri Coopersmith, lima elemen harga diri adalah kekuatan (*power*), signifikansi (*significance*), kebajikan (*virtue*), dan kemampuan (*competence*). Pada skala ini, penyajian aitem terbagi menjadi dua, yaitu aitem *favorable* dan aitem *unfavorable*. Menurut Menurut Azwar (2006), aitem dapat dikatakan sebagai *favorable* jika isinya memberikan kepemihakan, dukungan, dan menunjukkan ciri-ciri atribut yang akan diukur. Sebaliknya, item dapat dikatakan sebagai *unfavorable* jika isinya tidak memberikan dukungan atau gambaran tentang atribut yang akan diukur. Berikut adalah *blueprint* untuk skala harga diri:

Tabel 2. *Blueprint* Skala Harga Diri

No	Aspek	Jumlah Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	<i>Power</i>	1,9,17	5,13,21	6
2	<i>Significance</i>	2,10,18	6,14,22	6
3	<i>Virtue</i>	3,11,19	7,15,23	6
4	<i>Competence</i>	4,12,20	8,16,24	6
Total :		12	12	24

Skala ini terdiri dari pernyataan-pernyataan yang menggunakan item yang memiliki empat opsi untuk jawaban. Setiap subjek yang memilih salah satu jawaban akan menerima skor yang berbeda. Studi ini menggunakan skala yang terdiri dari pernyataan *favorable* dan *unfavorable* dengan empat pilihan jawaban yang masing-masing memiliki nilai berjenjang. Penilaian item untuk pernyataan *favorable*, yaitu diberi skor 4 berarti sangat sesuai (SS), skor 3 berarti sesuai (S), skor 2 berarti tidak sesuai (TS), dan skor 1 berarti sangat tidak sesuai (STS). Namun, penilaian item untuk pernyataan negatif memberikan skor 1 berarti

sangat sesuai (SS), skor 2 berarti yang sesuai (S), skor 3 berarti tidak sesuai (TS), dan skor 4 berarti sangat tidak sesuai (STS).

E. Uji Validitas, Beda Aitem dan Reliabilitas

1. Uji Validitas

Menurut Suryabata (2000), Validitas mengacu pada kecermatan atau kemampuan suatu tes untuk mengukur sesuatu. Validitas, menurut Azwar (2016), mengacu pada tingkat ketepatan dan ketelitian alat ukur dalam mengukur karakteristik yang akan diukur sesuai dengan tujuan pengukuran. Alat ukur dianggap memiliki validitas efektif atau tinggi jika dapat menjalankan tugas pengukurannya sebanding dengan sasaran pengukurannya dan menyampaikan hasil penilaian yang tepat dalam penelitian. Untuk jenis skala penelitian ini, validitas isi digunakan, di mana ia ditentukan oleh prosedur sintesa peneliti untuk memahami efisiensi bahasa yang digunakan dalam skala yang digunakan dalam studi ini. Tidak diharapkan bahwa semua orang akan sependapat tentang apakah suatu aitem berfungsi dengan baik untuk mendukung tujuan ukur tes tertentu karena validitas ini bersifat judgemental dan didasarkan pada analisis rasional dari semua ahli. *Expert Judgement* dalam penelitian ini adalah dosen pembimbing skripsi.

2. Daya Beda Aitem

Setelah validitas isi dipenuhi, tahap selanjutnya adalah uji daya beda aitem. Tahap ini dilakukan untuk menentukan sejauh mana aitem mampu membedakan antara individu atau kelompok yang memiliki atau tidak memiliki atribut yang hendak diukur (Azwar, 2012). Indeks daya diskriminasi merupakan indikator keselarasan antarafungsi aitem dan fungsi skala secara menyeluruh, dapat disebut dengan konsistensi aitem total (Azwar, 2011). Pengujian daya beda aitem menggunakan program SPSS (*Statistical Product and Service Solution* versi 20.0 *for Windows*). Selain itu, untuk mengetahui hasil indeks daya beda aitem peneliti memacu kepada pedoman atau acuan menggunakan batasan $\geq 0,3$ dan apabila terdapat aspek yang aitemnya kurang memenuhinya dapat dimungkinkan untuk menurunkan batasan menjadi $\geq 0,25$ (Azwar, 2012). Terdapat rekomendasi ahli lain yang mengatakan bahwa daya beda item dapat dianggap memuaskan yakni pada

batas minimal sebesar 0,21 (Thorndike & Hagen, 1961).

3. Reliabilitas Alat Ukur

Reliabilitas adalah indeks yang menunjukkan sejauh mana suatu hasil pengukuran yang dilakukan dua kali atau lebih sebanding dengan satu sama lain. Setiap penelitian memiliki kesalahan pengukuran yang signifikan. Oleh karena itu, sangat penting untuk mempertimbangkan kesalahan pengukuran ini untuk mengetahui hasil penelitian yang sebenarnya. Koefisien reliabilitas berada di rentang angka 0,00-1,00, dimana koefisien reliabilitas yang besarnya semakin mendekati angka 1,00 maka semakin reliabel alat ukur (Azwar, 2012). Pengujian reliabilitas terhadap seluruh item atau pernyataan dalam penelitian ini akan menggunakan rumus koefisien *Cronbach Alpha* dengan bantuan program SPSS (*Statistical Packages for Social Science*) versi 20.0. Alat ukur yang digunakan di dalam penelitian ini adalah skala resiliensi dan skala harga diri.

F. Teknik Analisis Data

Analisis data adalah metode pengolahan data untuk mendapatkan kesimpulan (Azwar, 2011). Studi ini menggunakan analisis data untuk menguji hipotesis penelitian. Analisis yang dilakukan dengan mengelompokkan data sesuai dengan variabel dan jenis responden, selanjutnya tabulasi data sesuai dengan data dari variabel pada seluruh responden, dilanjutkan dengan penyajian data berdasarkan data yang diteliti, lalu memperhitungkan data untuk menjawab rumusan masalah (Ahyar et al., 2020). Sehingga dapat melakukan perhitungan untuk menguji hipotesis yang diajukan dan dapat ditarik kesimpulan bahwa teknik analisis data yang akan digunakan pada penelitian ini adalah menggunakan analisis korelasi pearson atau biasa disebut dengan korelasi *product moment* pearson yaitu mengukur tingkat hubungan linier antara variabel terikat dan variabel bebas. Koefisien korelasi *product moment* pearson berkisar antara -1 sampai +1, dimana nilai positif menunjukkan hubungan positif antara dua variabel, sedangkan nilai negatif menunjukkan hubungan negatif antara dua variabel. Teknik ini dapat digunakan untuk menguji hipotesis penelitian tentang hubungan antara dua atau lebih variabel. Untuk menggunakan teknik ini, diperlukan data yang valid dan reliabel. Maka dari itu, peneliti menggunakan SPSS (*Statistical Packages for Social*

Science versi 25.0 *for windows*) untuk melakukan pengolahan dan analisis data (Azwar, 2016).



BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Orientasi Kancan dan Persiapan Penelitian

1. Orientasi Kancan

Sebelum tahap penelitian dan untuk mempersiapkan topik penelitian, orientasi kancan penelitian dilakukan. Pilihan lokasi penelitian adalah langkah pertama dalam persiapan penelitian. Penelitian dilakukan di Kelurahan Genuksari, Semarang. Pemilihan kelurahan Genuksari sebagai daerah penelitian dipengaruhi oleh banyak faktor, antara lain kriteria atau karakteristik yang ditentukan dalam penelitian ini tidak sulit untuk ditemukan di kelurahan Genuksari.

Subjek penelitian ini memiliki karakteristik antara lain wanita yang tinggal di kelurahan Genuksari dan pernah mengalami *toxic relationship*, berusia 18 sampai 26 tahun (generasi Z). Penelitian melibatkan 100 orang partisipan. Peneliti melakukan survei mengenai pengalaman *toxic relationship* subjek sebelum menyebarkan buklet dan *Google Form*. Dari hasil survei tersebut menunjukkan bahwa *toxic relationship* membawa dampak psikologis bagi subjek.

Dikarenakan fase dewasa awal merupakan peralihan dari masa remaja akhir ke masa dewasa awal, peneliti memilih wanita berusia 18 hingga 26 tahun sebagai subjek penelitian. Pada fase ini, seseorang mulai mengambil tugas yang lebih besar dan berpikir secara mendalam tentang bagaimana kehidupan akan berjalan di masa depan. Peneliti mengamati masalah yang muncul dan terjadi pada korban, yaitu mereka kerap mempertanyakan dirinya atas mampu atau tidaknya korban keluar dari *toxic relationship* dan kerap mempertanyakan apakah dirinya berharga atau tidak pasca menjalani *toxic relationship*. Oleh sebab itu, peneliti ingin mengetahui seberapa besar resiliensi dan harga diri wanita dewasa awal di Kelurahan Genuksari.

2. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian

Sebelum penelitian dimulai, persiapan dilakukan untuk memastikan bahwa penelitian berjalan lancar dan sesuai prosedur. Persiapan penelitian mencakup penyusunan alat ukur, uji coba alat ukur, estimasi diskriminasi aitem, dan reliabilitas alat ukur.

a. Penyusunan Alat Ukur

Di dalam penelitian kuantitatif, skala merupakan sebuah alat yang berfungsi untuk mengumpulkan data. Menurut Sugiono (2017), pernyataan-pernyataan digunakan sebagai dorongan untuk menunjukkan perilaku dan menghasilkan sebuah jawaban yang merupakan refleksi diri subjek. Indikator, yang merupakan penjabaran dari fitur-fitur suatu variabel, adalah dasar yang digunakan untuk membuat instrumen pengukuran. Dalam penelitian ini, skala yang digunakan adalah skala resiliensi dan skala harga diri. Berikut adalah penjelasan tentang skala tersebut:

1) Skala Resiliensi

Penyusunan skala resiliensi menggunakan aspek resiliensi dari (Connor & Davidson, 2003) yaitu *tenacity* (kegigihan), *strength* (kekuatan), dan *optimism* (optimisme). Penyajian aitem pada skala ini terbagi menjadi 2, yaitu aitem *favorable* dan *unfavorable*. Ada 30 aitem dalam skala resiliensi dengan 15 aitem *favorable* dan 15 aitem *unfavorable*. Pada skala ini, aitem disusun dengan empat pilihan jawaban: Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Tidak Sesuai (TS) dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Penilaian aitem *favorable* yakni yang dianggap sangat sesuai (SS) menerima skor 4, aitem yang dianggap sesuai (S) menerima skor 3, aitem yang dianggap tidak sesuai (TS) menerima skor 2, dan aitem yang dianggap sangat tidak sesuai (STS) menerima skor 1. Penilaian aitem *unfavorable* yaitu diberi skor 1 untuk jawaban yang sangat sesuai (SS), skor 2 untuk jawaban yang sesuai, dan skor 3 untuk jawaban yang sangat tidak sesuai (TS). Tabel berikut menunjukkan sebaran distribusi skala resiliensi:

Tabel 3. Sebaran Aitem Skala Resiliensi

No	Aspek	Nomor Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	<i>Tenacity</i>	1,7,13,19,25	4,10,16,22,28	10
2	<i>Strength</i>	2,8,14,20,26	5,11,17,23,29	10
3	<i>Optimism</i>	3,19,15,21,27	6,12,18,24,30	10
Total :		15	15	30

2) Skala Harga Diri

Penyusunan skala harga diri mengacu kepada aspek-aspek harga diri dari Coopersmith (Suhron, 2016) yaitu *power* (kekuasaan), *significance* (keberartian), *virtue* (kebijakan), dan *competence* (kemampuan). Terdapat 24 aitem dalam skala harga diri, dengan 12 aitem *favorable* dan 12 aitem *unfavorable*. Skala harga diri disusun dengan 4 alternatif pilihan jawaban yaitu Sangat tidak sesuai (SS), sesuai (S), tidak sesuai (TS), dan sangat tidak sesuai (STS). Penilaian aitem untuk pernyataan *favorable*, aitem diberi skor 4 berarti sangat sesuai (SS), skor 3 berarti sesuai (S), skor 2 berarti tidak sesuai (TS), dan skor 1 berarti sangat tidak sesuai (STS). Sedangkan penilaian aitem untuk pernyataan *unfavorable* yaitu mendapatkan skor 1 berarti sangat sesuai (SS), skor 2 berarti sesuai (S), skor 3 berarti tidak sesuai (TS), dan skor 4 berarti sangat tidak sesuai (STS).

Sebaran distribusi aitem skala harga diri dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 4. Sebaran Aitem Skala Harga Diri

No	Aspek	Jumlah Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	<i>Power</i>	1,9,17	5,13,21	6
2	<i>Significance</i>	2,10,18	6,14,22	6
3	<i>Virtue</i>	3,11,19	7,15,23	6
4	<i>Competence</i>	4,12,20	8,16,24	6
Total :		12	12	24

b. Pelaksanaan Uji Coba Alat Ukur

Tujuan dari uji coba alat ukur adalah untuk mengukur reliabilitas skala dan daya beda antara item *favorable* dan *unfavorable* yang dilakukan sebelum penelitian. Pelaksanaan *tryout* dilaksanakan selama 7 hari, dimulai pada tanggal 20 Juni 2023 sampai 27 Juni 2023 melalui buklet dan *link gform* <https://forms.gle/LmnaA916QbVZMHQu8> yang diisi oleh 33 wanita dewasa awal yang pernah mengalami *toxic relationship*. Uji coba alat ukur dilakukan pada skala harga diri dan resiliensi, dan hasilnya adalah sebagai berikut:

Tabel 5. Data Subjek Uji coba

No	Usia Subjek (Tahun)	Jumlah
1	18	1
2	19	1
3	20	3
4	21	4
5	22	21
6	23	2
7	24	-
8	25	-
9	26	1
Total :		33

Sebuah skala uji coba dibagikan kepada 33 subjek, yang terdiri dari wanita dewasa awal berusia 18 hingga 26 tahun. Setelah diberi skor sesuai dengan prosedur, skala yang dikumpulkan dianalisis dengan menggunakan SPSS versi 25.0.

c. Uji Daya Beda dan Estimasi Reliabilitas Alat Ukur

Setelah mendapatkan skor pada tiap skala, prosedur selanjutnya adalah menguji daya beda aitem dan estimasi koefisien resiliensi dan harga diri. Uji daya beda aitem dilakukan untuk mengetahui aitem dapat memiliki atribut yang diukur atau tidak. Daya beda aitem dapat dikatakan tinggi apabila memiliki koefisien korelasi aitem total $r_{ix} \geq 0,3$ namun apabila aitem yang lolos tidak mencukupi syarat maka dapat dipertimbangkan untuk menurunkan batas kriteria menjadi 0,25 atau 0,21 (Thorndike & Hagen, 1961).

Hasil perhitungan uji daya beda item dan reliabilitas pada setiap skala adalah sebagai berikut :

a) Skala Resiliensi

Berdasarkan uji daya beda aitem dari skala resiliensi 30 aitem dengan jumlah responden sebanyak 30 orang, diperoleh 16 aitem berdaya beda aitem tinggi dan 14 aitem berdaya beda aitem rendah. Koefisien korelasi yang digunakan adalah $\geq 0,25$. Koefisien daya beda aitem tinggi bergerak antara 0,819 sampai 1,006. Koefisien daya beda aitem rendah bergerak antara 0,025 sampai 0,238. Estimasi reliabilitas resiliensi dengan menggunakan teknik

alpha cronbach dari 16 aitem sebesar 0,758. Rincian daya beda aitem tinggi dan rendah sebagai berikut :

Tabel 6. Sebaran Aitem Berdaya Beda Tinggi dan Rendah pada Skala Resiliensi

No	Aspek	Nomor Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	<i>Tenacity</i>	1,7,13*,19*,25	4,10,16,22*,28	10
2	<i>Strength</i>	2*,8,14,20*,26*	5,11,17*,23*,29*	10
3	<i>Optimism</i>	3,19,15,21*,27	6*,12,18*,24*,30*	10
Total :		15	15	30

*) Aitem daya beda rendah atau aitem gugur = 14

Berdasarkan tabel di atas, dapat disimpulkan bahwa sejumlah 14 aitem memiliki daya beda rendah di bawah 0,25 sehingga tidak bisa digunakan untuk penelitian. Koefisien daya beda aitem tinggi bergerak antara 0,819 sampai 1,006 sedangkan koefisien daya beda aitem rendah bergerak antara 0,025 sampai 0,238. Estimasi resiliensi dengan menggunakan teknik *alpha cronbach* dari 16 aitem yaitu sebesar 0,758 sehingga dalam hal ini dapat dikatakan reliabel.

b) Skala Harga Diri

Berdasarkan uji daya beda aitem dari skala harga diri 24 aitem dengan jumlah responden sebanyak 30 orang, diperoleh 14 aitem berdaya beda aitem tinggi dan 10 aitem berdaya beda aitem rendah. Koefisien korelasi yang digunakan adalah $\geq 0,25$. Koefisien daya beda aitem tinggi bergerak antara 0,556 sampai 0,959. Koefisien daya beda aitem rendah bergerak antara 0,017 sampai 0,246. Estimasi reliabilitas resiliensi dengan menggunakan teknik *alpha cronbach* dari 14 aitem sebesar 0,805.

Rincian daya beda aitem tinggi dan rendah sebagai berikut :

Tabel 7. Sebaran Aitem Berdaya Beda Tinggi dan Rendah pada Skala Harga Diri

No	Aspek	Nomor Aitem		Jumlah
		<i>Favorable</i>	<i>Unfavorable</i>	
1	<i>Power</i>	1*,9,17	5,13*,21*	6
2	<i>Significance</i>	2*,10*,18*	6,14,22	6
3	<i>Virtue</i>	3*,11*,19	7*,15,23	6
4	<i>Competence</i>	4,12*,20	8,16,24	6
Total :		12	12	24

*) Aitem daya beda rendah atau aitem gugur = 10

Berdasarkan tabel di atas, dapat disimpulkan bahwa sejumlah 10 aitem memiliki daya beda rendah di bawah 0,25 sehingga tidak bisa digunakan untuk penelitian. Koefisien daya beda aitem tinggi bergerak antara 0,556 sampai 0,959 sedangkan koefisien daya beda aitem rendah bergerak antara 0,017 sampai 0,246. Estimasi harga diri dengan menggunakan teknik alpha cronbach dari 14 aitem yaitu sebesar 0,805 sehingga dalam hal ini dapat dikatakan reliabel.

B. Pelaksanaan Penelitian

Setelah melakukan uji alat ukur, selanjutnya data penelitian dikumpulkan melalui skala. Penyebaran skala penelitian dilaksanakan selama 12 hari yang dimulai pada Rabu 28 Juni 2023 sampai 10 Juli 2023 melalui buklet dan *link gform* <https://forms.gle/BBWpydjeNWrxWEP3A> yang diisi oleh 100 wanita dewasa awal yang pernah mengalami *toxic relationship*. Teknik dalam penentuan sampel yaitu dengan menggunakan insidental *sampling*.

Tabel 8. Data Subjek Penelitian

No	Usia Subjek (Tahun)	Jumlah yang Mengisi
1	18	12
2	19	20
3	20	-
4	21	17
5	22	14
6	23	16
7	24	20
8	25	-
9	26	1
Total :		100

Tabel 9. Demografi Subjek Penelitian

No	Karakteristik	Frekuensi	Presentase	Total
1	Usia (Tahun)			
	18	12	12%	100
	19	20	20 %	
	20	-	-	
	21	17	17 %	
	22	14	14 %	
	23	16	16 %	
	24	20	20 %	
	25	-	-	
	26	1	1 %	
2	Jenis Kelamin			
	Perempuan	100	100 %	100

C. Analisis Data dan Hasil Penelitian

1. Uji Asumsi

Analisis yang dilaksanakan pertama kali dalam menjalankan sebuah penelitian yaitu melakukan uji asumsi. Uji asumsi dikenakan dalam setiap variabel yang diteliti dengan meliputi pengujian normalitas dan uji linieritas. Analisis data penelitian dalam rangkaian uji asumsi menggunakan pencarian bantuan profesional aplikasi SPSS versi 25.0

a. Uji Normalitas

Uji normalitas digunakan untuk membuktikan bahwa data bersifat

normal atau tidak normal. *One Sample Kolmogorov-Smirnov-Z* merupakan teknik yang digunakan dalam uji normalitas dengan taraf signifikansi 0,05. Data dapat dikatakan normal apabila memiliki distribusi lebih besar 5% atau 0,05.

Tabel 10. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Mean	Std. Deviasi	KS-Z	Sig.	P	Ket.
Resiliensi	45,60	4,285	0,088	0,397	>0,05	Normal
Harga Diri	33,23	4,285	0,101	0,240	>0,05	Normal

Hasil uji normalitas pada kedua variabel menunjukkan bahwa nilai KS-Z yang diperoleh masing-masing variabel diatas 0,05. Nilai signifikansi >0,05 maka dapat disimpulkan kedua data penelitian berdistribusi normal

b. Uji Linieritas

Uji linieritas memiliki tujuan untuk mengetahui hubungan antar variabel yang diteliti dan variabel tersebut memiliki hubungan linier atau tidak secara signifikan. Variabel penelitian dapat dikatakan memiliki hubungan yang linier apabila memiliki *Flinier* kurang dari 0,01. Hasil uji linier yang dilakukan antara variabel harga diri dengan resiliensi diperoleh *Flinier* sebesar 8,425 dengan taraf signifikansi 0,005. Hal tersebut menunjukkan bahwa variabel harga diri dengan resiliensi memiliki hubungan secara linier.

Tabel 11. Hasil Uji Linieritas

Variabel	Flinier	Sig.	Ket.
Harga diri dengan resiliensi	8,425	0.005	Linier

2. Uji Hipotesis

Setelah data uji asumsi memenuhi syarat, maka langkah selanjutnya yaitu melakukan uji hipotesis. Uji korelasi penelitian ini menggunakan teknik korelasi *product moment pearson*. Teknik ini digunakan untuk menguji apakah terdapat hubungan antara harga diri dengan resiliensi korban *toxic relationship* pada wanita dewasa awal di kelurahan Genuksari. Berdasarkan hasil pengujian korelasi antara harga diri dengan resiliensi diperoleh bahwa $r_{xy} = -0,283$ dengan nilai signifikansi sebesar 0,004 ($p < 0,05$). Hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa hipotesis ditolak.

D. Deskripsi Variabel Penelitian

Kategorisasi memiliki dasar asumsi bahwa skor individu dalam kelompok merupakan estimasi terhadap skor individu dalam populasi serta asumsi bahwa skor individu populasi terdistribusi secara normal, sehingga mampu membuat sebuah batasan kategorisasi secara teoritik yang terdistribusi menurut model norma standar (Azwar, 2018)

Tujuan kategorisasi adalah untuk menempatkan individu ke dalam tiap kelompok dimana posisinya berjenjang menurut suatu kontinum berdasarkan atribut yang diukur (Azwar, 2018). Distribusi normal standar terbagi atas enam bagian dengan satuan deviasi standar yaitu terdapat tiga bagian berada disebelah kiri mean (bertanda negatif) dan tiga bagian lagi berada disebelah kanan mean (bertanda positif). Kategorisasi didasarkan asumsi distribusi normal membuat subjek kelompok penelitian ini terbagi menjadi lima satuan deviasi, hingga didapat $6/5=1,2$ SD untuk tiap kelas kategori. Norma yang dipergunakan yaitu sebagai berikut:

Tabel 12. Norma Kategorisasi Skor (Azwar, 2012)

Rentang Skor	Kategorisasi
$X \leq \mu - 1,5 \sigma$	Sangat Rendah
$\mu - 1,5 \sigma < X \leq \mu - 0,5 \sigma$	Rendah
$\mu - 0,5 \sigma < X \leq \mu + 0,5 \sigma$	Sedang
$\mu + 0,5 \sigma < X \leq \mu + 1,5 \sigma$	Tinggi
$\mu + 1,5 \sigma < X$	Sangat Tinggi

Keterangan : μ = Mean hipotetik; σ = Standar deviasi hipotetik

Tabel distribusi norma diatas memiliki proporsi subjek yang memiliki skor disebelah kiri ($z = -1,5$) sama dengan proporsi yang berada disebelah kanan ($z = 1,5$), yaitu 6,7%. Proporsi subjek yang skornya berada di sebelah 48 kiri ($z = -0,5$) adalah 39% sehingga yang terletak antara ($z = -0,5$) dan ($z = -1,5$) adalah $39\% - 6,7\% = 32,3\%$. Proporsi subjek yang berada disebelah kiri ($z = 0$) adalah 50% sehingga subjek yang berada di antara ($z = 0$) dan ($z = -0,5$) adalah 11%. Proporsi subjek yang berada ($z = -0,5$) dan ($z = 0,5$) adalah $2 \times 11\% = 22\%$. Distribusi proporsi tersebut layak untuk digunakan sebagai acuan kategorisasi subjek (Azwar, 2012).

1. Deskripsi Skor Skala Resiliensi

Dalam skala resiliensi, terdapat 16 aitem dengan daya beda item yang tinggi, dan setiap item diberi skor yang berkisar antara 1 sampai 4. Skor minimum yang kemungkinan akan diperoleh subjek adalah 16 berasal dari (16×1) dan skor tertinggi yang akan diperoleh subjek adalah 64 yang didapat dari (16×4) . Rentang skor skala sebesar 48 yang diperoleh dari $(64 - 16)$ yang dibagi menjadi lima satuan deviasi standar, sehingga akan didapatkan nilai deviasi standar sebesar 9.6 yang diperoleh $((64-16):5)$, dengan *mean* hipotetik sebesar 40 yang berasal dari $((64+16):2)$.

Skor skala resiliensi berdasarkan hasil penelitian didapat skor minimum empirik sebesar 35, skor maksimum empirik sebesar 56, *mean* empirik sebesar 45,60 dan deviasi standar empirik sebesar 4,285. Deskripsi skor resiliensi sebagai berikut:

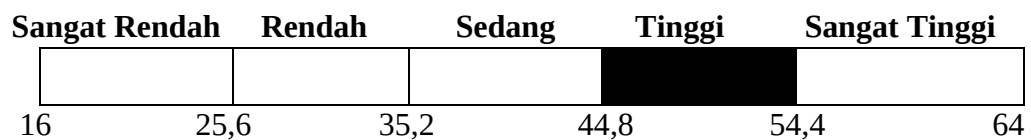
Tabel 13. Deskripsi Skor Skala Resiliensi

	Empirik	Hipotetik
Skor Minimum	35	16
Skor Maksimum	56	64
Mean	45,60	40
Standar Deviasi (SD)	4,285	9.6

Tabel berikut menunjukkan deskripsi data variabel resiliensi secara keseluruhan berdasarkan norma kategorisasi:

Tabel 14. Norma Kategorisasi Skala Resiliensi

Norma	Kategorisasi	Jumlah Subjek	Presentase
$54.4 < 64$	Sangat Tinggi	2	2,0%
$44.8 < X \leq 54.3$	Tinggi	58	57,4%
$35.2 < X \leq 44.7$	Sedang	37	36,6%
$25.6 < X \leq 35.1$	Rendah	3	3,0%
$16 \leq 25.5$	Sangat Rendah	0	0%
	Total	100	100%

Gambar 1. Kategorisasi Skor Subjek pada Skala Resiliensi

Berdasarkan tabel norma kategorisasi skor skala resiliensi korban *toxic relationship*, dapat diketahui bahwa subjek penelitian berada pada kategori tinggi. Skor subjek pada skala resiliensi termasuk dalam kategori tinggi karena subjek dapat mengatasi masalah *toxic relationship* dengan baik sehingga mampu untuk menemukan cara untuk menyelesaikan suatu permasalahan.

2. Deskripsi Skor Skala Harga Diri

Skala resiliensi terdiri atas 14 aitem yang mempunyai daya beda aitem tinggi dan masing-masing aitem diberikan skor yang berkisar antara 1 sampai 4. Skor minimum yang kemungkinan akan diperoleh subjek adalah 14 berasal dari (14×1) dan skor tertinggi yang akan diperoleh subjek adalah 56 yang didapat dari (14×4) . Rentang skor skala sebesar 42 yang diperoleh dari $(56 - 14)$ yang dibagi menjadi lima satuan deviasi standar, sehingga akan didapatkan nilai deviasi standar sebesar 8.4 yang diperoleh $((56 - 14) : 5)$, dengan *mean* hipotetik sebesar 35 yang berasal dari $((56 + 14) : 2)$. Skor skala harga diri berdasarkan hasil penelitian didapat skor minimum empirik sebesar 24, skor maksimum empirik sebesar 43, mean empirik sebesar 33,23 dan deviasi standar empirik sebesar 4,285. Deskripsi skor harga diri sebagai berikut:

Tabel 15. Deskripsi Skor Skala Harga Diri

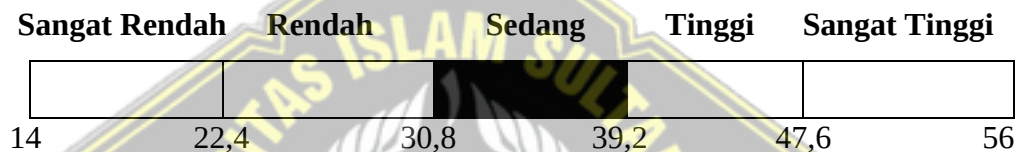
	Empirik	Hipotetik
Skor Minimum	24	14
Skor Maksimum	43	56
Mean	33,23	35
Standar Deviasi (SD)	4,285	8.4

Tabel berikut menunjukkan deskripsi data variabel resiliensi secara keseluruhan berdasarkan norma kategorisasi:

Tabel 16. Norma Kategorisasi Skala Harga Diri

Norma	Kategorisasi	Jumlah Subjek	Presentase
$47.6 < 56$	Sangat Tinggi	0	0%
$39.2 < X \leq 47.5$	Tinggi	7	6.9%
$30.8 < X \leq 39.1$	Sedang	62	61.4%
$22.4 < X \leq 30.7$	Rendah	31	30.7%
$14 \leq 22.3$	Sangat Rendah	0	0%
	Total	100	100%

Gambar 2. Kategorisasi Skor Subjek pada Skala Harga Diri



Berdasarkan tabel norma kategorisasi skor skala harga diri korban *toxic relationship*, dapat diketahui bahwa subjek penelitian berada pada kategori sedang. Skor subjek pada skala harga diri termasuk dalam kategori sedang karena korban cukup mampu untuk menghargai dirinya disamping kekurangan-kekurangan yang dimiliki.

E. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara harga diri dengan resiliensi korban *toxic relationship* pada wanita dewasa awal di Kelurahan Genuksari. Hipotesis diuji menggunakan menggunakan teknik korelasi Pearson yang menunjukkan hasil nilai korelasi $r_{xy} = -0,283$ dengan nilai signifikansi sebesar 0,004 ($p < 0,05$). Hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa hipotesis ditolak yang artinya tidak terdapat hubungan antara harga dengan resiliensi korban *toxic relationship* wanita dewasa awal di kelurahan Genuksari.

Hasil penelitian Liu dkk (2021) membuktikan bahwa harga diri tidak berpengaruh terhadap resiliensi. Penelitian Liu dkk (2021) menyatakan bahwa untuk dapat membuktikan pengaruh harga diri terhadap resiliensi, maka diperlukan mediasi atau *intervening* antara harga diri terhadap resiliensi. Hipotesis dalam penelitian ini ditolak karena hasil analisis data menunjukkan bahwa bukti yang

diperoleh tidak mendukung hipotesis tersebut sehingga hipotesis tidak dapat diterima.

Deskripsi data skor resiliensi termasuk dalam kategori tinggi. Resiliensi, menurut Glicken, adalah kecakapan seseorang untuk bangkit dari situasi stres atau untuk melambung atau *bounce back* dari situasi yang mengganggu. Resiliensi juga dapat digunakan untuk mencegah pengaruh negatif yang terus menghalangi seseorang dari mencapai tujuan atau keinginan mereka. Hal tersebut mengartikan bahwa wanita dewasa awal korban *toxic relationship* memiliki resiliensi yang baik dan positif mulai dari dapat bertahan dan menyesuaikan kondisi pada saat menghadapi *toxic relationship* dan tahu bagaimana harus menghadapi suatu masalah, merasa lebih kuat dan percaya diri, dan menjadi karakteristik resiliensi positif lainnya. Hal ini dapat dilihat dari data bahwasanya mayoritas subjek dapat beradaptasi sehingga merasa nyaman dalam berinteraksi sosial dan mampu memandang dengan sudut pandang positif mengenai apa yang ada di dirinya dan seluruh hal ekstrinsik yang diluar dirinya.

Data deskripsi skor harga diri berada dalam kategori sedang. Harga diri adalah komponen internal yang memberikan dampak pada pembentukan resiliensi individu, menurut Lopez, Pedrotti, dan Snyder (2018). Harga diri memengaruhi tingkat kebahagiaan dan ketahanan seseorang, serta mendorong mereka untuk menjalani gaya hidup yang sehat dan produktif. Mereka yang merasa bangga dengan diri mereka sendiri tahu betapa pentingnya memiliki rasa bangga tentang siapa diri mereka dan apa yang telah mereka capai. Individu yang memiliki harga diri yang baik tidak akan membiarkan diri mereka dipandang rendah oleh orang lain. Ketika seseorang menghadapi tantangan dalam hidup mereka, memiliki rasa percaya diri dan harga diri akan membantu mereka tetap hidup dalam mengatasi tantangan tersebut. Ini menunjukkan bahwa wanita dewasa awal yang menjadi korban *toxic relationship* memiliki harga diri yang baik dan positif, termasuk penerimaan diri, penghargaan diri, dan atribut harga diri lainnya. Data menunjukkan bahwa subjek merasa berhasil, mampu, dan berguna bahkan jika ia memiliki kelemahan dan gagal dimasa lalu. Mereka juga memiliki kemampuan untuk melihat dengan positif apa yang ada di dalam diri mereka dan semua hal yang diluar diri

mereka.

Harga diri dipilih sebagai faktor yang mempengaruhi resiliensi dalam penelitian ini karena jika seseorang mampu menerima dirinya tanpa syarat dan mengevaluasi secara positif tentang dirinya dan kehidupan yang dijalannya, hal itu akan membantu individu tersebut untuk beradaptasi secara positif dan mampu mendapatkan menyingkirkan segala kesulitan dan hukuman yang telah ia lalui. Harga diri (*self-esteem*) Menurut Stuart dan Sundeen (1991), harga diri (*self-esteem*) adalah penilaian individu terhadap hasil yang diperoleh dengan menganalisis sejauh mana perilaku melakukan tugas-tugas tertentu idealnya.

Mereka yang memiliki keyakinan diri yang rendah akan kesulitan menerima kenyataan kehidupan. Dengan demikian, individu harus memiliki tingkat fleksibilitas yang lebih tinggi, kecerdasan yang lebih baik, dan kemampuan untuk menemukan solusi yang memadai terhadap berbagai masalah yang dihadapi. Seseorang dengan harga diri rendah cenderung merasa inferior dalam menghadapi tantangan dan memiliki kecenderungan untuk mengalami kegagalan, mudah menyerah, merasa putus asa, dan akhirnya tidak berhasil dalam hidup. Harga diri yang baik membuat seseorang merasa layak dihormati oleh orang lain. Berikutnya adalah resiliensi, yaitu kemampuan untuk menghadapi masalah atau keluar dari situasi sulit. Remaja yang mengalami kesulitan dalam menghadapi masalah disarankan untuk menjalin hubungan baik dengan keluarga, kerabat, dan teman. Mereka dapat memberi tahu orang tua mereka tentang masalah yang mereka hadapi, menghabiskan waktu bersama orang terdekat, dan meningkatkan kepercayaan diri mereka sendiri.

F. Kelemahan Penelitian

Peneliti juga menemukan beberapa kelemahan dalam penelitian ini saat menyelesaikannya. Kelemahan tersebut adalah sebagai berikut :

1. Jumlah sampel yang diteliti dalam penelitian ini masih terlalu sedikit.
2. Pengawasan langsung terhadap subjek saat mengisi skala penelitian tidak memungkinkan, karena distribusi skala penelitian dilakukan melalui aplikasi *WhatsApp* dengan menggunakan platform *Google Form*.

3. Terdapat banyak referensi yang kurang mutakhir.
4. Ketidaksesuaian batasan usia subjek dengan usia dewasa awal secara teoritis.



BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat ditarik kesimpulan bahwa hipotesis yang diajukan peneliti dalam penelitian ini ditolak. Hal ini menunjukkan tidak terdapat hubungan antara harga diri dengan resiliensi korban *toxic relationship* pada wanita dewasa awal di kelurahan Genuksari.

B. Saran

Berdasarkan hasil dan kesimpulan penelitian yang dipaparkan di atas, aka dapat diberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi Subjek

Bagi remaja yang mengalami *toxic relationship* dalam berpacaran disarankan sebaiknya dapat menjalin komunikasi yang lebih baik sehingga masalah dapat diselesaikan dengan baik tanpa menggunakan kekerasan baik *verbal* maupun *non-verbal*. Suatu tindakan yang baik apabila korban dapat mengakhiri hubungan yang dirasa *toxic* atau mengubahnya menjadi hubungan yang sehat. Subjek yang pernah mengalami *toxic relationship* diharapkan dapat mempertahankan harga diri yang baik ini agar tetap memiliki resiliensi yang baik. Adapun cara mempertahankannya dapat dilakukan dengan cara memiliki sikap optimis, pikiran yang positif, serta mendapatkan dukungan dari lingkungan keluarga, sosial dan lain sebagainya.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Untuk peneliti selanjutnya disarankan agar memiliki cara atau alternatif lain untuk mengumpulkan subjek yang pernah mengalami *toxic relationship*, dikarenakan peneliti memiliki keterbatasan dalam menemukan subjek yang merupakan korban *toxic relationship*. Untuk peneliti selanjutnya disarankan untuk meneliti dengan menambahkan dari faktor lain selain harga diri seperti konsep diri, strategi coping, locus of control dan lain sebagainya untuk mengkaji dari sudut pandang yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

- Julianto, V., Cahayani, R. A., Sukmawati, S., & Aji, E. S. R. (2020). Hubungan antara harapan dan harga diri terhadap kebahagiaan pada orang yang mengalami toxic relationship dengan kesehatan psikologis. *Jurnal Psikologi Integratif*, 8(1), 103-115.
- 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.
- Solferino, N., & Tessitore, M. E. (2021). Human networks and toxicrelationships. *Mathematics*, 9(18), 2258.
- Malhi, R. S. (2001). Importance of self-esteem. in international self-esteem and peak performance conference, Hilton Petaling Jaya. Retrieved from <http://assets.csom.umn.edu/assets/71489.pdf>
- Branden, N. (2021). The power of self-esteem. *Health Communications*, Inc.
- Wikananda, L. T. (2021). Hubungan antara harga diri dengan resiliensi pada remaja korban perundungan siber di Kota Purwokerto (*Doctoral dissertation, Universitas Mercu Buana Yogyakarta*).
- Hidayati, N. W. (2016). Hubungan harga diri dan konformitas teman sebaya dengan kenakalan remaja. *Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia*, 1(2).
- Arroisi, J. (2022). Konsep harga diri: studi komparasi perspektif psikologi modern dan islam. *Psikologika: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 27(1), 89-106.
- Muchlisin Riadi, (2017). Beranda Psikologi Retrieved from <https://www.kajianpustaka.com/2017/12/pengertian-aspek-komponen-dan-faktor-yang-mempengaruhi-harga-diri.html>.
- Roellyana, S., & Listiyandini, R. A. (2016). Peranan optimisme terhadap resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi. *Prosiding Konferensi Nasional Peneliti Muda Psikologi Indonesia*, 1(1), 29-37.
- Hardhito, R. (2016). Gambaran self-regulated learning pada mahasiswa yang tidak menyelesaikan skripsi dalam waktu satu semester di Fakultas Psikologi Universitas Airlangga (*Doctoral dissertation, Universitas Airlangga*).
- Dspace Repository.(2017). BAB II, Retrieved from <https://dspace.uui.ac.id/bitstream/handle/123456789/6351/Bab%202.pdf?sequence=4&isAllowed=y>

- Amanda, C., & Mansoer, W. W. (2022). Studi fenomenologi tentang perempuan yang bangkit dari hubungan berpacaran penuh kekerasan. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 9(1), 23-45.
- Dewi, M., & Hartini, N. (2021). Hubungan antara harga diri dengan penerimaan kekerasan dalam pacaran pada perempuan dewasa muda. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental*, 1(1), 947-955.
- N. (2022). Self-Esyeem dengan resiliensi pada perempuan korban toxic relationship. *Jurnal Gesi* (1)1.
- Edo, K. (2022). Relationship between self-esteem and resilience that experience toxic relationship (Doctoral dissertation, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya).
- Asih, Y. K. (2022). Resiliensi mahasiswa bimbingan penyuluhan islam IAIN Ponorogo dalam menghadapi toxic relationship keluarga. (Doctoral dissertation, IAIN Ponorogo).
- Marita, V. F., & Rahmasari, D. (2021). Resiliensi perempuan korban kekerasan dalam hubungan pacaran. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(5), 10-22.
- Amithasari, I., & Khotimah, H. (2021). Pengaruh dukungan sosial keluarga terhadap harga diri perempuan korban kekerasan dalam pacaran. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 16(2), 83-92.
- Natasya, G. Y., & Susilawati, L. K. (2020). Pemaafan pada remaja perempuan yang mengalami kekerasan dalam pacaran. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 1(3), 169-177.
- Riyadi, S. (2022). Resiliensi psikologis perempuan yang mengalami kekerasan dalam berpacaran (studi kasus oada mahasiswa universitas negeri KH Achmad Siddiq Jember). (Doctoral dissertation, Universitas IslamNegeri KH Achmad Siddiq Jember).
- Muvariz, D. H., Fitriani, H. N., Nisrina, I., & Nashori, F. (2020). Forgiveness, self- esteem, and resilience in adult victims of bullying. *al-Balagh: Jurnal Dakwah dan Komunikasi*, 5(2), 165-192.
- Julianto, V., Cahayani, R. A., Sukmawati, S., & Aji, E. S. R. (2020). Hubungan antara harapan dan harga diri terhadap kebahagiaan pada orang yang mengalami toxic relationship dengan kesehatan psikologis. *Jurnal Psikologi Integratif*, 8(1), 103-115.
- Nihayah, U., Winata, A. V. P., & Yulianti, T. (2021). Penerimaan diri korban toxic relationship dalam menumbuhkan kesehatan mental. *Ghaidan: Jurnal Bimbingan Konseling Islam danKemasyarakatan*, 5(2), 48-55.

- Solferino, N., & Tessitore, M. E. (2021). Human networks and toxic relationships. *Mathematics*, 9(18), 2258.
- Malhi, R. S. (2001). Importance of self-esteem. In *International Self- Esteem and Peak Performance Conference, Hilton Petaling Jaya*. Didapat dari: <http://assets.csom.umn.edu/assets/71489.pdf>.
- Branden, N. (2021). The power of self-esteem. *Health Communications, Inc.*.
- Roellyana, S., & Listiyandini, R. A. (2016). Peranan optimisme terhadap resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi. *Prosiding Konferensi Nasional Peneliti Muda Psikologi Indonesia*, 1(1), 29-37.
- Hardhito, R. (2016). Gambaran self-regulated learning pada mahasiswa yang tidak menyelesaikan skripsi dalam waktu satu semester di fakultas psikologi Universitas Airlangga (Doctoral dissertation, Universitas Airlangga).
- Amanda, C., & Mansoer, W. W. (2022). Studi fenomenologi tentang perempuan yang bangkit dari hubungan berpacaran penuh kekerasan. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 9(1), 23-45.
- Dewi, M., & Hartini, N. (2021). Hubungan antara Harga Diri dengan Penerimaan Kekerasan dalam Pacaran pada Perempuan Dewasa Muda. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental*, 1(1), 947-955.
- Natasya, G. Y., & Susilawati, L. K. (2020). Pemaafan pada remaja perempuan yang mengalami kekerasan dalam pacaran. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 1(3), 169-177.
- Marita, V. F., & Rahmasari, D. (2021). Resiliensi perempuan korban kekerasan dalam hubungan pacaran. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(5), 10-22.
- Amithasari, I., & Khotimah, H. (2021). Pengaruh dukungan sosial keluarga terhadap harga diri perempuan korban kekerasan dalam pacaran. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 16(2), 83-92.
- Julianto, V., Cahayani, R. A., Sukmawati, S., & Aji, E. S. R. (2020). Hubungan antara harapan dan harga diri terhadap kebahagiaan pada orang yang mengalami toxic relationship dengan kesehatan psikologis. *Jurnal Psikologi Integratif*, 8(1), 103-115.
- 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.
- Solferino, N., & Tessitore, M. E. (2021). Human networks and toxic relationships. *Mathematics*, 9(18), 2258.

- Branden, N. (2021). The power of self-esteem. *Health Communications, Inc.*.
- Roellyana, S., & Listiyandini, R. A. (2016). Peranan optimisme terhadap resiliensi pada mahasiswa tingkat akhir yang mengerjakan skripsi. *Prosiding Konferensi Nasional Peneliti Muda Psikologi Indonesia*, 1(1), 29-37.
- Amanda, C., & Mansoer, W. W. (2022). Studi fenomenologi tentang perempuan yang bangkit dari hubungan berpacaran penuh kekerasan. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 9(1), 23-45.
- Natasya, G. Y., & Susilawati, L. K. (2020). Pemaafan pada remaja perempuan yang mengalami kekerasan dalam pacaran. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 1(3), 169-177.
- Marita, V. F., & Rahmasari, D. (2021). Resiliensi perempuan korban kekerasan dalam hubungan pacaran. *Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(5), 10-22.
- Amithasari, I., & Khotimah, H. (2021). Pengaruh dukungan sosial keluarga terhadap harga diri perempuan korban kekerasan dalam pacaran. *Jurnal Psikologi Tabularasa*, 16(2), 83-92.
- Alfiani, V. R. (2020). Upaya resiliensi pada remaja dalam mengatasi toxic relationship yang terjadi dalam hubungan pacaran. *Skripsi Fakultas Dakwah IAIN Purwokerto*.
- Deborah, S., Muthmainnah, A., Herlinda, L., & Tanawi, S. S. (2018). Trauma dan resiliensi pada wanita penyintas kekerasan dalam rumah tangga. *MANASA*, 7(2), 121-130.
- Wikananda, L. T. (2021). Hubungan antara harga diri dengan resiliensi pada remaja korban perundungan siber di Kota Purwokerto (*Doctoral dissertation, Universitas Mercu Buana Yogyakarta*).
- Hidayati, N. W. (2016). Hubungan harga diri dan konformitas teman sebaya dengan kenakalan remaja. *Jurnal Penelitian Pendidikan Indonesia*, 1(2).
- Arroisi, J. (2022). Konsep harga diri: studi komparasi perspektif psikologi modern dan islam. *Psikologika: Jurnal Pemikiran dan Penelitian Psikologi*, 27(1), 89-106.
- Edo, K. (2022). Relationship between self-esteem and resilience that experiencetoxic relationship (*Doctoral dissertation, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya*).
- Putu, D., & Putu, W. B. I. G. A. (2023). Faktor-faktor yang memengaruhi resiliensi remaja pasca dating violence: Sebuah studi literatur. *Humanitas (Jurnal Psikologi)*, 7(1), 113-124.

Dewi, M., & Hartini, N. U. R. U. L. (2021). Hubungan antara harga diri dengan penerimaan kekerasan dalam pacaran pada perempuan dewasa muda. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental*, 1(1), 947-955..

