

PENERIMAAN DIRI PADA KORBAN PELECEHAN SEKSUAL YANG DILAKUKAN OLEH KELUARGA (INCEST)

Vichela G. Rantung

Program Psikologi Universitas Negeri Manado

Email : 201011140@unima.ac.id

Jofie H. Mandang

Program Studi Psikologi Universitas Negeri Manado

Email : jofiemandang@unima.ac.id

Marssel M. Sengkey

Program Studi Psikologi Universitas Negeri Manado

Email : mmsengkey@unima.ac.id

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis proses penerimaan diri pada korban pelecehan seksual oleh anggota keluarga (incest). Subjek dalam penelitian ini adalah seorang perempuan berinisial UR (18 tahun), yang mengalami pelecehan seksual oleh kakek kandungnya, yang juga merupakan ayah biologisnya, hingga menyebabkan kehamilan dan kelahiran seorang anak. Penelitian dilaksanakan di sekretariat Yayasan Meifa Ervina Warokka, Kelurahan Watulambot, Tondano. Metode yang digunakan adalah pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus. Aspek penerimaan diri mengacu pada teori Hurlock (2015), yang meliputi: (1) Merasa puas terhadap diri sendiri, ditunjukkan melalui kebanggaan subjek dalam menghadapi masa-masa sulit selama proses rehabilitasi; (2) Tidak prihatin akan reaksi sosial, tercermin dari kemampuan subjek untuk kembali berinteraksi dan merespons kritik secara selektif; (3) Memiliki kemandirian, terlihat dari kemampuan subjek menjalankan aktivitas sehari-hari secara mandiri; dan (4) Menghargai diri, ditunjukkan melalui perencanaan masa depan, kesadaran terhadap kebutuhan pribadi, serta keterlibatan dalam aktivitas yang bermakna. Hasil penelitian menunjukkan bahwa subjek telah mencapai tahap penerimaan diri yang positif setelah mendapatkan dukungan sosial.

Kata Kunci: Pelecehan Seksual, Incest, Penerimaan Diri

Abstract: This study aims to analyze the process of self-acceptance in victims of sexual abuse committed by family members (incest). The subject of this study is a female identified as UR (18 years old), who experienced sexual abuse by her biological grandfather, who is also her biological father, resulting in pregnancy and the birth of a child. The research was conducted at the secretariat of the Meifa Ervina Warokka Foundation, Watulambot Village, Tondano. The method used was a qualitative approach with a case study design. The aspect of self-acceptance refers to Hurlock's theory (2015), which includes: (1) Feeling satisfied with oneself, demonstrated by the subject's pride in facing difficult times during the rehabilitation process; (2) Not being overly concerned with social reactions, reflected in the subject's ability to re-engage in social interactions and respond selectively to criticism; (3) Having independence, shown by the subject's ability to perform daily activities independently; and (4) Valuing oneself, demonstrated through future planning, awareness of personal needs, and involvement in meaningful activities. The results indicate that the subject has reached a positive stage of self-acceptance after receiving social support.

Keywords: Sexual Abuse, Incest, Self-Acceptance

PENDAHULUAN

Pelecehan seksual oleh anggota keluarga, atau yang dikenal sebagai incest, merupakan bentuk kekerasan yang kompleks dan berdampak luas, baik secara fisik maupun psikologis. Kepercayaan yang seharusnya terbangun dalam keluarga justru hancur, menjadikan rumah sebagai sumber trauma bagi korban. Dalam banyak kasus, pelaku memanfaatkan relasi kekuasaan, kedekatan emosional, dan ketergantungan korban, sehingga korban kerap diliputi rasa takut, bingung, dan bersalah untuk mengungkapkan peristiwa yang dialami (Lawson, 2018).

Dalam perspektif psikologi sosial, incest dapat dipahami melalui Teori Identitas Sosial yang menjelaskan bahwa individu membentuk konsep diri melalui keanggotaan dalam kelompok sosial, seperti keluarga. Ketika keluarga justru menjadi sumber ancaman, korban mengalami konflik identitas antara kesetiaan terhadap keluarga dan perlindungan atas harga dirinya (Sears & Cianfrone, 2024). Selain itu, teori relasi kekuasaan dan ketergantungan menunjukkan bahwa pelaku sering memanfaatkan posisi dominan secara ekonomi, psikologis, atau sosial, sehingga korban berada dalam ketidakberdayaan dan ketergantungan yang menekan secara emosional (Tursilarini et al., 2024).

Data dari Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak menunjukkan bahwa pada tahun 2023 terdapat 29.883 kasus kekerasan seksual, dan meningkat menjadi 31.947 kasus pada tahun 2024, dengan 5.075 di antaranya dilakukan oleh anggota keluarga (KemenPPPA, 2025). Di tingkat lokal, Yayasan MEW bersama Bidang Perlindungan Perempuan dan Anak POLRES Minahasa mencatat sekitar 237 kasus

kekerasan seksual dalam keluarga sejak 2018 hingga Februari 2024. Sayangnya, isu incest masih dianggap tabu di Indonesia, sehingga banyak kasus tidak terungkap atau tidak ditindaklanjuti secara hukum. Stigma sosial dan kurangnya dukungan juga membuat korban enggan mencari bantuan.

Salah satu tantangan terbesar bagi korban incest adalah proses penerimaan diri (*self-acceptance*), yaitu kemampuan untuk mengakui, memahami, dan berdamai dengan pengalaman traumatis tanpa terus menerus menyalahkan atau membenci diri sendiri (Neff, 2022). Penerimaan diri menjadi kunci dalam pemulihan psikologis, namun tidak mudah dicapai karena korban kerap dibayangi rasa bersalah, malu, dan stigma sosial yang kompleks—bahkan dari lingkungan terdekat seperti keluarga, masyarakat, hingga aparat hukum (Widianingsih, 2021).

Dalam psikologi sosial, penerimaan diri dipahami sebagai bagian dari dinamika antara individu dan lingkungannya. Proses ini bukan hanya bersifat internal, tetapi juga dipengaruhi oleh interaksi sosial, norma yang berlaku, serta cara individu memandang dirinya melalui sudut pandang orang lain (Smith & Mackie, 2016:123). Pada korban incest, terutama ketika pelakunya adalah anggota keluarga, penerimaan diri menjadi lebih rumit. Lawson dan Akay-Sullivan (2020) menjelaskan bahwa korban sering mengalami rendahnya harga diri, rasa jijik terhadap diri sendiri, perasaan tercemar, tidak berharga, dan ketidakberdayaan. Mereka juga menambahkan bahwa disosiasi pada penyintas kekerasan anak, khususnya ketika pelaku berasal dari sistem pengasuhan, dapat dijelaskan melalui konsep *betrayal trauma*, yaitu trauma

akibat pengkhianatan oleh figur yang seharusnya menjadi pelindung.

Penerimaan diri pada korban incest sering kali terhambat oleh stigma sosial, rasa bersalah, dan internalisasi nilai-nilai keluarga patriarkal yang kaku. Dalam masyarakat yang cenderung menyalahkan korban atau menutupi kekerasan demi menjaga “kehormatan” keluarga, korban kerap merasa dirinya kotor, rusak, atau tidak layak dicintai. Stigma sosial dan norma keluarga yang represif telah terbukti memperburuk kondisi psikologis korban kekerasan seksual, terutama dalam konteks keluarga (Wismeijer & Van Assen, 2016). Berdasarkan teori *looking-glass self*, konsep diri individu terbentuk melalui cara mereka memaknai pandangan orang lain terhadap dirinya. Ketika lingkungan merespons dengan menyalahkan atau mengabaikan korban, pandangan negatif tersebut mudah terinternalisasi dan berdampak pada rendahnya penerimaan diri (Brown & Kramer, 2019).

Namun demikian, dalam perspektif psikologi sosial, penerimaan diri dapat dibangun kembali melalui dukungan sosial yang positif, seperti dari teman sebaya, komunitas yang suportif, atau tenaga profesional. Interaksi sosial yang validatif membantu korban merekonstruksi identitas dirinya dari “korban yang rusak” menjadi “penyintas yang berharga” (Johnson & Williams, 2017). Teori dukungan sosial menekankan bahwa penerimaan dan pengakuan dari lingkungan sekitar berperan penting dalam proses pemulihan serta pembentukan kembali identitas diri (Lakey & Orehek, 2011). Bahkan, dukungan sosial terbukti menjadi faktor protektif terhadap dampak psikologis dari trauma seksual, termasuk depresi dan disosiasi (Chen et al., 2018). Dengan demikian, proses penerimaan diri pada korban incest

sangat bergantung pada kualitas relasi sosial dan bagaimana lingkungan memaknai keberadaan mereka.

Penelitian oleh Prameswari dan Khoirunnisa (2020) menunjukkan bahwa sebagian besar perempuan korban pelecehan seksual oleh anggota keluarga melalui tahapan-tahapan penerimaan diri. Namun, karakteristik penerimaan diri tiap individu berbeda-beda, tergantung pada variabel yang memengaruhinya. Temuan ini memperlihatkan bahwa meskipun pengalaman traumatis serupa, kemampuan untuk menerima diri pascakejadian sangat dipengaruhi oleh kondisi personal dan lingkungan masing-masing.

Studi pendahuluan dilakukan pada seorang perempuan berinisial UR (18 tahun) yang mengalami pelecehan seksual oleh kakek kandungnya, yang juga merupakan ayah biologis ibunya. Akibat pelecehan tersebut, UR melahirkan seorang anak dan mengalami trauma mendalam berupa rasa takut, malu, serta penolakan diri yang berujung pada isolasi sosial selama sekitar satu tahun setelah kasusnya terungkap. Setelah menjalani proses rehabilitasi, konseling, serta mendapatkan dukungan dari keluarga dan Yayasan MEW, UR mulai pulih dan kembali menjalani kehidupan dengan lebih stabil secara psikologis, meskipun masih terus berupaya menyesuaikan diri dengan lingkungan. Kasus ini menegaskan pentingnya peran dukungan keluarga dalam membantu korban membangun kembali penerimaan diri di tengah tekanan psikologis yang berat.

Berdasarkan kasus tersebut, peneliti tertarik untuk mengkaji proses penerimaan diri pada korban pelecehan seksual yang dilakukan oleh anggota keluarga (incest). Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis dinamika

penerimaan diri korban pelecehan seksual yang dilakukan oleh keluarga (incest).

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus, yang dipilih untuk menggali secara mendalam proses penerimaan diri pada korban pelecehan seksual oleh anggota keluarga (incest). Pendekatan ini memungkinkan peneliti memahami makna subjektif yang dibentuk individu berdasarkan pengalaman pribadi dan konteks sosialnya.

Menurut Creswell dan Poth (2018), pendekatan kualitatif digunakan untuk mengeksplorasi dan memahami makna yang berasal dari pengalaman individu terhadap suatu fenomena sosial, dengan penekanan pada proses, konteks, dan kompleksitas realitas (Creswell & Poth, 2018). Penelitian ini menggunakan jenis studi kasus, karena memungkinkan peneliti mengeksplorasi fenomena secara mendalam dalam kehidupan nyata. Sejalan dengan itu, Yin (2018) menyatakan bahwa studi kasus merupakan penyelidikan empiris terhadap fenomena dalam konteks yang tidak terpisahkan dari kehidupan nyatanya. Pendekatan ini dianggap tepat untuk memahami dinamika psikologis kompleks pada korban incest yang sulit dijelaskan melalui metode kuantitatif.

Partisipan dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*, yakni pemilihan subjek berdasarkan kriteria tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian. Kriteria dalam studi ini meliputi individu yang pernah mengalami pelecehan seksual oleh anggota keluarga, berada pada usia dewasa awal, dan bersedia menceritakan pengalamannya secara terbuka. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam semi-terstruktur, yang memberikan

fleksibilitas sekaligus arahan dalam eksplorasi data. Peneliti mewawancarai subjek utama berinisial UR serta dua informan pendukung: ibu subjek dan ketua Yayasan MEW yang berperan sebagai konselor dan pendamping pemulihan. Selain wawancara, data juga diperoleh melalui observasi non-partisipatif dan dokumentasi terkait penanganan kasus. Dalam proses ini, peneliti berperan sebagai instrumen utama yang terlibat langsung dengan partisipan (Creswell & Poth, 2018).

Analisis data dalam penelitian ini mengacu pada model Miles, Huberman, dan Saldaña (2019), yang terdiri dari tiga tahapan utama: reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan/verifikasi. Reduksi data dilakukan sejak awal pengumpulan melalui proses pengkodean, penulisan memo, dan pengelompokan tema, dengan tujuan menyaring data yang relevan dan memperjelas fokus analisis (Miles et al., 2019). Penyajian data dilakukan secara sistematis melalui narasi atau bentuk visual seperti matriks dan grafik untuk mempermudah identifikasi pola (Miles et al., 2019). Tahap akhir adalah penarikan kesimpulan dan verifikasi yang berlangsung sepanjang proses analisis, menekankan validitas, koherensi, dan kesesuaian dengan konteks penelitian (Miles et al., 2019).

Untuk menjamin keabsahan data, peneliti menerapkan triangulasi sumber dengan membandingkan hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi, serta member checking dengan meminta konfirmasi dari dua informan pendukung atas interpretasi hasil wawancara subjek (Creswell & Poth, 2018).

Penelitian ini mengacu pada aspek-aspek penerimaan diri yang dikemukakan oleh Elizabeth B. Hurlock, yaitu merasa puas terhadap

diri sendiri, tidak terlalu memedulikan reaksi sosial, memiliki kemandirian, dan menghargai diri (Hurlock, 2015). Keempat aspek ini menjadi dasar dalam memahami proses penerimaan diri, khususnya pada korban pelecehan seksual dalam keluarga (incest) yang kerap menghadapi tekanan psikologis dan sosial yang berat. Dalam perspektif psikologi sosial, korban sering mengalami stigma, rasa malu, dan pengucilan, yang dapat menghambat penerimaan diri. Bos, Pryor, Reeder, dan Stutterheim (2016) menunjukkan bahwa stigma sosial terhadap korban kekerasan seksual berkaitan dengan munculnya rasa bersalah (*self-blame*), malu (*shame*), serta kecenderungan untuk menyembunyikan trauma. Oleh karena itu, memahami konteks sosial yang memengaruhi korban menjadi kunci dalam melihat bagaimana mereka membentuk citra diri, menilai harga dirinya, dan memulihkan penghargaan terhadap diri. Dengan demikian, kerangka Hurlock yang dipadukan dengan pemahaman tentang dampak stigma sosial membentuk landasan teoritis yang penting dalam menjelaskan proses pemulihan psikologis korban incest.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti selama kurang lebih enam bulan, ditemukan bahwa subjek mengalami pelecehan seksual yang dilakukan oleh kakek kandungnya secara berulang dengan frekuensi yang tidak dapat dijelaskan secara pasti oleh subjek. Setelah mengalami pelecehan tersebut, subjek mengalami ketakutan dan rasa malu yang mendalam, serta dorongan kuat untuk menyembunyikan kejadian tersebut dari keluarga maupun masyarakat sekitar. Hal ini sejalan dengan konsep shame dalam psikologi sosial, dimana korban kekerasan seksual

sering kali mengalami tekanan psikologis berupa rasa malu yang menghambat mereka untuk mengungkapkan peristiwa traumatis (Gilbert, 2018).

Dalam konteks sosial, reaksi diam subjek dapat dijelaskan melalui pembaruan teori looking-glass self, yang menyatakan bahwa identitas individu dibentuk melalui persepsi terhadap bagaimana ia dilihat oleh orang lain (Stets & Burke, 2017). Subjek merasa takut akan stigma sosial dan penilaian negatif dari lingkungan sekitar jika identitasnya sebagai korban diketahui, sehingga memilih untuk tetap bungkam. Akibat pelecehan yang tidak segera terungkap, subjek tidak menyadari bahwa dirinya tengah mengandung sebagai hasil dari pelecehan tersebut. Kehamilan subjek akhirnya diketahui oleh salah satu tetangga, dan informasi tersebut menyebar di masyarakat tempat tinggalnya.

Kejadian ini kemudian dilaporkan kepada pihak berwenang, termasuk pemerintah setempat, kepolisian, dan Yayasan MEW—sebuah lembaga rehabilitasi yang kemudian menangani pemulihan subjek. Penanganan dilakukan dalam dua tahap utama, yaitu perawatan fisik selama masa kehamilan dan pemulihan psikologis pascapersalinan. Upaya rehabilitasi yang dilakukan, seperti konseling dan terapi psikologis, sesuai dengan pendekatan intervensi psikososial modern yang berfokus pada pemulihan trauma, pemberdayaan, dan rekonstruksi identitas korban (Murphy, Elklit, & Shevlin, 2017:101).

Setelah peristiwa tersebut terungkap ke masyarakat luas, berbagai respons negatif mulai bermunculan. Subjek dan keluarganya menjadi sasaran stigma sosial seperti cemoohan, hinaan, dan penolakan dari lingkungan sekitar.

Bahkan, adik dari subjek sempat mengalami perundungan di sekolah. Kondisi ini menunjukkan adanya tekanan sosial yang signifikan terhadap individu yang dikaitkan dengan peristiwa menyimpang, sebagaimana dijelaskan oleh *labeling theory* dalam psikologi sosial. Menurut teori ini, ketika seseorang diberi label negatif oleh masyarakat, individu tersebut cenderung mengalami diskriminasi dan marginalisasi yang berdampak pada kesejahteraan psikologisnya (Link, Phelan, & Sullivan, 2017).

Selain itu, banyaknya perhatian dari media dan instansi terhadap kasus ini semakin memperberat beban psikologis subjek. Subjek merasa tertekan karena harus menjawab berbagai pertanyaan yang menyangkut peristiwa traumatis yang dialaminya. Dalam konteks ini, tekanan dari lingkungan sosial dapat dijelaskan melalui konsep *social pressure*, yaitu pengaruh dari ekspektasi sosial yang kuat dan tuntutan lingkungan yang berlebihan terhadap individu (Legate, Weinstein, & Ryan, 2019). Reaksi masyarakat yang negatif juga memperkuat efek dari *secondary victimization*, di mana korban merasa mengalami trauma tambahan akibat perlakuan dari lingkungan sosial setelah kejadian utama. Hal ini menjadi tantangan yang berat, tidak hanya bagi subjek sebagai korban langsung, tetapi juga bagi keluarga yang turut terdampak secara emosional maupun sosial.

Subjek mengungkapkan bahwa dirinya sempat merasa trauma untuk bertemu dengan orang lain karena takut diintimidasi atau mendapatkan pertanyaan yang menyudutkan dirinya sebagai korban. Ia juga menghindari interaksi dengan lawan jenis akibat pengalaman traumatis yang dialaminya. Tidak hanya itu, subjek merasa malu untuk berteman dengan teman sebaya karena khawatir akan dinilai berbeda

dan dianggap memalukan. Kekhawatiran ini tidak hanya dirasakan secara pribadi, tetapi juga meluas pada anggota keluarganya—adik subjek mengalami perundungan di sekolah, sementara keluarga menerima berbagai kritik dari masyarakat. Pengalaman ini dapat dipahami melalui teori trauma kompleks, yang menjelaskan bahwa korban kekerasan seksual dalam relasi dekat, seperti keluarga, cenderung mengalami gangguan psikologis berupa penarikan diri sosial, kecemasan dalam membangun hubungan interpersonal, serta kesulitan dalam membentuk rasa aman dengan orang lain (Courtois & Ford, 2016).

Selain itu, pengalaman subjek menunjukkan adanya internalisasi stigma sosial. Penelitian kontemporer menjelaskan bahwa korban kekerasan seksual yang distigmatisasi masyarakat sering kali mengalami rasa malu, takut dihakimi, dan kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial (Overstreet & Quinn, 2016). Perspektif ini diperkuat oleh konsep *self-conscious emotions*, di mana rasa malu (*shame*) dapat menurunkan harga diri dan membuat korban merasa rusak atau tidak layak, sehingga menghindari interaksi sosial demi melindungi diri dari rasa malu yang lebih dalam (Lutwak, Panish, & Ferrari, 2017). Lebih jauh, teori ekologi sosial menekankan bahwa dampak kekerasan seksual tidak hanya dirasakan oleh korban, tetapi juga oleh ekosistem sosial di sekitarnya, termasuk keluarga dan komunitas (Centers for Disease Control and Prevention, 2021). Dalam kasus ini, kekhawatiran subjek terhadap kondisi adik dan keluarganya mencerminkan efek tersebut. Dengan demikian, pengalaman traumatis yang dialami subjek memengaruhi kondisi psikologis dan sosial secara menyeluruh.

Akibat tekanan psikologis serta kondisi kesehatan selama kehamilan, subjek menjalani konseling psikologis dan pemeriksaan kehamilan di Yayasan MEW yang bekerja sama dengan POLRES Minahasa. Proses ini didampingi oleh keluarga subjek dan berlangsung selama kurang lebih sepuluh hingga dua belas bulan. Layanan yang diberikan meliputi konseling, *healing therapy*, perawatan kehamilan, hingga proses persalinan, seluruhnya difasilitasi oleh Yayasan MEW. Dalam situasi penuh tekanan ini, dukungan sosial dari keluarga menjadi sangat krusial.

Menurut teori dukungan sosial dalam psikologi sosial, dukungan emosional, informasi, dan bantuan nyata dari orang-orang terdekat dapat membantu individu menghadapi stres berat dan memperkuat resiliensi psikologis (Saltzman, Pineros-Leano, & Liechty, 2020). Peran keluarga yang terus mendampingi meskipun berada dalam tekanan yang sama mencerminkan proses *coping* kolektif, di mana subjek dan keluarga saling menguatkan sehingga beban tidak ditanggung secara sepihak. Hal ini sejalan dengan temuan Morelli et al. (2015), yang menyatakan bahwa dukungan sosial yang memadai dapat berfungsi sebagai pelindung (*buffer*) terhadap stres, membantu individu memproses emosi negatif, dan mempercepat pemulihan dari trauma. Sementara itu, pelaku pelecehan seksual telah diproses secara hukum dan dijatuhi hukuman seumur hidup.

Setelah peristiwa ini anak yang dilahirkan oleh subjek dititipkan kepada orang yang lebih mapan secara ekonomi untuk diadopsi, atas kesepakatan dari keluarga dan secara hukum dengan harapan agar sang anak dapat hidup dengan lebih baik dan tidak akan dirundung karena statusnya yang dianggap kontroversial. Sementara itu

subjek dan keluarga terus diberikan dukungan oleh pemerintah dan Yayasan untuk dapat memulihkan kondisi psikologis dari keluarga serta edukasi mengenai pentingnya kepekaan akan situasi-situasi yang lazim, yang terjadi pada keluarga agar segera diatasi.

Hasil data terkini menunjukkan bahwa subjek mulai menunjukkan perilaku penerimaan terhadap dirinya berdasarkan aspek penerimaan diri Hurlock (2015) yakni :

1. Merasa puas terhadap diri sendiri.

Subjek dalam penelitian ini menunjukkan indikator yang jelas dari aspek penerimaan diri, khususnya dalam bentuk rasa puas terhadap diri sendiri dan kebanggaan atas pencapaian pribadi. Berdasarkan hasil wawancara, peneliti menemukan bahwa setelah mengalami peristiwa pelecehan seksual oleh kakeknya dan menjalani proses rehabilitasi selama lebih dari sepuluh bulan, subjek mulai menunjukkan perubahan positif dalam penilaian terhadap dirinya.

Subjek menyatakan kebanggaannya karena mampu melewati masa-masa sulit serta merasa bahagia dengan perannya saat ini sebagai petani kopra yang turut membantu keluarga dalam mengurus rumah, mengasuh adik-adik, dan keponakannya. Kebanggaan ini mencerminkan kemampuannya dalam menemukan makna baru dalam hidup, meskipun pernah mengalami pengalaman traumatis. Subjek juga mengungkapkan perasaan tenang karena tidak lagi menjadi korban pelecehan dan tidak perlu lagi menyembunyikan kenyataan tersebut dari orang lain. Hal ini menunjukkan bahwa subjek telah mulai merekonstruksi identitas sosialnya serta menciptakan kembali rasa harga diri dalam konteks sosial yang lebih sehat.

Lebih jauh, subjek bahkan menyatakan kesediaannya untuk

memaafkan pelaku, meskipun menyadari dampak signifikan dari peristiwa tersebut terhadap dirinya dan keluarganya. Kemampuan untuk memaafkan ini merefleksikan adanya upaya rekonsiliasi intrapersonal yang mendalam, serta menjadi indikator penting dalam pembentukan kembali kohesi sosial dan keseimbangan psikologis individu.

Fenomena ini sejalan dengan teori penerimaan diri yang dikemukakan oleh Hurlock, bahwa individu dikatakan memiliki penerimaan diri apabila ia mampu merasa puas terhadap kelebihan dan kekurangan dalam dirinya (Hurlock, 2015). Selain itu, dari sudut pandang psikologi sosial, teori identitas sosial menyatakan bahwa harga diri individu terbentuk melalui identifikasinya dengan kelompok sosial tertentu yang memberikan rasa memiliki dan makna dalam kehidupan (Jetten, Haslam, & Haslam, 2015). Dalam konteks ini, subjek membangun kembali identitas sosialnya melalui peran aktif dalam keluarga dan masyarakat, sehingga memperkuat persepsi positif terhadap dirinya sendiri.

Selaras dengan itu, Bandura menjelaskan bahwa efikasi diri, yaitu keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam menghadapi tantangan dan mencapai tujuan, memiliki peran penting dalam menentukan perilaku serta kesejahteraan psikologis (Schunk & DiBenedetto, 2020). Subjek menunjukkan efikasi diri yang kuat melalui kemampuannya dalam menghadapi trauma, menjalankan tanggung jawab sosial, serta mengembangkan kemandirian ekonomi.

Dengan demikian, berdasarkan temuan ini, peneliti menyimpulkan bahwa subjek telah menunjukkan karakteristik penerimaan diri yang kuat,

baik secara personal maupun dalam konteks sosial, melalui rasa puas dan bangga terhadap dirinya serta kemampuannya dalam merekonstruksi kehidupan pasca trauma.

2. Tidak prihatin akan adanya reaksi sosial.

Subjek menunjukkan bahwa dirinya sudah tidak terlalu prihatin terhadap reaksi sosial dari lingkungan sekitar. Berdasarkan hasil penelitian, subjek sebelumnya sempat mengalami trauma yang menyebabkan kesulitan dalam berinteraksi sosial. Namun, saat ini subjek mulai mampu kembali berinteraksi dengan orang lain, meskipun masih terbatas. Hal ini dibuktikan dengan kesediaannya untuk diwawancarai dan kemampuannya memberikan pernyataan yang jelas kepada peneliti.

Perkembangan ini mengindikasikan bahwa subjek mulai menanggapi lingkungan sosial secara lebih selektif dan subjektif. Ketika orang lain memberikan pernyataan negatif yang dirasa mengganggu ketenangan dirinya atau keluarganya, subjek cenderung menunjukkan sikap perlawanan. Meski demikian, interaksi sosial subjek mengalami kemajuan yang positif. Hasil observasi mendukung hal ini, yakni subjek mampu berbicara dengan kontak mata, tidak menunjukkan kegugupan, serta menampilkan ekspresi nyaman seperti tersenyum dan tertawa saat bergurau dengan orang lain.

Berdasarkan temuan tersebut, subjek telah memenuhi salah satu aspek penerimaan diri menurut Hurlock, yaitu tidak terlalu memedulikan reaksi sosial. Subjek dapat berinteraksi dengan orang lain meskipun menyadari bahwa sebagian dari mereka mengetahui peristiwa traumatis yang dialaminya. Ia juga bersedia menerima kritik, meskipun respons yang diberikan terhadap kritik tersebut masih bersifat

subjektif. Hal ini sejalan dengan pendapat Hurlock yang menyatakan bahwa salah satu ciri individu yang memiliki penerimaan diri adalah “tidak prihatin dengan adanya reaksi sosial dan bersedia menerima kritik dari orang lain” (Hurlock, 2015).

Lebih lanjut, dalam psikologi sosial, teori atribusi menjelaskan bahwa cara individu menafsirkan perilaku sosial orang lain akan memengaruhi respons emosional dan sosial mereka. Dalam hal ini, subjek cenderung menggunakan atribusi internal yang lebih adaptif untuk memahami respons dari lingkungan (Miller, 2017). Selain itu, teori identitas sosial menekankan bahwa individu mempertahankan harga diri melalui keanggotaan dalam kelompok sosial yang bermakna (Jetten, Haslam, & Haslam, 2015). Dalam konteks ini, subjek tampaknya telah mampu menegosiasikan kembali identitas dirinya dalam masyarakat, meskipun dengan batas tertentu. Hal ini mendukung perkembangan penerimaan diri subjek dalam konteks sosial yang lebih luas.

3. Memiliki kemandirian.

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti menemukan bahwa subjek sempat mengalami ketergantungan dalam menjalani aktivitas sehari-hari akibat kondisi fisik yang menurun setelah melahirkan anak, serta tekanan psikologis yang memperburuk kondisi fisiknya. Namun, saat ini subjek menyatakan bahwa ia telah mampu menjalani aktivitas secara mandiri, baik di dalam rumah maupun di luar rumah, tanpa perlu pendampingan dari orang lain.

Subjek bahkan menyampaikan bahwa ia mampu membantu orang lain dalam menyelesaikan pekerjaan mereka, yang menunjukkan kemampuannya menjalani aktivitas tanpa bergantung pada orang lain. Hasil

observasi peneliti turut mendukung pernyataan ini, di mana subjek tampak mampu menyelesaikan pekerjaan rumah tangga dan turut serta ketika diminta bantuan untuk keperluan di luar rumah.

Berdasarkan sikap dan pernyataan tersebut, peneliti menyimpulkan bahwa subjek telah memenuhi aspek kemandirian dalam proses penerimaan diri. Hal ini sesuai dengan pendapat Hurlock yang menyatakan bahwa “individu yang termasuk ke dalam kategori memiliki kemandirian tidak bergantung pada orang lain” (Hurlock, 2015).

Dalam konteks psikologi sosial, kemandirian juga berkaitan erat dengan konsep efikasi diri, yaitu keyakinan individu terhadap kemampuannya dalam mengorganisasi dan mengeksekusi tindakan untuk mencapai tujuan tertentu (Schunk & DiBenedetto, 2020). Efikasi diri menjadi aspek penting dalam pemulihan dan pengembangan fungsi diri pasca trauma.

Selain itu, Myers dan Twenge menjelaskan bahwa individu yang memiliki kemandirian cenderung mampu menghadapi tekanan sosial dan mengambil keputusan berdasarkan prinsip pribadi, bukan semata-mata mengikuti ekspektasi sosial (Myers & Twenge, 2019). Hal ini tercermin dari perilaku subjek yang menunjukkan kemampuan untuk hidup secara otonom serta tidak lagi menggantungkan dirinya secara emosional maupun praktis kepada orang lain.

Oleh karena itu, berdasarkan data empiris dan tinjauan teori, subjek dapat dikategorikan telah mengembangkan aspek kemandirian sebagai bagian dari proses penerimaan diri.

4. Menghargai Diri.

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti menemukan bahwa subjek sempat merasa kurang percaya diri. Subjek mengatakan bahwa dirinya tidak

memiliki teman dan merasa tidak ada yang ingin berteman dengannya. Meskipun demikian, subjek menunjukkan ketertarikan terhadap beberapa aktivitas dalam kehidupannya, seperti pekerjaan di dalam rumah.

Subjek menyatakan sangat menyukai saat mengasuh keponakannya karena hal tersebut membantunya mengobati rasa rindu terhadap anak yang telah dititipkan. Ia juga menyukai pekerjaan di luar rumah, seperti berkebun. Menurut subjek, kegiatan berkebun memberinya penghasilan untuk memenuhi kebutuhan pribadinya. Ketertarikan subjek terhadap aktivitas-aktivitas tersebut menunjukkan adanya sikap menghargai diri, yakni dengan menikmati kegiatan yang bermakna dan menyenangkan.

Selain itu, peneliti menemukan bahwa subjek sangat menyayangi orang-orang di sekitarnya, terutama keluarga dan individu yang telah berbuat baik dalam kehidupannya. Sikap mensyukuri keberadaan orang-orang yang menyayangi dirinya merupakan bentuk lain dari penghargaan terhadap diri sendiri secara emosional.

Dari hasil observasi, subjek juga tampak memperhatikan penampilan dan kebersihan diri, seperti berpakaian rapi dan bersih. Ini merupakan bentuk penghargaan terhadap diri secara fisik. Tak hanya itu, subjek juga menunjukkan perhatian terhadap masa depannya dengan memiliki harapan dan cita-cita untuk melanjutkan pendidikan serta menjadi pribadi yang lebih sukses. Hal ini menunjukkan adanya motivasi intrinsik untuk berkembang dan merancang masa depan secara positif.

Sikap-sikap tersebut sejalan dengan aspek penerimaan diri yang dikemukakan oleh Hurlock (2015), di mana individu yang menghargai diri sendiri “selalu mampu untuk

mengerjakan sesuatu dan jarang sekali menolak jika diminta untuk melakukan sesuatu.” Individu yang menerima dirinya cenderung menunjukkan penghargaan diri melalui tindakan yang mencerminkan rasa tanggung jawab dan keberdayaan pribadi. Individu dengan harga diri positif juga merasa dirinya berharga dan mampu mengelola hidup secara efektif.

Selaras dengan itu, Myers (2012) menyatakan bahwa “orang yang memiliki harga diri tinggi lebih mampu menghadapi tekanan hidup dan cenderung menjalin hubungan sosial yang lebih sehat.” Dengan demikian, sikap subjek yang menyukai aktivitas sehari-hari, memperhatikan penampilan, menyayangi orang-orang terdekat, serta memiliki rencana masa depan merupakan bagian dari aspek penerimaan diri dalam bentuk menghargai diri sendiri.

Penelitian ini menemukan bahwa proses penerimaan diri subjek sangat didukung oleh keberadaan dukungan sosial dari keluarga. Anggota keluarga senantiasa mendampingi setiap tahap yang dijalani subjek dalam menghadapi permasalahannya, sehingga berkontribusi signifikan dalam membangun resiliensi psikologis. Dukungan sosial seperti ini telah terbukti menjadi faktor penting dalam mempercepat pemulihan dari trauma dan menurunkan gejala PTSD pada individu yang mengalami gangguan stres pascatrauma, sebagaimana dijelaskan dalam *social causation* dan *stress-buffering model* (Calhoun et al., 2022; Southwick et al., 2022). Selain itu, dukungan keluarga juga terbukti dapat mengurangi tingkat stres yang dirasakan, meningkatkan afek positif, serta menurunkan kecemasan dan depresi (Zhang et al., 2024).

Selain dukungan keluarga, perhatian dan penanganan cepat dari pemerintah

serta pihak berwenang turut memberikan dampak positif terhadap penerimaan diri dan kondisi mental subjek. Berdasarkan Laporan Penanganan Kasus Klinik Ramah Anak Kabupaten Minahasa oleh Meifa E. Warokka, intervensi yang diberikan meliputi *healing therapy*, pendampingan konsultasi psikolog dan psikiater, terapi sosial bagi subjek dan keluarganya, serta tindakan holistik lainnya. Pendekatan ini sejalan dengan model ekologi Bronfenbrenner (2019) yang menekankan pentingnya interaksi antar sistem sosial—termasuk dukungan pemerintah, keluarga, dan institusi—dalam menunjang perkembangan dan pemulihan individu.

Temuan lain menunjukkan bahwa pola asuh orang tua berpengaruh besar terhadap perkembangan anak, terutama saat menuju masa remaja. Kurangnya perhatian dan pendidikan moral dari orang tua dapat membuat anak kurang memahami nilai dan norma sosial. Hal ini sejalan dengan teori pembelajaran sosial Bandura (1977), bahwa perilaku manusia banyak dipelajari melalui observasi dan peniruan (*modeling*).

Keterbatasan dalam pendidikan dan interaksi sosial berkontribusi terhadap rendahnya pemahaman mengenai norma kehidupan, yang pada akhirnya dapat memengaruhi pengertian seseorang tentang benar dan salah serta meningkatkan risiko munculnya perilaku menyimpang (Brown & Clark, 2022).

KESIMPULAN

Penelitian ini memadukan beberapa teori utama untuk memahami dinamika penerimaan diri pada korban pelecehan seksual dalam keluarga (incest): (1) Teori Penerimaan Diri (Hurlock, 2015) Menjelaskan bahwa penerimaan diri terdiri dari empat aspek: merasa puas terhadap diri sendiri, tidak prihatin akan

reaksi sosial, memiliki kemandirian, dan menghargai diri sendiri. Penerimaan diri menjadi indikator penting dalam proses pemulihan psikologis korban, karena mencerminkan kemampuan individu untuk berdamai dengan pengalaman traumatis tanpa terus-menerus menolak atau membenci diri sendiri. (2) Teori Identitas Sosial: Individu membangun konsep diri berdasarkan kelompok sosial, seperti keluarga. Ketika keluarga justru menjadi sumber ancaman, korban mengalami konflik identitas yang mendalam, antara mempertahankan kesetiaan pada keluarga atau memperjuangkan harga diri dan keselamatan pribadi. (3) Teori Relasi Kekuasaan dan Ketergantungan: Pelaku incest sering memanfaatkan relasi kekuasaan dan ketergantungan korban untuk melakukan kekerasan, menyebabkan korban merasa tidak berdaya dan sulit melawan atau mengungkapkan kejadian. (4) Teori Trauma Pengkhianatan (Betrayal Trauma): Trauma korban incest diperberat oleh pengkhianatan dari figur yang seharusnya menjadi pelindung, menciptakan trauma ganda yang memperumit proses penerimaan diri. (5) Teori *looking-glass self*: Konsep diri korban terbentuk dari bagaimana mereka merasa dipandang oleh lingkungan. Stigma, victim blaming, dan penolakan sosial dari lingkungan memperburuk penerimaan diri korban. (6) Teori Dukungan Sosial: Dukungan sosial dari lingkungan, teman, komunitas, dan tenaga profesional berperan sebagai faktor protektif, membantu korban membangun kembali identitas diri dan mempercepat proses pemulihan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerimaan diri korban incest merupakan proses multidimensional yang dipengaruhi oleh trauma, konflik

identitas, dan dukungan sosial. Subjek UR awalnya mengalami penolakan diri, rasa malu, dan isolasi, namun setelah menjalani rehabilitasi dan mendapat dukungan keluarga serta lembaga pendamping, ia mulai menunjukkan empat aspek penerimaan diri menurut Hurlock (2015): merasa puas terhadap diri, tidak terlalu terpengaruh reaksi sosial, mandiri, dan menghargai diri. Dukungan sosial yang empatik membantu membentuk kembali identitas subjek sebagai penyintas. Sebaliknya, stigma sosial, victim blaming, dan norma keluarga yang represif menjadi hambatan utama dalam proses pemulihan.

Proses penerimaan diri pada korban incest merupakan perjalanan kompleks yang dipengaruhi oleh kekuatan internal dan dukungan eksternal, seperti dukungan sosial, stigma, dan norma masyarakat. Temuan ini menegaskan bahwa penerimaan diri adalah proses sosial-psikologis yang ditentukan oleh interaksi antara pengalaman pribadi dan respons lingkungan. Dukungan sosial terbukti menjadi faktor kunci dalam membangun kembali identitas dan harga diri korban, sekaligus menegaskan pentingnya perubahan sosial untuk menghapus stigma dan *victim blaming*.

DAFTAR PUSTAKA

- Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Prentice Hall.
- Bos, A. E. R., Pryor, J. B., Reeder, G. D., & Stutterheim, S. E. (2016). Stigma: Advances in theory and research. *Basic and Applied Social Psychology*, 38(1), 1–11. <https://doi.org/10.1080/01973533.2015.1125301>
- Bronfenbrenner, U. (2019). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Harvard University Press.
- Brown, R. P., & Clark, M. T. (2022). Parental neglect and adolescent outcomes: A social learning perspective. *Journal of Adolescent Research*, 37(2), 150–168.
- Brown, R. P., & Kramer, R. M. (2019). The looking-glass self and stigma in sexual assault victims. *Social Psychology Quarterly*, 82(4), 349–364.
- Calhoun, L. G., Tedeschi, R. G., & Cann, A. (2022). Posttraumatic growth: A social support perspective. *Journal of Loss and Trauma*, 27(1), 1–18.
- Centers for Disease Control and Prevention. (2021). *Preventing sexual violence: A technical package of programs, policies, and practices* (2nd ed.). CDC.
- Chen, W., Zhang, Y., Peng, Y., & Fang, Y. (2018). The role of perceived social support in trauma recovery. *Journal of Affective Disorders*, 237, 239–246.
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2018). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches* (4th ed.). SAGE Publications.
- Courtois, C. A., & Ford, J. D. (2016). *Treatment of complex trauma: A sequenced, relationship-based approach*. Guilford Press.
- Gilbert, P. (2018). Shame in sexual abuse survivors. In P. Gilbert (Ed.), *Compassion focused therapy* (pp. 129–149). Routledge.
- Hurlock, E. B. (2015). *Psikologi perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan* (Edisi ke-5). Erlangga.
- Jetten, J., Haslam, C., & Haslam, S. A. (2015). *The social cure: Identity, health and well-being*. Psychology Press.

- Johnson, R. E., & Williams, K. D. (2017). Social validation in trauma recovery. *Journal of Social Issues, 73*(2), 324–342.
- Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak. (2025). *Laporan tahunan kekerasan terhadap perempuan dan anak 2024*. <https://kemenpppa.go.id/>
- Lakey, B., & Orehek, E. (2011). Relational regulation theory: A new approach to explain the link between perceived social support and mental health. *Psychological Review, 118*(3), 482–495.
- Lawson, D. M. (2018). Incest: Understanding the impact on identity. *Journal of Child Sexual Abuse, 27*(1), 1–12.
- Lawson, D. M., & Akay-Sullivan, S. (2020). Betrayal trauma and dissociation in survivors of childhood sexual abuse. *Journal of Trauma & Dissociation, 21*(3), 276–293.
- Legate, N., Weinstein, N., & Ryan, R. M. (2019). The role of social pressure in trauma response. *Journal of Personality and Social Psychology, 116*(2), 210–226.
- Link, B. G., Phelan, J. C., & Sullivan, P. F. (2017). Labeling theory and mental illness. *Sociological Review, 65*(1_suppl), 49–70.
- Lutwak, N., Panish, J. B., & Ferrari, J. R. (2017). Shame and sexual trauma: Impacts on interpersonal functioning. *Personality and Individual Differences, 115*, 117–123.
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldaña, J. (2019). *Qualitative data analysis: A methods sourcebook* (4th ed.). SAGE Publications.
- Morelli, S. A., Lee, I. A., Arnn, M. E., & Zaki, J. (2015). Emotional and instrumental support: A multidimensional perspective. *Emotion, 15*(4), 455–466.
- Murphy, S., Elklit, A., & Shevlin, M. (2017). Psychosocial interventions in trauma recovery. *Clinical Psychology Review, 57*, 98–109.
- Myers, D. G. (2012). *Psychology* (10th ed.). Worth Publishers.
- Myers, D. G., & Twenge, J. M. (2019). *Social psychology* (13th ed.). McGraw-Hill Education.
- Neff, K. D. (2022). Self-acceptance in the face of trauma. *Journal of Positive Psychology, 17*(1), 40–50.
- Overstreet, N. M., & Quinn, D. M. (2016). Internalized stigma and sexual trauma. *Journal of Interpersonal Violence, 31*(10), 1800–1820.
- Prameswari, D. L., & Khoirunnisa, F. (2020). Penerimaan diri pada perempuan korban incest. *Jurnal Psikologi Indonesia, 17*(2), 85–97.
- Saltzman, W. R., Pinerros-Leano, M., & Liechty, J. (2020). Family support and trauma in adolescence. *Children and Youth Services Review, 109*, 104699.
- Sears, D. O., & Cianfrone, F. (2024). Social identity and trauma within the family unit. *Annual Review of Psychology, 75*, 879–903.
- Schunk, D. H., & DiBenedetto, M. K. (2020). Motivation and self-efficacy in trauma recovery. *Educational Psychologist, 55*(1), 43–61.
- Smith, E. R., & Mackie, D. M. (2016). *Social psychology* (4th ed.). Psychology Press.
- Southwick, S. M., Bonanno, G. A., Masten, A. S., Panter-Brick, C., & Yehuda, R. (2022). Resilience in trauma survivors. *American*

- Journal of Psychiatry*, 179(1), 1–12.
- Stets, J. E., & Burke, P. J. (2017). Identity theory and the looking-glass self: Reconceptualizing self-reflection. *Social Psychology Quarterly*, 80(1), 23–43.
- Tursilarini, D., Rahmawati, R., & Wulandari, T. (2024). Kekuasaan dan ketergantungan dalam kasus incest. *Jurnal Kriminologi Indonesia*, 20(1), 45–53.
- Widianingsih, F. (2021). Pemulihan psikologis korban pelecehan seksual dalam keluarga. *Jurnal Psikologi Keluarga*, 9(2), 112–119.
- Wismeijer, A. A. J., & Van Assen, M. A. L. M. (2016). Repressive coping, social support, and mental health in incest survivors. *Journal of Interpersonal Violence*, 31(5), 920–939.
- Yin, R. K. (2018). *Case study research and applications: Design and methods* (6th ed.). SAGE Publications.
- Zhang, Y., Liang, W., Liu, Y., & Wang, Y. (2024). Social support and psychological outcomes in sexual abuse survivors. *International Journal of Psychology*, 59(1), 41–55.