

SELF-ESTEEM DENGAN RESILIENSI PADA PEREMPUAN KORBAN TOXIC RELATIONSHIP

Eka Ananda Lintang Savitri¹, Starry Kireida Kusnadi¹, Eli Elisnawati¹, Husni Anggoro¹, Aldi Saputra¹, Novita Lusiani¹

¹Fakultas Psikologi Universitas Wijaya Putra

Email ekaananda700@gmail.com

Abstract :

The purpose of this research is to see how the relationship between self-esteem and resilience in women victims of toxic relationships. Self-esteem is one way of forming a self-concept that will have a broad influence on a person's attitudes and behavior. Self-esteem is a basic human need that is arranged hierarchically although its fulfillment does not have to be absolutely hierarchical. In fulfilling the hierarchy of self-esteem, there are categories of needs that must be owned by humans, namely the need for self-esteem and the need for respect from others. Self-esteem includes the need for self-confidence, recognition, independence and freedom. While the appreciation of others, including acceptance, appreciation, attention and recognition. So self-esteem can be interpreted as protecting the individual from the effects of illness and preventing various kinds of life problems. Resilience means an individual's effort to rise from a sense of adversity experienced in his life, so that he is able to recover and function optimally and be able to go through adversity. Resilience describes the individual's way of recovering from setbacks or trauma, as well as how the individual is able to overcome challenges in life. This study uses quantitative methods. The scale used in this study is a self-esteem scale adapted from the Rosenberg Self-esteem Scale (RSES) developed by Rosenberg (1965) and a resilience scale adapted from The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) compiled by Connor and Davidson (2003). The subjects in this study were 64 women victims of toxic relationships. The results showed that there was a significant relationship between self-esteem and resilience in women victims of toxic relationships Sig. (2-tailed) of (0.00<0.05). Thus, it can be concluded that the higher the self-esteem of women victims of toxic relationships, the higher their resilience.

Keywords: *self-esteem, resilience, women, toxic relationship*

Abstrak :

Tujuan penelitian ini untuk melihat bagaimana hubungan *self-esteem* dengan resiliensi pada perempuan korban *toxic relationship*. *Self-esteem* merupakan salah satu cara pembentukan konsep diri yang akan memiliki pengaruh yang luas terhadap sikap dan perilaku seseorang. *Self-esteem* 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. *Self-esteem* meliputi kebutuhan akan kepercayaan diri, pengakuan, kemandirian dan kebebasan. Sedangkan penghargaan dari orang lain, meliputi penerimaan, penghargaan, perhatian serta pengakuan. Maka *self-esteem* dapat diartikan sebagai pelindung individu dari pengaruh sakit dan mencegah dari berbagai macam permasalahan hidup. Resiliensi bermakna suatu usaha individu untuk bangkit dari rasa keterpurukan yang dialami dalam kehidupannya, sehingga mampu untuk pulih dan berfungsi optimal dan mampu melalui kesulitan. Resiliensi menggambarkan cara individu untuk pulih dari kemunduran atau trauma, serta bagaimana individu tersebut mampu mengatasi tantangan dalam hidup. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *self-esteem* yang diadaptasi dari skala *Rosenberg Self-esteem Scale* (RSES) yang dikembangkan oleh Rosenberg (1965) dan skala resiliensi yang diadaptasi dari *The Connor-Davidson Resilience Scale* (CD-RISC) yang disusun oleh Connor dan Davidson (2003). Subjek dalam penelitian ini 64 perempuan korban *toxic relationship*. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara *self-esteem* dengan resiliensi pada perempuan korban *toxic relationship* Sig. (2-tailed) sebesar (0.00<0.05). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi *self-esteem* pada perempuan korban *toxic relationship*, semakin tinggi pula resiliensinya.

Kata kunci : *self-esteem, resiliensi, perempuan, toxic relationship*

Pendahuluan

Perempuan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) adalah seseorang yang dapat menstruasi, hamil, melahirkan anak dan menyusui. Dari definisi tersebut membuktikan bahwa perempuan merupakan makhluk yang diciptakan dengan berbagai kelebihan, peran serta perempuan didalam sehari-hari sangatlah kompleks. Perempuan sering kali diibaratkan sebagai sosok yang lemah dan sering mendapatkan simbol sebagai sosok yang memiliki ciri sebagai orang yang memiliki sifat kehalusan, kepekaan terhadap perasaan dan emosi. Selain itu perempuan juga sangat identik dengan keterpurukan dan penindasan. Sebagai contoh yaitu kekerasan di ranah privat/personal terhadap perempuan. Fenomena kekerasan menjadi ancaman buruk yang tidak pernah surut, khususnya bagi kaum yang sering dianggap lemah yaitu perempuan.

Di Indonesia, angka kekerasan terhadap perempuan terbilang cukup mengkhawatirkan. CATAHU milik Komnas Perempuan pada tahun 2020 mencatat bahwa terdapat 299.911 kasus. Catatan Tahunan (CATAHU), Komnas Perempuan Indonesia, per tahun 2021, menunjukkan bentuk kekerasan terhadap relasi personal/privat. Bentuk kekerasan yang paling banyak diterima oleh perempuan adalah kekerasan fisik yakni (31% atau 2.025 kasus) disusul dengan kekerasan psikis yang mencapai (30% 1.938 kasus). Selanjutnya kekerasan psikis yang mencapai 1.792 atau 28% dan yang terakhir adalah kekerasan ekonomi yang mencapai 680 kasus atau 10%. Angka ini merefleksikan ketidaksiapan dalam hubungan, sehingga jalan yang dianggap paling baik adalah melalui kekerasan. Kasus ranah personal pada grafik secara konsisten selalu menempati angka tertinggi pada kekerasan terhadap perempuan selama sepuluh tahun terakhir (CATAHU, 2020).

Christina (2019) menyebutkan jenis kekerasan yang muncul dalam sebuah hubungan ialah: a) Kekerasan fisik, dalam berwujud seperti perlakuan menyerang sepenggal atau sekujur dari anggota tubuh yang dapat mengakibatkan rasa sakit dari yang luka ringan ataupun luka berat; b) Kekerasan psikis, merupakan perilaku yang mengakibatkan keresahan, adanya sikap yang dipermalukan atau menjelek-jelekkan, hilangnya kemampuan untuk berbicara, dan rasa tak berdaya hal tersebut mengakibatkan individu mengalami penderitaan psikis; c) Kekerasan seksual, dalam wujud paksaan melakukan hubungan seksual terhadap orang yang tinggal di dalam rumah tangga maupun mempunyai hubungan khusus dengan tujuan saling menguntungkan; dan d) Kekerasan ekonomi, dalam wujud perilaku yang berakibat kepada individu mengalami kerugian ekonomi ataupun finansial (memeras dan memanfaatkan pasangan). Fenomena kasus tersebut dimana salah satu pihak merasa tidak nyaman bahkan sampai mengalami kekerasan didalamnya merupakan salah satu sebab dari sebuah hubungan yang tidak sehat atau biasa dikenal dengan "toxic relationship".

Toxic Relationship terdiri dari dua kata yaitu *toxic* artinya racun dan *relationship* yang artinya keterhubungan. Maka *toxic relationship* merupakan hubungan dimana di dalam hubungan tersebut terdapat perilaku-perilaku 'beracun' yang dilakukan oleh salah satu pasangan dalam hubungan tersebut, perilaku tersebut dapat mengganggu kesehatan fisik maupun psikis dari seseorang (Nurifah, 2013). Murray (2009 dalam Wulandari, 2021) mengatakan bahwa kekerasan yang didapatkan tidak hanya berbentuk kekerasan fisik (*physical abuse*) seperti pukulan menggunakan tangan atau benda tumpul bahkan benda tajam. Tetapi juga berbentuk kekerasan verbal (*emotional abuse*) seperti makian, cacian, hinaan dan berkata-kata kasar terhadap pasangannya. Kekerasan dalam hubungan dalam istilah populer saat ini, familiar dengan sebutan *toxic relationship*, yakni bisa juga dikatakan sebagai sebuah hubungan yang merusak tidak hanya merusak hubungan individunya sendiri tetapi juga antar individu yang lain (Alhidayah, 2020).

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 merasakan hubungan *toxic relationship*. Namun, anehnya 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 menikah. karena mereka menganggap itulah bukti cinta, tanpa sadar bahwa apa yang dialaminya merupakan bentuk kekerasan dalam hubungan. Selain itu, kekerasan dalam hubungan menunjukkan bahwa sampai saat ini terdapat ketimpangan atau ketidakseimbangan dalam relasi laki-laki dan perempuan dan inilah yang menjadi sumber masalahnya.

Wulandari (2014) menuturkan bahwa *toxic relationship* paling berbahaya apabila dialami oleh kalangan pasangan usia muda ataupun pasangan orangtua. *Toxic relationship* memegang dampak yang beragam yaitu secara psikologis dan fisik. Dampak yang bersifat psikologis bagi orang yang mengalami *toxic relationship*, menjadi individu yang rendah diri dan pesimis. Bahkan dapat mampu membenci dirinya sendiri yang diakibatkan dari perlakuan atau perkataan negatif yang diberikan pasangannya terhadap dirinya, selain itu, salah satu dampaknya juga pada penyakit fisik, seperti jantung, tentu dapat mengarah pada kematian. Kekerasan dalam pacaran (KDP) dapat mengakibatkan trauma dan trauma kekerasan masih terus membayangi jika korban harus menjalin hubungan pacaran lagi. Dampak psikologis yang di alami oleh perempuan begitu membekas dirasakan karna mengalami kesulitan untuk hidup dengan produktif dan sehat karena mendapatkan bayang-bayang dari pasangannya. Korban yang memiliki resiliensi yang rendah tidak bisa merespon secara sehat dengan kekerasan yang terjadi dalam hidupnya sehingga korban telah mengalami kekerasan akan menjadi sulit untuk keluar dari lingkaran kekerasan yang ada (Primadinni, 2014).

Resiliensi bermakna suatu usaha individu untuk bangkit dari rasa keterpurukan yang dialami dalam kehidupannya, sehingga mampu untuk pulih dan berfungsi optimal dan mampu melalui kesulitan. Thomson (dalam Mashudi, 2016) menyatakan bahwa terdapat benih resiliensi dalam diri setiap individu. Menurut penelitian Connor dan Davidson (2003, dalam Roellyana & Listiyandini, 2016) terdapat 5 faktor yang mempengaruhi resiliensi yang terdiri dari kompetensi personal (standar tinggi dan keuletan), kepercayaan pada diri sendiri (toleransi terhadap efek negatif dan kuat atau tahan dalam kondisi stress), menerima perubahan secara positif, pengenalan diri dan pengaruh spiritual. Resiliensi menggambarkan cara individu untuk pulih dari kemunduran atau trauma, serta bagaimana individu tersebut mampu mengatasi tantangan dalam hidup.

Seseorang yang menjadi korban *toxic relationship* akan membawa salah satu efek psikologis ketika menjadi korban kekerasan, misalnya hilangnya harga diri atau *self-esteem* pada dirinya. *Self-esteem* atau harga diri merupakan salah satu cara pembentukan konsep diri yang akan memiliki pengaruh yang luas terhadap sikap dan perilaku seseorang (Khasanah et al, 2019). 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, *Self-esteem* yang tinggi dapat membantu meningkatkan resiliensi pada perempuan korban *toxic*

relationship. *Self-esteem* 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 mengenai kompetensi; menerima 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; berpikir konstruktif (fleksibel); mampu mengambil keputusan dengan cepat dan yakin dengan keputusan yang diambilnya. Maka *self esteem* dapat diartikan sebagai pelindung individu dari pengaruh sakit dan mencegah dari berbagai macam permasalahan hidup.

Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *self-esteem* dengan resiliensi pada perempuan korban *toxic relationship*. Subjek dalam penelitian ini adalah perempuan yang menjadi korban *toxic relationship*. Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala *self-esteem* yang diadaptasi dari skala *Rosenberg Self-esteem Scale* (RSES) yang dikembangkan oleh Rosenberg (1965). Skala ini terdiri dari 10 item tentang diri. *Rosenberg Self-esteem Scale* (RSES) diukur dengan menggunakan skala *likert* yang terdiri dari 5 pilihan jawaban yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Netral (N), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Skala resiliensi yang diadaptasi dari *The Connor-Davidson Resilience Scale* (CD-RISC) yang disusun oleh Connor dan Davidson (2003) terdiri dari 25 item. Skala Resiliensi diukur menggunakan skala *likert* yang terdiri dari 5 pilihan jawaban yaitu Sangat Sesuai (SS), Sesuai (S), Netral (N), Tidak Sesuai (TS), dan Sangat Tidak Sesuai (STS). Teknik analisis data yang digunakan adalah korelasi *product moment* dengan bantuan *SPSS* (*Statistical Package for the Social Sciences*).

Hasil dan Pembahasan

Pada penelitian ini terdapat dua data kuantitatif yang dihasilkan, yaitu skor skala *self-esteem* dan skor skala resiliensi.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia

Usia	f	%
17 – 20	15	25%
21 – 30	47	74%
31 – 40	1	1%
41 – 50	1	1%
Total	64	100%

Hasil analisis data tabel distribusi frekuensi berdasarkan usia menunjukkan bahwa karakteristik responden berdasarkan usia yang paling banyak yaitu usia 21-30 tahun sebanyak 47 responden (74%), usia 17-20 tahun sebanyak 15 responden (25%), usia 31-40 tahun sebanyak 1 responden (1%), dan usia 41-50 sebanyak 1 responden (1%) dari total 64 responden.

Tabel 2. Tabel Distribusi Frekuensi Berdasarkan *Toxic Relationship*

Toxic Relationship	Jumlah Subjek	Presentase (%)
Kurang dari 1 Tahun	40	62,5%
1 - 2 Tahun	14	21,9%
2 - 3 Tahun	5	7,8%
Lebih dari 3 Tahun	5	7,8%
Total	64	100%

Hasil analisis data tabel distribusi frekuensi berdasarkan lama menjalani hubungan *toxic relationship* menunjukkan bahwa karakteristik responden berdasarkan lama menjalani hubungan *toxic relationship* yang paling banyak yaitu kurang dari 1 tahun sebanyak 40 responden (62,5%), 1-2 tahun sebanyak 14 responden (21,9%), 2-3 tahun sebanyak 5 responden (7,8%), dan lebih dari 3 tahun sebanyak 5 responden (7,8%) dari total 64 responden.

Tabel 3. Gambaran Data Hipotetik Variabel *Self-esteem*

Nilai Max	Nilai Min	Mean	SD
50	10	30	6,7

Tabel 4. Kategorisasi Variabel *Self-esteem*

Kategori	Range	Frekuensi	Persentase
Sangat Rendah	$X \leq 19,95$	0	0%
Rendah	$19,95 < X \leq 26,65$	1	1,6%
Sedang	$26,65 < X \leq 33,35$	2	3,1%
Tinggi	$33,35 < X \leq 40,05$	4	6,3%
Sangat Tinggi	$X < 40,05$	57	89%
Jumlah		64	100%

Berdasarkan tabel kategorisasi di atas menunjukkan bahwa variabel *self-esteem* pada perempuan korban *toxic relationship* bergerak pada kategori sangat tinggi sebanyak 57 perempuan (89%), kategori tinggi sebanyak 4 perempuan (6,3%), kategori sedang sebanyak 2 perempuan (3,1%), dan kategori rendah sebanyak 1 orang (1,6%).

Tabel 5. Gambaran Data Hipotetik Variabel Resiliensi

Nilai Max	Nilai Min	Mean	SD
125	25	75	16,7

Tabel 6. Kategorisasi Variabel Resiliensi

Kategori	Range	Frekuensi	Persentase
Sangat Rendah	$X \leq 49,95$	0	0%

Rendah	49,95 < X ≤ 66,65	0	0%
Sedang	66,65 < X ≤ 83,35	1	1,5%
Tinggi	83,35 < X ≤ 100,05	7	11%
Sangat Tinggi	X < 100,05	56	87,5%
Jumlah		64	100%

Berdasarkan tabel kategorisasi di atas menunjukkan bahwa variabel resiliensi pada perempuan korban *toxic relationship* bergerak pada kategori sangat tinggi sebanyak 56 perempuan (87,5%), kategori tinggi sebanyak 7 perempuan (11%), kategori sedang sebanyak 1 perempuan (1,5%), dan kategori rendah sebanyak 0 perempuan (0%).

Tabel 7. Hasil Uji Hipotesis

		Correlations	
		Self esteem	Resiliensi
Self Esteem	Correlation Coefficient	1.000	.683**
	Sig. (2-tailed)	.	.000
	N	64	64
Spearman's rho	Correlation Coefficient	.683**	1.000
	Sig. (2-tailed)	.000	.
	N	64	64
Resiliensi	Correlation Coefficient	.683**	1.000
	Sig. (2-tailed)	.000	.
	N	64	64

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Berdasarkan hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa Sig. (2-tailed) sebesar (0.00<0.05) yang artinya ada hubungan yang signifikan antara variabel *self-esteem* dengan resiliensi, sedangkan nilai *correlation coefficient* sebesar .683 yang berarti positif. Hal ini dikarenakan apabila *self-esteem* tinggi, maka resiliensi meningkat.

Tabel 8. Uji Determinasi Antar Variabel

Model Summary ^b				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.740 ^a	.548	.541	9.158

a. Predictors: (Constant), Self Esteem

b. Dependent Variable: Relisiensi

Berdasarkan hasil uji koefisien determinasi (*R Square*) sebesar 0,548 yang artinya terdapat hubungan *self-esteem* dengan resiliensi sebesar 54,8%, sedangkan 45,2% *self-esteem* dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak ada dalam penelitian ini.

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat dijelaskan bahwa terdapat 57 perempuan yang memiliki *self-esteem* sangat tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa *self-esteem* merupakan unsur terpenting dalam membantu individu untuk membentuk konsep diri yang akan memiliki pengaruh yang luas terhadap sikap dan perilaku seseorang (Khasanah et al, 2020). Rosenberg dan Owens (2001 dalam Guindon, 2010) mengemukakan bahwa individu yang memiliki *self-esteem* tinggi

menunjukkan dirinya sebagai pribadi yang optimis; bangga dan puas akan dirinya sendiri; lebih sensitif terhadap tingkat kemampuan/kompetensi, mengabaikan umpan balik negatif dan mencari umpan balik mengenai kompetensi; menerima 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; berpikir konstruktif (fleksibel); mampu mengambil keputusan dengan cepat dan yakin dengan keputusan yang diambilnya.

Selain *self-esteem*, skor resiliensi pada perempuan korban *toxic relationship* juga tergolong sangat tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa resiliensi merupakan suatu usaha individu untuk bangkit dari rasa keterpurukan yang dialami dalam kehidupannya, sehingga mampu untuk pulih dan berfungsi optimal dan mampu melalui kesulitan. Resiliensi menggambarkan cara individu untuk pulih dari kemunduran atau trauma, serta bagaimana individu tersebut mampu mengatasi tantangan dalam hidup (Eley et al, 2013).

Self-esteem yang tinggi dapat membantu meningkatkan resiliensi pada perempuan korban *toxic relationship*. *Self-esteem* 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 mengenai kompetensi; menerima 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; berpikir konstruktif (fleksibel); mampu mengambil keputusan dengan cepat dan yakin dengan keputusan yang diambilnya. Sebaliknya jika *self-esteem* pada perempuan korban *toxic relationship* rendah, maka akan menjadi individu. Sebaliknya, individu dengan *self-esteem* rendah cenderung menunjukkan karakteristik seperti pesimis; tidak puas akan dirinya, berkeinginan untuk menjadi orang lain atau berada di posisi orang lain; lebih sensitif terhadap pengalaman yang akan merusak harga dirinya (terganggu oleh kritik orang lain dan lebih emosional saat mengalami kegagalan); cenderung melihat peristiwa sebagai hal yang negatif (membesar-besarkan peristiwa negatif yang dialami); cenderung mengalami kecemasan sosial dan lebih sering mengalami emosi negatif; canggung, pemalu, dan tidak mampu mengekspresikan diri saat berinteraksi dengan orang lain (kurang spontan dan lebih pasif); melindungi diri dan tidak berani melakukan kesalahan; menghindari pengambilan resiko; sinis dan memiliki sikap negatif terhadap orang lain, kelompok, atau institusi; pemikiran cenderung tidak konstruktif (kaku dan tidak fleksibel); serta cenderung ragu-ragu dan lebih lambat untuk merespon saat mengambil keputusan.

Berdasarkan hasil penelitian dapat menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *self-esteem* dengan resiliensi pada perempuan korban *toxic relationship*. Berdasarkan hasil uji hipotesis menunjukkan bahwa Sig. (2-tailed) sebesar $(0.00 \leq 0.05)$ yang artinya ada hubungan yang signifikan antara variabel *self-esteem* dengan resiliensi, sedangkan nilai *correlation coefficient* sebesar .683 yang berarti positif. Hal ini dikarenakan apabila *self-esteem* tinggi, maka resiliensi meningkat.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian dari Balgiu (2017) menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *self-esteem* dan resiliensi. *Self-esteem* dianggap sebagai prediktor resiliensi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *self-esteem* dengan resiliensi, artinya *self-esteem* merupakan faktor yang mempengaruhi resiliensi. Sumbangan

yang diberikan oleh *self-esteem* terhadap resiliensi adalah sebesar 54,8%, dan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain diantaranya dukungan sosial, spiritualitas, dan emosi positif.

Simpulan dan Saran

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa *self-esteem* memiliki hubungan yang signifikan dengan resiliensi pada perempuan korban *toxic relationship*. Hal ini menunjukkan bahwa apabila *self-esteem* pada perempuan korban *toxic relationship* tinggi, maka resiliensi yang dimiliki akan tinggi. Sebaliknya jika *self-esteem* pada perempuan korban *toxic relationship* rendah, maka resiliensi yang dimiliki akan rendah.

Bagi peneliti yang akan meneliti tentang *self-esteem* dengan resiliensi pada perempuan korban *toxic relationship* diharapkan dapat menggali banyak data dengan cara observasi dan wawancara yang lebih mendalam, mencari subjek yang lebih banyak sesuai dengan kriteria.

Daftar Pustaka

- Alhidayah, Vuja Syafrianti "Toxic", E-jurnal sendratasik, Vol.8 No. 3 Seri C, Maret 2020, hlm.55.
- Balgiu, B.A. (2017). Self-esteem, personality and resilience. Study of students emerging adults group. *Journal of Educational Sciences & Psychology*, 7(1), 93-99.
- Christina P., Sutarto W., & Jacob D. E. (2019). "Uncovering Violence Occurring in Dating Relationship: an Early Study of Forgiveness Approach". *Journal Psikodimensia*, Vol 18 (1), hlm. 10.
- Catatan Tahunan (CATAHU) Komnas Perempuan. 2020. <http://www.komnasperempuan.go.id/read-news-siaran-pers-dan-lembarfakta-komnas-perempuan-catatan-tahunan-kekerasan-terhadap-perempuan2020> diakses pada 7 Juli 2020 pukul 17.21
- Guindon, M.H. (2010). *Self Esteem Across The Lifespan*. New York: Routledge Taylor & Francis Group.
- Khasanah. (2020). Hubungan antara *Self Esteem* dan Resiliensi Pada *Family Caregiver* Orang dengan Skizofrenia (ODS). *Skripsi*. Universitas Islam Indonesia Yogyakarta.
- Mashudi, E. A. (2016). Konseling Rational Emotive Behavior dengan Teknik Pencitraan Untukmeningkatkan Resiliensi Mahasiswa Berstatus Sosial Ekonomi Lemah. *Psikopedagogia*, 5(1), 66-78.
- Multasih, E., & Suryadi, B. (2019). Pengaruh Self-Esteem dan Dukungan Sosial terhadap Optimisme Masa Depan Anak Jalanan di Rumah Singgah Jakarta Selatan. *TAZKIYA: Journal of Psychology*, 1(1), 67-78. <https://doi.org/10.15408/tazkiya.v18i1.9377>
- Murray, J. (2009). *But I Love Him : Protecting Your Teen Daughter from Controlling, Abusive, Dating Violence*. HarperCollins.
- Nurifah. (2013). Jurnal Perempuan: Layanan Informasi dan Dokumentasi. *Jurnal Perempuan*.
- Primadinni, A. (2014). Resiliensi Perempuan yang mengalami Kekerasan dalam Pacaran (Studi Kasus Pada Mahasiswi Kost-Kostan di Kelurahan Kandang Limun Bengkulu). *Skripsi*, Universitas Bengkulu.
- Roellyana, S., & Listiyandini, R.A. (2016). Peranan Optimisme terhadap Resiliensi pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Mengerjakan Skripsi. *Prosiding Konferensi Nasional Peneliti Muda Psikologi Indonesia*. Vol. 1(1), Hal 29-37.

<https://www.researchgate.net/publication/318128262> Peranan Optimisme terhadap Resiliensi pada Mahasiswa Tingkat Akhir yang Mengerjakan Skripsi

Rosenberg, M and Owens, TJ. (2001). *Extending Self Esteem Theory and Research: Sociological and Psychological Currents*. New York: Cambridge University Press.

Sari, I. P. (2018). Kekerasan dalam Hubungan Pacaran di Kalangan Mahasiswa: Studi Refleksi Pengalaman Perempuan. *Jurnal Dimensi*, 7(1), 64–85.

Tisyah dan Rochana. (2009). Analisa Kekerasan Pada Masa Pacaran (Dating Violence). *Jurnal Sociologi*. 1(1) :1-9

Wulandari, P.Y. (2019). “Waspada Toxic Relationship Semakin Meningkat Setiap Tahunnya”.Unairnews. <http://news.unair.ac.id/2019/12/26/waspada-toxic-relationship-semakinmeningkat-setiap-tahunnya/>