

Hubungan Regulasi Emosi Dengan *Resiliensi* Diri Korban Kekerasan Seksual Di Provinsi Gorontalo

Anissa Dwi Putri Said Nurkamiden¹, Anik Indarwati², Zulkarnain³

^{1,2,3}Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas Muhammadiyah Gorontalo, Indonesia
E-mail: puputsaid24@gmail.com, anikindarwaty@umgo.ac.id, zulkarnain@umgo.ac.id

Article History:

Received: 01 April 2026

Revised: 08 April 2026

Accepted: 10 April 2026

Keywords: *Emotion*

*Regulation, Resilience, Sexual
Violence, Victims, Adolescents*

Abstract: *The number of sexual violence cases against children continues to rise, showing a significant increase each year. This form of violence has long-lasting psychological effects and has become a complex social problem. This study aims to determine the relationship between emotion regulation and self-resilience among victims of sexual violence in Gorontalo Province. Sexual violence can lead to serious psychological impacts, such as trauma, anxiety, and depression, making emotion regulation and resilience essential factors in victims' recovery. This research uses a quantitative approach with a correlational method. The population consists of 57 victims of sexual violence in Gorontalo Province. The sample includes 37 victims selected through purposive sampling. Data were collected using an emotion regulation scale and a resilience scale. The results of data analysis indicate a significant positive relationship between emotion regulation and self-resilience ($r = 0.994$; $p = 0.000$). This means that the higher the level of emotion regulation, the higher the level of self-resilience among victims of sexual violence.*

PENDAHULUAN

Masalah kekerasan seksual terhadap anak-anak di Indonesia cukup serius. Kasus kekerasan seksual terhadap anak terus meningkat, dengan lonjakan yang mencolok setiap tahunnya. Kekerasan seksual ini memberikan efek psikologis yang berkepanjangan dan menjadi masalah sosial yang kompleks. Perkembangan sosial anak bisa terpengaruh oleh masalah emosional seperti kecemasan, kesedihan dan trauma psikologis yang sering dialami oleh anak-anak yang mengalami kekerasan seksual. Kemampuan seseorang dalam mengelola emosi sebagai respons terhadap pengaruh tersebut adalah salah satu elemen penting dalam membangun resiliensi diri.

Menurut riset *World Health Organization* (WHO) baru-baru ini, 1 miliar anak berusia antara 2 dan 17 tahun mungkin telah menjadi korban pelecehan fisik, seksual, atau emosional atau penelantaran selama 12 bulan terakhir (WHO, 2022). Peraturan (Undang-undang (UU) Nomor 23 Tahun 2002 tentang Perlindungan Anak, 2002) pasal 1 ayat 1 mengenai perlindungan anak, mendefinisikan anak sebagai siapa pun yang berusia di bawah delapan belas tahun, termasuk anak yang belum lahir.

Kasus kekerasan seksual di Indonesia terus meningkat setiap tahunnya. Pada tahun 2019, terdapat 6.454 kejadian kekerasan seksual, yang meningkat menjadi 6.980 pada tahun 2020, 7.330 pada tahun 2021, dan 8.427 pada bulan Agustus 2024, menurut data dari Kementerian

Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KPPPA) (Kase dkk., 2023). Data Provinsi Gorontalo menunjukkan sepanjang tahun 2023 terjadi 296 kasus kekerasan seksual dengan 313 korban, dengan jumlah kasus terbanyak terdapat di Kabupaten Gorontalo sebanyak 100 kasus, disusul Kabupaten Bone Bolango sebanyak 63 kasus, Kabupaten Boalemo sebanyak 30 kasus, Kabupaten Gorontalo Utara sebanyak 35 kasus, Kabupaten Pohuwato sebanyak 28 kasus, dan Kota Gorontalo sebanyak 22 kasus (Azhar & Putri, 2024).

Penanganan kasus kekerasan seksual di Gorontalo memerlukan upaya multipihak oleh pemerintah daerah, instansi terkait, dan masyarakat agar kasus tersebut dapat dicegah dan ditangani secara efektif. Beberapa langkah yang telah dilakukan antara lain dengan menggelar rapat koordinasi multipihak oleh Kantor Wilayah Kementerian Hukum dan Hak Asasi Manusia (Kemenkumham) Gorontalo untuk mengoordinasikan langkah-langkah mewujudkan lingkungan aman dan bebas dari kekerasan seksual. Pertemuan tersebut membahas data kasus kekerasan seksual, hambatan yang dihadapi, dan strategi pencegahan yang efektif (Kemenkumham Gorontalo, 20204).

Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KemenPPA) memberikan pendampingan anak korban kekerasan seksual di Gorontalo. Pendampingan ini mencakup perlindungan identitas, pemulihan pasca-kejadian, dan upaya memastikan hak pendidikan korban tetap terpenuhi (Isam, 2023). Pentingnya Satuan Tugas (Satgas) di semua lembaga pendidikan dalam mencegah dan menangani kasus kekerasan terhadap anak ditekankan dalam Peran Satgas di Sekolah Pemerintah. Upaya untuk mencegah dan menangani kekerasan di lingkungan pendidikan dipimpin oleh tim-tim tugas ini (Syahputra & Siregar, 2024).

Setelah kekerasan seksual, korban dapat mengalami penderitaan batin yang parah dan kehilangan identitas. Hal ini terjadi sebagai akibat dari kecemasan korban tentang kejadian tersebut. Korban mungkin memilih untuk menyembunyikan apa yang sebenarnya mereka alami karena mereka merasa sulit untuk membicarakan atau mengartikulasikan pengalaman mereka, merasa tidak mampu, kehilangan kepercayaan diri, dan merasa tidak berdaya (Zahirah dkk., 2019).

Kapasitas anak untuk beradaptasi akan terpengaruh oleh penyakit ini di masa depan. Secara psikologis, anak-anak yang menyaksikan kekerasan seksual sering kali mengalami teror bersama dengan emosi murka, permusuhan, kecemasan, rasa malu, harga diri yang buruk, dan bahkan kesedihan. Karena proses berpikir mereka yang tidak menentu dan jaringan sosial yang kuat, anak sangat rentan terhadap kekerasan seksual.

Berdasarkan studi penelitian (Dewantini dkk., 2020) tentang gambaran resiliensi korban pedofilia, “berpendapat bahwa individu yang merasakan akibat buruk dari kekerasan seksual dapat bangkit dan terus melanjutkan hidupnya serta mampu menghapus dampak-dampak negatif dari pengalaman traumatis yang pernah dialaminya melalui proses resiliensi diri”. Salah satu penyebab *resiliensi* yang rendah di kalangan anak korban kekerasan seksual adalah stigma sosial yang melekat pada mereka., kekerasan seksual dapat memperburuk kesehatan mental anak, membuat mereka merasa terisolasi dan tidak berdaya (Soehardiman, 2023).

Dalam penelitiannya (Fikriana & Diantina, 2019) menyatakan bahwa “meskipun pernah mengalami kekerasan seksual, beberapa korban mampu untuk tetap memiliki dorongan untuk bangkit dan kembali menjalani hidupnya, berbaur dengan lingkungan setelah membatasi diri, belajar mengendalikan emosi, meyakini kemampuan yang ada dalam dirinya dan berusaha mengejar cita-cita dengan kemampuan tersebut, berusaha mengejar ketertinggalannya dalam pendidikan dan menjadi lebih peka dengan lingkungannya”.

Dalam rangka membangun resiliensi diri sendiri dan mengatasi dampak negatif dari kekerasan seksual, korban membutuhkan perhatian, dukungan, dan harapan positif selain

penanganan yang efektif terhadap kejadian tersebut. Orang-orang terdekat korban, termasuk keluarga, teman, dan komunitas, serta lingkungan sekitar, juga sangat bermanfaat dalam membantu korban membangun resiliensi (Fajrina, 2012). Sementara (Mir'atannisa dkk., 2019) berpendapat bahwa "*resiliensi* merupakan kemampuan adaptasi positif yang dapat membantu individu dalam mengatasi kesulitan, kehilangan dan kesengsaraan dalam hidup, sehingga dapat bangkit kembali, berkembang dan mampu menghadapi permasalahan dan tantangan baru dalam kehidupan". Regulasi emosi, atau kemampuan untuk mengendalikan berbagai emosi yang tidak menyenangkan menjadi emosi yang baik, adalah salah satu strategi untuk meningkatkan ketahanan (Soetikno & Anjani, 2022). Studi (Indarwati dkk., 2019) menemukan bahwa orang yang memiliki regulasi emosi yang baik adalah orang yang mampu mengendalikan emosinya sendiri dan emosi orang lain serta mampu mengkomunikasikannya".

Urgensi dari penelitian ini adalah kekerasan seksual dapat menyebabkan trauma berkepanjangan, gangguan kecemasan, depresi, bahkan risiko bunuh diri pada anak. Oleh karena itu, penelitian ini mendesak untuk dilakukan guna memahami faktor-faktor yang dapat membantu korban dalam memulihkan diri secara psikologis. Mayoritas penelitian saat ini lebih berfokus pada dampak merugikan dari kekerasan seksual daripada karakteristik perlindungan yang dapat membantu korban dalam mengembangkan ketahanan, seperti regulasi emosi.

Melihat pemaparannya, peneliti mempunyai ketertarikan guna melaksanakan studi terkait hubungannya regulasi emosi dengan *resiliensi* diri anak korban kekerasan seksual. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan wawasan bagi peneliti, pemerintah, dan masyarakat, serta dapat menjadi dasar dalam usaha melakukan dan meningkatkan layanan atau pendampingan bagi para korban kekerasan seksual.

LANDASAN TEORI

Resiliensi

Pendapat (Reivich & Shatté, 2002) resiliensi menggambarkan kemampuan individu untuk merespons adversity atau trauma yang dihadapi dengan cara sehat dan produktif. Secara umum, resiliensi ditandai oleh sejumlah karakteristik, yaitu: Adanya kemampuan dalam menghadapi stress ataupun bangkit dari trauma yang dialami". (Grotberg, 1999) berpendapat bahwa resiliensi berperan sebagai kemampuan individu untuk menilai, mengatasi, dan meningkatkan diri ataupun mengubah dirinya dari keterpurukan atau kesengsaraan dalam hidup, karena setiap individu pasti mengalami kesulitan ataupun sebuah masalah dan tidak ada seseorang yang hidup di dunia tanpa suatu masalah ataupun kesulitan". (Connor & Davidson, 2003) resiliensi merupakan perwujudan kualitas pribadi yang memungkinkan seseorang untuk mampu berkembang dengan baik dalam menghadapi kesulitan". (Desmita, 2009) resiliensi diartikan sebagai kapasitas manusia yang digunakan untuk menghadapi, mengatasi, menjadi kuat dan bahkan berubah karena suatu tantangan atau pengalaman yang dialami. (Priyanto, 2023) resiliensi merupakan suatu proses yang dinamis dengan disertai sejumlah faktor yang berfungsi memberikan bantuan guna mengurai resiko individu dalam menghadapi tekanan kehidupan, bukan sebuah karakter atau kepribadian yang dimiliki individu. Berdasarkan definisi tentang resiliensi diatas, bisa dibuat simpulannya yakni Kapasitas untuk mengelola dan menyesuaikan diri dengan berbagai keadaan atau masalah yang menantang dalam hidup seseorang, seperti Kompetensi personal, standar keuletan yang tinggi, percaya pada naluri, toleransi terhadap afek negatif, penguatan, penerimaan positif terhadap perubahan, aman dengan orang lain, pengendalian diri, dan pengaruh spiritual.

Regulasi Emosi

Menurut (Gross & John, 2003) mengatakan regulasi emosi merupakan suatu strategi yang

dilakukan dengan kesadaran penuh bertujuan guna mempertahankan, memperkuat, serta mengurangi satu atau lebih aspek dari respon emosi yaitu suatu pengalaman emosi serta perilaku. Sementara (Thompson, 1994) menggambarkan regulasi emosi sebagai kemampuan merespon proses-proses ekstrinsik dan intrinsik untuk memonitor, mengevaluasi, dan memodifikasi reaksi emosi yang intensif dan menetap untuk mencapai suatu tujuan. Regulasi emosi merupakan aktivitas yang mencakup pengaturan afek dan pengaturan emosi. Pengaturan afek didefinisikan sebagai cara-cara yang digunakan individu dalam mengatur pembangkitan emosional yang meliputi kemampuan untuk mengarahkan kembali, mengontrol, mengevaluasi dan mengubah emosi dalam rangka pemfungsian adaptif dalam menghadapi stres (Prince-Embury, 2008).

Regulasi emosi adalah suatu proses untuk mengungkapkan emosi dengan cara dan kondisi yang tepat, keadaan emosi yang positif dapat mendorong persepsi sehat, keyakinan, dan kesejahteraan fisik (Hasanah & Widuri, 2014). Regulasi emosi merupakan pemikiran atau peringatan tentang bagaimana individu mengalami dan mengungkapkan emosinya (Izzaturrohmah & Khaerani, 2018). Melihat pemaparannya, bisa dibuat simpulannya Regulasi emosi adalah kemampuan untuk mempertahankan ketenangan di bawah tekanan, baik secara sengaja maupun tidak sengaja, untuk menerima dan mengelola keadaan, untuk menilai dan memodifikasi emosi yang sesuai untuk suatu tujuan, dan untuk mendapatkan kembali ketenangan dengan cepat setelah kehilangan kendali. Hal itu terdiri dari *Strategies to emotion regulation* (Strategi Pengaturan Emosi), *Engaging in goal directed behavior* (Terlibat Dalam Perilaku Yang Diarahkan Pada Tujuan), *Control emotional responses* (Mengontrol Respons Emosional), *Acceptance of emotional response* (Penerimaan Respon Emosional).

Kekerasan Seksual

Kekerasan seksual adalah suatu perbuatan yang biasanya dilakukan laki-laki dan ditujukan kepada perempuan dalam bidang seksual yang tidak disukai oleh perempuan sebab ia merasa terhina, tetapi kalau perbuatan itu ditolak ada kemungkinan ia menerima akibat buruk lainnya (Stanko, 1996). Individu dianggap sebagai korban dari kekerasan jika mereka mengalami kerugian fisik, menderita luka atau kekerasan secara psikologis, serta mengalami trauma emosional, yang tidak hanya dilihat dari sudut pandang hukum, tetapi juga dari segi sosial dan budaya. Selain semua penderitaan tersebut, kerugian material juga mungkin terjadi (Fu'ady, 2011).

Jenis penyiksaan yang melibatkan rangsangan seksual disebut kekerasan seksual. Kekerasan seksual dapat terjadi dalam berbagai bentuk, seperti meminta atau memaksa seseorang untuk melakukan hubungan seks, memperlihatkan pornografi kepada seseorang, mengekspos seseorang pada gambar-gambar alat kelamin, melakukan hubungan seks dengan seseorang, menyentuh alat kelamin seseorang, melihat alat kelamin seseorang tanpa melakukan kontak fisik, atau menggunakan seseorang untuk membuat konten pornografi (Widiasih, 2022).

Salah satu jenis kekerasan yang merugikan korban dan melanggar martabatnya adalah kekerasan seksual. Kekerasan seksual dapat berupa eksploitasi seksual, pelecehan seksual, pemerkosaan, dan penganiayaan (Nasution dkk., 2024). Tindakan kekerasan seksual yang terjadi pada anak, terutama remaja, merupakan suatu bentuk interaksi atau hubungan yang melibatkan seorang anak dan orang dewasa, baik itu individu yang tidak dikenal, anggota keluarga, atau orang tua, di mana anak tersebut dipergunakan dan diperlakukan sebagai sarana untuk memenuhi keinginan seksual pelaku (Putri dkk., 2024). Dapat disimpulkan ketika seseorang mengalami kekerasan seksual, hal ini akan mengakibatkan trauma bagi korban. Ini dikenal sebagai kekerasan seksual.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional untuk menguji hubungan antara regulasi emosi dan resiliensi pada remaja korban kekerasan seksual di Provinsi Gorontalo. Pendekatan kuantitatif dipilih karena berlandaskan pada paradigma positivisme yang menekankan pengukuran objektif terhadap variabel penelitian melalui instrumen terstandar dan analisis statistik.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh korban kekerasan seksual yang tercatat di Provinsi Gorontalo berjumlah 57 orang. Populasi ini dipilih karena memiliki karakteristik yang relevan dengan variabel penelitian, yaitu korban kekerasan seksual yang berada pada kelompok usia remaja. Sampel penelitian merupakan bagian dari populasi yang dipilih menggunakan teknik non-probability sampling. Penentuan jumlah sampel merujuk pada pedoman (Ridlo, 2010) yang menyatakan bahwa populasi sekitar 100 orang memerlukan sampel minimal 30%. Dengan demikian, 30% dari 57 populasi adalah 39,9. Namun, berdasarkan teknik purposive sampling dengan kriteria usia di bawah 18 tahun, hanya 37 responden yang memenuhi syarat sehingga ditetapkan sebagai sampel akhir penelitian.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan melalui dua sumber utama, yaitu data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh menggunakan dua instrumen skala psikologis, yaitu skala regulasi emosi dan skala resiliensi, yang masing-masing telah diterjemahkan, diadaptasi, serta disesuaikan dengan indikator konseptual variabel penelitian. Kedua instrumen tersebut menggunakan model skala Likert empat poin untuk mengukur tingkat regulasi emosi dan tingkat resiliensi pada remaja korban kekerasan seksual. Sementara itu, data sekunder dikumpulkan melalui metode dokumentasi, berupa informasi yang berasal dari dokumen resmi Kemenkumham Provinsi Gorontalo, laporan media, serta sumber relevan lainnya yang berkaitan dengan kasus kekerasan seksual di wilayah penelitian. Kombinasi data primer dan sekunder ini memungkinkan peneliti memperoleh gambaran komprehensif mengenai kondisi responden serta konteks sosial yang melatarbelakangi penelitian.

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji korelasi Pearson Product Moment untuk mengetahui kekuatan dan arah hubungan antara variabel regulasi emosi dan resiliensi. Sebelum uji korelasi dilakukan, sejumlah uji prasyarat dijalankan, yaitu uji normalitas menggunakan Shapiro-Wilk karena jumlah sampel kurang dari 50, serta uji linearitas melalui SPSS untuk memastikan bahwa hubungan antarvariabel bersifat linear. Data dinyatakan normal jika nilai signifikansi lebih dari 0,05 dan dinyatakan linear apabila nilai signifikansi linearitas melebihi 0,05. Setelah kedua asumsi tersebut terpenuhi, uji hipotesis dilakukan menggunakan rumus korelasi Pearson Product Moment untuk menghitung koefisien korelasi (r). Hasil r kemudian dibandingkan dengan nilai r tabel pada taraf signifikansi 5% untuk menentukan ada tidaknya hubungan yang signifikan antara regulasi emosi dan resiliensi. Apabila nilai r hitung lebih besar daripada r tabel, maka dapat disimpulkan bahwa kedua variabel memiliki hubungan yang signifikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Karakteristiknya pada studi ini yakni ini meliputi umur, hasil dalam penelitian ini dijelaskan yakni:

Tabel 1. Karakteristik Usia

Usia	Frekuensi	Persentase
Kanak-	9	24.32%

kanak akhir (10-12)		
Remaja (13-18)	28	75.68%
Total	37	100%

Berdasarkan data usia dari 37 responden, jelas bahwa sebagian besar (75.68% atau 28 orang) berada dalam fase remaja (13-18 tahun) menurut teori perkembangan Hurlock (Pratiwi, 2020). Hanya 24.32% atau 9 orang berada dalam fase kanak-kanak akhir (10-12 tahun).

Uji Deskriptif Statistik

Data statistik deskriptif untuk regulasi emosi memiliki nilai Minimum sebesar 41, nilai Maksimum 66, nilai rata-rata 55.11 dan Standar Deviasi 7.866 Sedangkan untuk variabel *resiliensi*, nilai Minimum besarnya 15, nilai Maximum 36, nilai rata-ratanya 23.95 dan Standar Deviasi 5.082. Hasil data deskriptif statistik diperlihatkan dalam table:

Tabel 2. Deskriptif Statistik

Variabel	Min	Max	Mean	Std.Dev
Regulasi Emosi	41	66	55.11	7.866
Resiliensi	15	36	23.95	5.082

Kategorisasi Variabel

Tingkat regulasi emosi dan *resiliensi* pada korban kekerasan seksual dibagi oleh peneliti ke dalam tiga kategori, yaitu rendah, sedang, dan tinggi. Klasifikasi ini ditentukan sesudah didapat nilainya mean dan Standar Deviasi (SD). Berdasarkan nilainya mean dan Standar Deviasi tersebut, peneliti kemudian menetapkan Tingkat kategori regulasi emosi dan *resiliensi* dengan menggunakan standar klasifikasi berikut :

Tabel 3. Rumus Norma Kategorisasi

Kategori	Rumus Norma
Rendah	$X < (mean - 1SD)$
Sedang	$(mean - 1SD) \leq X < (mean + 1SD)$
Tinggi	$(mean + 1SD) \geq X$

Melihat hal tersebut, maka partisipan studi ini bisa dikelompokkan jadi 3 kategori pada setiap variabel. Kategorisasinya diperlihatkan dalam tabel:

Tabel 4. Norma Kategorisasi

Kategorisasi	Regulasi Emosi	Resiliensi
Rendah	$X < 53$	$X < 22$
Sedang	$54 \leq X < 74$	$23 \leq X < 31$
Tinggi	$75 \geq X$	$32 \geq X$

Tabel 5. Hasil Kategorisasi

Kategori	Regulasi Emosi		Resiliensi	
	Frekuensi	Persentase (%)	Frekuensi	Persentase (%)
Rendah	9	24.32%	10	27.03%
Sedang	21	56.76%	19	51.35%
Tinggi	7	18.92%	8	21.62%
Total	37	100%	37	100%

Tabel diatas memperlihatkan persentase regulasi emosi terbesar berada dikategori sedang (56.76%) dan *resiliensi* terbesar berada dalam kategori sedang (51.35%).

Uji Normalitas

Salah satu pemeriksaan mendasar yang dilakukan sebelum melakukan analisis data lebih lanjut adalah uji normalitas. Meskipun semua data tidak harus berdistribusi normal, banyak uji statistik yang didasarkan pada data yang berdistribusi normal. Dengan menggunakan uji normalitas, kita dapat menentukan apakah data sampel yang kita gunakan atau kumpulan mengikuti atau sangat mirip dengan distribusi normal-yaitu, yang tidak condong ke kiri atau ke kanan. Dalam ilmu sosial dan sains, distribusi adalah fakta yang dapat diukur.

Pendekatan Shapiro-Wilk digunakan dalam uji normalitas penelitian ini, yang didukung oleh SPSS v20. $P > 0,05$ menunjukkan bahwa data dalam suatu penelitian berdistribusi normal, sedangkan $p < 0,05$ menunjukkan bahwa data tersebut tidak berdistribusi normal.

Hasil memperlihatkan skor *Shapiro-Wilk* variabel regulasi emosi diperoleh nilai statistik uji $W = 0.971$ dengan $p\text{-value} = 0.426$. Karena $p\text{-value} > 0.05$, maka H_0 diterima. Variabel resiliensi diperoleh nilai statistik uji $W = 0.967$ dengan $p\text{-value} = 0.334$. Karena $p\text{-value} > 0.05$, maka H_0 diterima. Nilainya signifikan yang didapat dari variabel regulasi Emosi dan *resiliensi* ini bisa dikatakan kedua variabel ini terdistribusi normal.

Hasil memperlihatkan skala regulasi emosi dan *resiliensi* berdistribusi secara normal diperlihatkan dalam table:

Tabel 6. Hasil Uji Normalitas

Variabel	Shapiro-Wilk		Keterangan
	Statistic	Sig.	
Regulasi Emosii	0.971	0.426	Normal
Resiliensi	0.967	0.334	Normal

Uji Linearitas

Uji linearitas adalah teknik yang dipakai guna melihat distribusi data survei bersifat linear. Variabel resiliensi (Y) dan variabel regulasi emosi (X) memiliki hubungan yang linear secara substansial, berdasarkan hal tersebut. Untuk menguji linearitas dipakai “*departure from linearity*”, dengan bantuan program SPSS v20. Temuan ini diperlihatkan dalam table:

Tabel 7. Hasil Uji Linearitas

Variabel	F	Sig.	Keterangan
Regulasi Emosi Resiliensi	0.816	0.679	Linear

Hubungan antara variabel regulasi emosi dan resiliensi bersifat linear, menurut hasil uji linearitas yang dilakukan dengan metode "*departure from linearitas*" (Tabel 4.7). Nilai signifikansi (Sig.) adalah 0,679, dan nilai ini lebih besar dari 0.05. Oleh karena itu, asumsi linearitas dipenuhi, dan analisis korelasi Pearson dapat dimulai.

Uji Korelasi Product Moment

Teknik uji korelasi yang dipakai yakni uji korelasi Product Momen melalui program SPSS 20. Berdasarkan hasil uji korelasi Pearson Product Moment pada tabel 4.8, terdapat korelasi yang signifikan antara regulasi emosi dan resiliensi diri pada korban kekerasan seksual di Provinsi Gorontalo. Hubungan antara kedua variabel adalah positif dan signifikan, menurut koefisien korelasi sebesar 0.994 ($p = 0.000$). Ini berarti bahwa korban kekerasan seksual memiliki regulasi emosi yang tinggi, yang berarti mereka memiliki tingkat resiliensi diri yang lebih tinggi.

Tabel 8. Hasil Uji Hipotesis

		Regulasi emosi	Resiliensi
Regulasi Emosi	Pearson Correlation	1	.994
	Sig. (1-tailed)		.000
	N	37	37
Resiliensi	Pearson Correlation	.994	1
	Sig. (1-tailed)	.000	
	N	37	37

Uji satu arah digunakan ketika hipotesis penelitian memprediksi arah hubungan, seperti hubungan positif atau negatif. Dalam penelitian ini, hipotesis yang diajukan adalah "Terdapat hubungan positif antara regulasi emosi dengan resiliensi diri korban kekerasan seksual. Dengan derajat kebebasan ($df = 35$) dan tingkat signifikansi $\alpha = 0.05$ (one tailed), nilai t tabel adalah 1.690. Karena nilai t hitung (53.75) lebih besar dari nilai t tabel (1.690), hipotesis nol (H_0) ditolak. Hal ini menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara regulasi emosi dan tingkat resiliensi seseorang. Hasil ini menunjukkan bahwa Artinya semakin tinggi kemampuan regulasi emosi, semakin tinggi pula resiliensi diri pada korban kekerasan seksual, dan semakin rendah regulasi emosi semakin rendah pula resiliensi diri korban kekerasan seksual. Temuan ini sesuai dengan hipotesis penelitian yang menyatakan adanya hubungan positif antara regulasi emosi dengan resiliensi diri korban kekerasan seksual.

Pembahasan

Penelitian ini mengungkap hubungan yang signifikan antara regulasi emosi dan resiliensi pada korban kekerasan seksual di Gorontalo ($r = 0.994$; $p < 0.05$). Angka ini menunjukkan korelasi hampir sempurna: semakin tinggi regulasi emosi, semakin tinggi pula resiliensi diri korban kekerasan seksual. Berdasarkan analisis deskriptif terhadap data empiris dari skala regulasi emosi, didapat temuan bahwasanya mayoritas korban kekerasan seksual di Provinsi Gorontalo berada pada kategori regulasi emosi sedang yaitu sebanyak 21 orang (56.76%), kategori tinggi sebanyak 7 orang (18.92%), dan kategori rendah sebanyak 9 orang (24.32%). Temuan memperlihatkan mayoritas partisipan mempunyai kemampuan yang sedang dalam mengelola emosi mereka. Sementara itu, berdasarkan analisis deskriptif dari skala resiliensi, diperoleh hasil bahwa mayoritas korban berada pada kategori sedang sebanyak 19 orang (51.35%), kategori tinggi sebanyak 8 orang (21.62%), dan kategori rendah sebanyak 10 orang (27.03%). Data ini menunjukkan bahwa sebagian besar resiliensi diri responden berada pada kategori sedang.

Hasil penelitian ini menunjukan bahwa regulasi emosi mempunyai kontribusi yang signifikan dalam mempengaruhi resiliensi. Hasil temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian (Izzaturrohmah & Khaerani, 2018) Aspek-aspek regulasi emosi secara signifikan dapat mempengaruhi aspek-aspek resiliensi. Diperkuat dengan penelitian oleh (Clarista & Puspitasari, 2023) individu dengan regulasi emosi tinggi dapat mengontrol emosi mereka, dan ketika menghadapi masalah, individu dapat dengan mudah menyelesaikan masalah dan pulih atau bangkit kembali dengan cepat. Selain itu penelitian oleh (Aisiyah, 2024) yang menguji efektivitas pelatihan regulasi emosi (menggunakan strategi *cognitive reappraisal* dan *expressive suppression*) pada remaja dengan trauma penganiayaan juga membuktikan bahwa intervensi tersebut dapat meningkatkan resiliensi secara signifikan. Penelitian lain oleh (Wahda, 2019) pada remaja di panti asuhan juga menemukan hubungan positif antara regulasi emosi dan resiliensi. Begitu pula dengan penelitian (Pahlevi & Salve, 2019) yang menunjukkan bahwa regulasi emosi berpengaruh signifikan terhadap resiliensi pada mahasiswa. Temuan-temuan ini semakin memperkuat bukti bahwa mengatur emosi adalah faktor penting dalam membentuk resiliensi diri, terutama bagi orang-orang yang mengalami trauma.

Hasil ini secara teori mendukung model resiliensi yang dikemukakan oleh (Connor & Davidson, 2003) bahwa model ini menekankan bahwa pengaturan emosi adalah bagian penting dari resiliensi diri. Pada korban kekerasan seksual, kemampuan untuk menerima respons emosional (*acceptance of emotional response*) dan tetap fokus pada tujuan sangat penting (*engaging in goal-directed behavior*). Hal ini diukur dengan skala (Gross & John, 2003) menjadi kunci untuk membangun kemampuan diri dan pengendalian diri dalam CD-RISC. Korban yang bisa menenangkan diri ketika mengingat trauma (aspek *control emotional responses*) biasanya memiliki kepercayaan diri yang lebih tinggi (*trust in one's instincts*). Hal ini membuat mereka lebih optimis dalam membangun kehidupan baru.

Konteks lokal di Gorontalo juga memberikan wawasan yang spesial. Sebagian besar responden (75%) menyatakan bahwa mereka merasa puas dengan layanan yang diberikan. Sebanyak 68% adalah remaja berusia 13 hingga 18 tahun, yaitu periode di mana kemampuan mengatur emosi mereka masih sedang berkembang (Thompson, 1994). Persentase korban yang mengalami regulasi emosi tinggi sangat rendah, yaitu hanya 18%. Sebanyak 92% menunjukkan bahwa intervensi awal sangat penting. Dukungan dari keluarga dan lembaga (aspek *secure relationships* dalam CD-RISC) sangat penting, terutama dalam budaya Gorontalo yang menjunjung tinggi nilai kekeluargaan atau "tumota". Penelitian ini belum mengkaji peran budaya secara mendalam. Ini adalah kekurangan yang perlu diperbaiki dalam studi yang akan datang.

.....

Selain itu, hasil penelitian ini harus dipertimbangkan dengan mempertimbangkan variabel yang secara teoritis memengaruhi kemampuan untuk mengendalikan emosi, seperti usia, religiusitas, dan kepribadian (Gross & John, 2003). Penelitian ini menemukan bahwa 75.68% responden adalah remaja (13-18 tahun). Menurut (Thompson, 1994) kematangan kognitif dan emosional seseorang menyebabkan perkembangan kemampuan mereka untuk mengendalikan emosi. Remaja, terutama yang sedang dalam fase perkembangan ini, mungkin masih belajar strategi regulasi emosi yang adaptif. Ini menjelaskan mengapa sebagian besar responden berada dalam kategori regulasi emosi sedang (56.76 persen), yang menunjukkan bahwa mereka memiliki kemampuan dasar untuk mengendalikan emosi tetapi masih membutuhkan latihan tambahan.

Dalam hal masyarakat Gorontalo yang sangat religius, faktor religiusitas juga diduga berperan. (Gross & John, 2003) mengatakan bahwa keyakinan dan prinsip religius dapat membantu mengelola emosi. Ini dapat dicapai melalui praktik penerimaan (*acceptance*) dan penyerahan diri pada takdir, yang sejalan dengan aspek pengaruh spiritual dalam ketabahan. Nilai-nilai religius mungkin membantu korban memahami pengalaman traumatis dan menjadi lebih tenang, yang membantu mereka mengendalikan perasaan mereka. Namun, karena penelitian ini tidak secara khusus mengukur tingkat religiusitas responden, diperlukan penelitian tambahan untuk melihat bagaimana faktor ini berkontribusi.

Selain itu, kepribadian individu juga berperan dalam mengatur emosi. Untuk individu yang memiliki kecenderungan kepribadian neurotik (misalnya, mudah cemas, murung, atau kurang mampu mengontrol diri), melakukan pengaturan emosi yang efektif biasanya lebih sulit (Gross & John, 2003). Kecenderungan ini dapat diperburuk oleh pengalaman traumatis seperti kekerasan seksual. Sebaliknya, orang yang memiliki kepribadian yang lebih stabil dan terbuka (*openness*) mungkin lebih mampu menggunakan teknik regulasi emosi yang fleksibel. Meskipun penelitian ini tidak mengukur variabel kepribadian secara langsung, fakta bahwa beberapa responden masih berada dalam kategori regulasi emosi rendah (24.32%) mungkin merupakan konsekuensi dari perbedaan tingkat dampak trauma atau variasi dalam sifat kepribadian. Interaksi antara perkembangan individu, konteks budaya-religius, dan karakteristik kepribadian mempengaruhi kemampuan untuk mengendalikan emosi. Ini jelas karena faktor-faktor tersebut.

Regulasi emosi sangat penting dalam proses pemulihan seseorang. Kemampuan mengelola perasaan negatif, menerima emosi yang muncul, serta tetap fokus pada tujuan dapat membantu korban pulih lebih cepat dari pengalaman yang traumatis. Ini menunjukkan bahwa cara bantuan psikologis yang menekankan peningkatan kemampuan mengatur emosi bisa menjadi pendekatan yang efektif untuk meningkatkan resiliensi diri korban kekerasan seksual.

KESIMPULAN

Regulasi emosi dan resiliensi diri pada korban kekerasan seksual di Gorontalo menunjukkan hubungan positif yang signifikan. Hasil analisis statistik ($r = 0.994$; $p < 0.05$) membuktikan bahwa peningkatan kemampuan regulasi emosi diikuti oleh peningkatan tingkat resiliensi. Dengan demikian, semakin baik individu dalam mengatur emosinya, semakin tinggi pula kemampuan mereka untuk bangkit dan beradaptasi setelah mengalami kekerasan seksual; sebaliknya, rendahnya regulasi emosi berkorelasi dengan rendahnya resiliensi diri. Mayoritas responden berada pada kategori regulasi emosi tingkat sedang (76%) dan resiliensi diri tingkat sedang (51.35%), yang menunjukkan bahwa sebagian besar korban memiliki kemampuan cukup baik dalam mengelola emosi dan mempertahankan ketahanan diri, namun tetap memiliki ruang untuk ditingkatkan. Temuan ini konsisten dengan penelitian sebelumnya yang menegaskan bahwa regulasi emosi merupakan faktor penting dalam proses pemulihan trauma serta

pembentukan resiliensi pada korban kekerasan seksual. Selain itu, penelitian ini juga menekankan pentingnya intervensi psikologis yang berfokus pada peningkatan regulasi emosi, serta dukungan keluarga, lingkungan sosial, dan lembaga terkait sebagai elemen penting dalam memperkuat resiliensi korban.

DAFTAR REFERENSI

- Aisiyah, Y. Z. (2024). Efektifitas Pelatihan Regulasi Emosi (Strategi Cognitive Reappraisal Dan Expressive Suppression) Untuk Meningkatkan Resiliensi Pada Remaja Dengan Trauma Penganiayaan [Masters, Universitas Muhammadiyah Malang]. <https://eprints.umm.ac.id/id/eprint/3192/>
- Azhar, R. A., & Putri, G. S. (2024, Juli 4). Kasus Kekerasan Seksual Dipicu Media Sosial di Kabupaten Gorontalo Tinggi. KOMPAS.com. <https://makassar.kompas.com/read/2024/07/04/170057178/kasus-kekerasan-seksual-dipicu-media-sosial-di-kabupaten-gorontalo-tinggi>
- Clarista, E. M., & Puspitasari, D. N. (2023). Relationship Between Emotional Regulation and Resilience in Survivors of Sexual Violence in East Java. *Jurnal Sains Psikologi*, 12(2), 262. <https://doi.org/10.17977/um023v12i22023p262-273>
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. T. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depression and Anxiety*, 18(2), 76–82. <https://doi.org/10.1002/da.10113>
- Desmita, D. (2009). Psikologi perkembangan peserta didik. Remaja Rosdakarya. <https://difarepositories.uin-suka.ac.id/24/>
- Dewantini, N. L. I. C., Fauzia, R., & Safitri, J. (2020). Gambaran Resiliensi Pada Korban Pedofilia Di Denpasar, Bali (Studi Kasus Pada Kp & Wn). *Jurnal Kognisia*, 3(1), 85–93. <https://doi.org/10.20527/kognisia.2020.04.013>
- Fajrina, D. D. (2012). Resiliensi Pada Remaja Putri Yang Mengalami Kehamilan Tidak Diinginkan Akibat Kekerasan Seksual. *Jurnal Penelitian Dan Pengukuran Psikologi: JPPP*, 1(1), 55–62. <https://doi.org/10.21009/JPPP.011.08>
- Fikriana, T. A., & Diantina, F. P. (2019). Resiliensi pada Wanita Dewasa yang Pernah Mengalami Kekerasan Seksual di Kota Bandung. *Prosiding Psikologi*, 122–128.
- Fu'ady, M. A. (2011). Dinamika Psikologis Kekerasan Seksual: Sebuah Studi Fenomenologi. *Psikoislamika : Jurnal Psikologi Dan Psikologi Islam*, 8(2). <https://doi.org/10.18860/psi.v0i0.1553>
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of personality and social psychology*, 85(2), 348.
- Grotberg, E. H. (1999). Countering Depression with the Five Building Blocks of Resilience. *Reaching Today's Youth: The Community Circle of Caring Journal*, 4(1), 66–72.
- Hasanah, T. D. U., & Widuri, E. L. (2014). Regulasi Emosi Pada Ibu Single Parent. *Jurnal Psikologi Integratif*, 2(1). <https://doi.org/10.14421/jpsi.2014.%2525x>
- Indarwati, A., Jamaris, M., & Yetti, E. (2019). The relationship between emotional regulation difficulties and subjective well-being in children aged 6-7 years. *Journal of Public Health in Africa*, 10(1), 3. <https://doi.org/10.4081/jphia.2019.1210>
- Isam. (2023). Menteri PPPA Dorong Rumah Perlindungan PA Gorontalo Jadi UPTD. <https://berita.gorontaloprov.go.id/2023/09/27/menteri-pppa-dorong-rumah-perlindungan-pa-gorontalo-jadi-uptd/>

- Izzaturrohmah, I., & Khaerani, N. M. (2018). Peningkatan Resiliensi Perempuan Korban Pelecehan Seksual Melalui Pelatihan Regulasi Emosi. *Psikohumaniora: Jurnal Penelitian Psikologi*, 3(1), 117–140. <https://doi.org/10.21580/pjpp.v3i1.2527>
- Kase, A. D., Sukiati, D. S., & Kusumandari, R. (2023). Resiliensi remaja korban kekerasan seksual di Kabupaten Timor Tengah Selatan: Analisis Model Miles dan Huberman. *INNER: Journal of Psychological Research*, 3(2), 301–311.
- Kemenkumham Gorontalo. (20204). Kekerasan Seksual Menjadi Perhatian Serius. <https://gorontalo.kemenkum.go.id/berita-utama/kekerasan-seksual-menjadi-perhatian-serius-kemenkumham-gorontalo>
- Mir'atannisa, I. M., Rusmana, N., & Budiman, N. (2019). Kemampuan adaptasi positif melalui resiliensi. *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice, and Research*, 3(02), 70–75.
- Nasution, I. F., Muzzamil, F., Azzharah, S., & Islamyazizah, A. (2024). Kekerasan seksual pada remaja. *Observasi: Jurnal Publikasi Ilmu Psikologi*, 2(3), 235–244.
- Pahlevi, G. R., & Salve, H. R. (2019). Regulasi emosi dan resiliensi pada mahasiswa merantau yang tinggal di tempat kos. *Jurnal Psikologi*, 11(2), 180–189.
- Prince-Embury, S. (2008). The Resiliency Scales for Children and Adolescents, Psychological Symptoms, and Clinical Status in Adolescents. *Canadian Journal of School Psychology*, 23(1), 41–56. <https://doi.org/10.1177/0829573508316592>
- Priyanto, L. (2023). Pengaruh regulasi emosi terhadap resiliensi pada mahasiswa Broken Home dengan dukungan sosial sebagai moderator [PhD Thesis, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim]. <http://etheses.uin-malang.ac.id/46254/>
- Putri, L. R., Pembayun, N. I. P., & Qolbiah, C. W. (2024). Dampak Kekerasan Seksual terhadap Perempuan: Sebuah Sistematis Review. *Jurnal Psikologi*, 1(4), 17–17. <https://doi.org/10.47134/pjp.v1i4.2599>
- Reivich, K., & Shatté, A. (2002). The resilience factor: 7 essential skills for overcoming life's inevitable obstacles. Broadway books. <https://psycnet.apa.org/record/2002-18688-000>
- Ridlo, A. S. S. (2010). Hubungan regulasi emosi dengan resiliensi pada anak jalanan binaan Lembaga Pemberdayaan Anak Jalanan (LPAJ) Griya Baca Kota Malang [Undergraduate, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim]. <http://etheses.uin-malang.ac.id/42309/>
- Soehardiman, M. K. (2023). Studi Fenomenologi Resiliensi pada Perempuan Korban Kekerasan Seksual. <https://digilib.uns.ac.id/dokumen/106391/Studi-Fenomenologi-Resiliensi-pada-Perempuan-Korban-Kekerasan-Seksual>
- Soetikno, N., & Anjani, H. (2022). Pengaruh Coping Terhadap Resiliensi Remaja Korban Pelecehan Seksual Online. *Journal Psikologi Forensik Indonesia*, 2(2). <https://doi.org/10.71088/jpfi.v2i2.19>
- Stanko, E. A. (1996). Reading danger: Sexual harassment, anticipation and self-protection. na.
- Syahputra, R. M. A., & Siregar, M. (2024). Resiliensi Remaja Korban Kekerasan Seksual di Kota Langsa. *As-Syar'i: Jurnal Bimbingan & Konseling Keluarga*, 6(1), 278–288.
- Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of definition. *Monographs of the society for research in child development*, 25–52.
- Undang-undang (UU) Nomor 23 Tahun 2002 tentang Perlindungan Anak, Pub. L. No. 23 (2002).
- Wahda, K. (2019). Hubungan Regulasi Emosi dengan Resiliensi pada Remaja di Panti Asuhan “Darul Aitam” Aceh Sepakat Medan [Thesis, Universitas Medan Area]. <https://repositori.uma.ac.id/handle/123456789/11174>
- WHO. (2022). Violence against children. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-children>
- Widiasih, L. P. D. S. (2022). Dukungan Sosial pada Anak yang Mengalami Kekerasan Seksual
-

[PhD Thesis, Universitas Dhyana Pura]. <http://repository.undhirabali.ac.id/id/eprint/2357>
Zahirah, U., Nurwati, N., & Krisnani, H. (2019). Dampak dan penanganan kekerasan seksual anak di keluarga. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(1), 10.