



**BRPKM**

Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental

<http://e-journal.unair.ac.id/BRPKM>

e-ISSN: 2776-1851



ARTIKEL PENELITIAN

## Regulasi Emosi Orang Tua yang Memiliki Anak Korban Kekerasan Seksual

GARDENIA LUTHFIA & IKA YUNIAR CAHYANTI\*

Departemen Psikologi Pendidikan & Perkembangan, Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

### ABSTRAK

Kasus kekerasan seksual tidak hanya memberikan dampak kepada korban kekerasan seksual tetapi akan memberikan dampak juga kepada orang tua dari korban tersebut. Dukungan dari orang tua memiliki peran penting terhadap kondisi korban. Maka dari itu kemampuan regulasi emosi orang tua yang memiliki anak korban kekerasan seksual dirasa penting. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui regulasi emosi orang tua yang memiliki anak korban kekerasan seksual. Peneliti ingin mengetahui lebih dalam bagaimana regulasi emosi orang tua yang mendampingi anak korban kekerasan seksual. Peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus instrumental. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa orang tua dari korban kekerasan seksual mampu meregulasi emosinya dengan baik. Kemampuan tersebut dibantu oleh faktor religiusitas dan peran keluarga.

**Kata kunci:** *korban kekerasan seksual, orang tua, regulasi emosi*

### ABSTRACT

Cases of sexual violence will not only have an impact on victims of sexual violence but will also have an impact on the parents of the victim. Support from parents has an important role in the victim's condition. Therefore, the ability to regulate the emotions of parents who have children who are victims of sexual violence is considered important. This study aims to determine the emotional regulation of parents who have children who are victims of sexual violence. Researchers want to know more deeply how the emotional regulation of parents who accompany children who are victims of sexual violence. The researcher uses qualitative research methods with an instrumental case study approach. The results of this study indicate that parents of victims of sexual violence are able to regulate their emotions well. This ability is assisted by factors of religiosity and the role of the family.

**Keywords:** *emotion regulation, parents, victims of sexual violence*

Buletin Penelitian Psikologi dan Kesehatan Mental (BRPKM), 2022, Vol. 2(1), 555-563

\*Alamat korespondensi: Fakultas Psikologi Universitas Airlangga, Kampus B Universitas Airlangga Jalan Airlangga 4-6 Surabaya 60286. Surel: [ika.yuniar@psikologi.unair.ac.id](mailto:ika.yuniar@psikologi.unair.ac.id)



Naskah ini merupakan naskah dengan akses terbuka dibawah ketentuan the Creative Common Attribution License (CC-BY-4.0) (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>), sehingga penggunaan, distribusi, reproduksi dalam media apapun atas artikel ini tidak dibatasi, selama sumber aslinya disitir dengan baik.

## PENDAHULUAN

Kekerasan seksual menjadi suatu topik yang hangat diperbincangkan akhir-akhir ini. Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KPPPA) mencatat bahwa sudah terjadi 25.210 kasus kekerasan sepanjang tahun 2021 (KEMENPPPA, 2022). Kekerasan seksual sendiri bisa berupa ucapan tidak senonoh yang berkaitan dengan seks, menyentuh bagian-bagian tubuh secara seksual diluar keinginan korban, hingga memaksa melakukan hubungan seksual disertai janji-janji atau paksaan (Guamarawati, 2009). Perempuan memiliki persentase lebih banyak dibandingkan laki-laki, terbukti dari 25.210 kasus kekerasan ini, tercatat 21.753 kasus terjadi pada perempuan dan jenis kasus kekerasan tertinggi adalah kekerasan seksual. Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KPPPA) juga menyebutkan dalam data korban berdasarkan usia, rentang usia 13-17 tahun menjadi peringkat tertinggi dengan 9.076 kasus kekerasan (KEMENPPPA, 2022).

Remaja merupakan sebuah kata yang memiliki banyak makna. Masa remaja sendiri merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang dialami setiap orang. Masa remaja ini merupakan masa untuk pencarian identitas. Masa remaja juga terlihat sebagai masa yang tidak realistis, remaja akan melihat dirinya dan orang lain seperti yang diinginkannya bukan sebagaimana adanya. Pada masa remaja juga akan terjadi perkembangan fisik dan mental yang begitu cepat, perkembangan tersebut menimbulkan adanya keperluan dalam penyesuaian mental serta aspek lainnya (Putro, 2017).

Perubahan yang cepat secara fisik juga ternyata diikuti dengan kematangan seksual pada remaja. Perubahan pada masa remaja juga terjadi dengan hubungannya dengan orang lain, masa dimana ia sudah tidak lagi bermain dengan teman yang memiliki jenis kelamin yang sama, tetapi dengan lawan jenis dan juga dengan orang yang lebih dewasa. Pada masa ini, rasa ingin tahu seksual dan coba-coba juga dirasakan remaja. Sebenarnya rasa tersebut merupakan suatu yang hal yang normal untuk dirasakan saat perkembangan masa remaja. Rasa ingin tahu tersebut juga menimbulkan perilaku seksual (Putro, 2017). Namun, ketika rasa ingin tahu tersebut tidak dapat diatasi dengan baik dan disertai pendampingan orang sekitar yang sudah lebih dewasa dengan maksimal akan menimbulkan hal-hal yang tidak seharusnya. Terlebih lagi dengan remaja yang lebih mudah terpengaruh oleh teman-temannya dibandingkan ketika ia masih kanak-kanak. Hal tersebut juga menyebabkan mulai melemahnya pengaruh orang tua terhadap remaja tersebut. Pada saat ini, tugas orang tua akan semakin berat. Karena rasa ingin tahu tersebut, banyak remaja yang menjadi korban dan pelaku kekerasan seksual (Putro, 2017).

Kasus kekerasan seksual sendiri sebenarnya seperti fenomena gunung es. Terkadang masih banyak korban yang enggan untuk melaporkan kasusnya (Noviana, 2015). Hal tersebut dapat dikarenakan korban memiliki ketakutan karena ancaman, korban yang tidak berani karena adanya kemungkinan mendapatkan cemooh dari orang sekitar, dan masih banyak yang lainnya. Salah satu faktor yang membuat para korban akhirnya memberanikan diri untuk melaporkan kasusnya adalah karena ada yang mengawali. Nama-nama korban mulai bermunculan di publik dan ternyata mendapatkan respon yang baik oleh sekitar. Meskipun tidak semua respon sesuai dengan yang diharapkan, tetapi hal tersebut tetap mampu menjadikan korban lainnya juga melaporkan apa yang dialaminya. Tidak semua korban melaporkan apa yang dialaminya secara mandiri. Pada kasus-kasus tertentu justru wali korban yang melaporkan kasus kekerasan seksual tersebut.

Sampai titik ini orang tua memegang peran penting dalam penanganan kasus yang dialami oleh anaknya. Orang tua ialah orang yang mempunyai amanat dari Allah untuk mendidik anak dengan penuh tanggung jawab serta kasih sayang (Ruli, 2020). Orang tua juga memiliki peran penting bagi perkembangan anaknya, orang tua memiliki tanggung jawab untuk mendidik, mengasuh, dan

membimbing anaknya untuk mencapai tahapan tertentu sehingga pada akhirnya sang anak siap dalam kehidupan bermasyarakat (Fitriyani, 2015). Orang tua juga merupakan pusat kehidupan rohani anak, maka setiap reaksi emosi anak dan pemikirannya pada kemudian hari adalah hasil dari ajaran dari orang tuanya tersebut (Wahib, 2015). Orang tua menjadikan setiap sikap anak bahan tinjauannya dan semua aktivitas anak mulai dari perilaku dan bahasa tidak terlepas dari perhatian serta binaan dari orang tua (Anisah, 2011).

Orang tua memiliki kewajiban untuk memelihara, membesarkan, merawat, menyantuni, dan mendidik anak dengan penuh tanggung jawab serta kasih sayang (Anisah, 2011). Mengingat kewajiban dan tanggung jawab orang tua yang cukup besar terhadap anaknya. Maka dari itu terkait dengan kasus yang sedang menimpa anaknya, orang tua harus mampu mendampingi anaknya dalam menghadapi kasus seperti ini. Sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Luci Pfeiffer dan Edila Pizzato Salvagni (2005), ketika sang anak menjadi korban kekerasan seksual, biasanya anak akan merasakan luka psikologis. Anak akan merasakan kesedihan yang berlebih, ketakutan yang berlebih terhadap orang dewasa yang memiliki jenis kelamin yang sama dengan pelaku, perilaku melarikan diri, perilaku seksual yang tidak sesuai usianya, dan harga diri yang rendah (Pfeiffer & Salvagni, 2005). Hal yang sama juga dikemukakan dalam penelitian lain, dalam penelitian tersebut disebutkan bahwa mereka yang menjadi korban kekerasan seksual lebih mungkin mengalami berbagai masalah emosional, termasuk gangguan stres pascatrauma, depresi, kecemasan, tingkat kemarahan dan agresi yang tinggi (Luster & Small, 1997).

Pada penelitian tersebut juga disimpulkan bahwa korban kekerasan seksual akan menggunakan berbagai metode untuk mengatasi rasa sakit yang terkait dengan pengalaman ini (Briere & Elliott, 1994). Terdapat banyak aktivitas yang dapat digunakan untuk mengatasi rasa sakit yang korban alami, tetapi aktivitas tersebut cenderung merusak diri sendiri atau malah menyebabkan masalah lebih lanjut atau bahkan keduanya (Luster & Small, 1997). Terlepas dari dampak yang terjadi pada korban, perlu diingat juga bahwa orang tua mengalami dampak yang hampir serupa dengan sang anak. Ketika orang tua harus terlihat kuat dalam mendampingi anaknya saat penyelesaian kasus kekerasan seksual ini, orang tua sebenarnya juga merasakan kemarahan, ketidakberdayaan, kerentanan, rasa bersalah, menyalahkan diri sendiri, panik, *shock*, penolakan, malu, keinginan untuk kerahasiaan, dan takut untuk anak (Manion et al., 1996). Sedangkan, hasil penelitian (Luster & Small, 1997) juga menunjukkan bahwa konteks keluarga menjadi sangat penting. Dukungan dari orang tua yang tinggi memiliki hubungan yang positif dengan hasil yang lebih baik pada perempuan yang menjadi korban kekerasan seksual.

Pertimbangan dukungan yang dilakukan orang tua atau wali menjadi lebih penting karena hal tersebut berkaitan erat dengan hasil dari korban kekerasan seksual. Sejumlah penelitian telah menyimpulkan bahwa anak-anak dengan orang tua atau wali yang lebih suportif memiliki hasil yang lebih optimal (Briere & Elliott, 1994; Kendall-Tackett, Williams, & Finkelhor, 1993 dalam (Luster & Small, 1997)).

Kesejahteraan psikologis dari orang tua menjadi hal yang tidak kalah penting dalam proses penanganan kasus kekerasan seksual ini. Salah satu hal yang memiliki pengaruh terhadap kesejahteraan psikologis adalah regulasi emosi. Hal tersebut karena kemampuan pengelolaan emosi akan menentukan perasaan kesejahteraan seseorang (Arjanggi & Fauziah, 2021). Kemampuan regulasi emosi orang tua sangat dibutuhkan, hal tersebut diperkuat dengan Neven, Rathus, & Greene (2005 dalam (Rif'ati & Suryanto, 2018) yang mengatakan bahwa seseorang yang memiliki kemampuan dalam regulasi emosi dan penyesuaian diri maka setidaknya akan terhindar dari masalah-masalah psikologis. Thomson berpendapat bahwa regulasi emosi dapat dipandang sebagai proses awal dari kemampuan merasakan, mendalami, memelihara, dan mengelola emosi untuk mencapai tujuan dengan lebih mudah dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial (Zimmerman & Thomson, 2014 dalam (Rif'ati & Suryanto,

2018). Regulasi emosi juga merupakan salah satu jenis *coping* yang dapat dilakukan dalam mengatasi permasalahan. Saat orang tua mampu dalam mengelola emosi maka akan membantu dalam mengatasi permasalahan anak (Rif'ati & Suryanto, 2018).

Berdasarkan hal-hal yang telah dijelaskan sebelumnya membuat regulasi orang tua yang memiliki anak korban kekerasan seksual menarik untuk diteliti. Sesuai dengan tujuan dari penelitian ini yang mana adalah untuk mengetahui lebih dalam bagaimana regulasi emosi orang tua yang memiliki anak korban kekerasan seksual.

## METODE

### *Desain Penelitian*

Metode penelitian yang digunakan untuk penelitian ini adalah metode penelitian kualitatif. Menurut Basrowi & Suwandi (2008, dalam Nugrahani, 2014) melalui penelitian kualitatif peneliti juga dapat mengenali subjek, merasakan apa yang dialami subjek dalam kehidupan sehari-harinya. Hal tersebut sesuai dengan tujuan peneliti yang akan meneliti bagaimana regulasi emosi orang tua yang memiliki anak korban kekerasan seksual. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi kasus instrumental. Menurut Craswell, studi kasus instrumental memiliki keunikan. Keunikan studi kasus instrumental adalah dapat menjadi suatu isu dengan menggunakan kasus sebagai instrumen untuk menggambarkan isu tersebut (Kusmarni, 1989).

### *Partisipan*

Penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* dalam memilih partisipan dengan kriteria memiliki anak berusia 13-17 tahun dan anak tersebut menjadi korban kekerasan seksual. Seluruh partisipan dan *significant order* dalam penelitian ini telah menyetujui dan menandatangani *informed consent* yang peneliti berikan. Pada penelitian ini terdapat dua partisipan. Partisipan 1 adalah ES, ES merupakan seorang ibu 2 anak. Anak pertamanya mengalami kekerasan seksual sebanyak 2 kali. Lalu, partisipan 2 adalah DLA, DLA merupakan ibu yang berumur 52 tahun. Anak perempuannya yang berumur 17 tahun menjadi korban kekerasan seksual oleh orang yang baru dikenalnya.

### *Strategi Pengumpulan Data*

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan teknik penggalan data wawancara. Wawancara digunakan dengan tujuan untuk mendapatkan informasi yang berhubungan dengan fakta, kepercayaan, perasaan, keinginan, dan lain sebagainya yang diperlukan untuk memenuhi tujuan penelitian (Rosaliza, 2015). Terdapat beberapa jenis wawancara. Namun, pada penelitian ini, peneliti menggunakan wawancara semi terstruktur. Peneliti akan mempersiapkan daftar pertanyaan yang dibuat berdasarkan teori regulasi emosi dengan subjek orang tua yang memiliki anak korban kekerasan seksual. Daftar pertanyaan ini yang akan menjadi pedoman wawancara peneliti. Lalu, peneliti akan mengembangkan pertanyaan lain di luar pedoman yang sudah dibuat berdasarkan keterangan yang disampaikan oleh subjek dengan tujuan agar peneliti mendapatkan data secara lebih rinci dan menyeluruh mengenai topik penelitian.

### *Analisis Data*

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan teknik analisis tematik dengan pendekatan *theory driven*. Peneliti menggunakan *theory driven* karena pada dasarnya penulis memulai dari teori yang sudah ada lalu dikembangkan dengan kode secara konsisten. Analisis ini merupakan proses pencarian serta

penentuan tema yang didasarkan pada teori (*theory-based*) yang sebelumnya sudah ditentukan oleh peneliti. Setelah menentukan teori, peneliti melanjutkan penelitian dengan mengambil data dari partisipan menggunakan teknik wawancara. Data yang didapatkan kemudian dibuatkan verbatim, lalu dikoding dan dikategorikan dalam tema-tema tertentu sesuai dengan manual koding yang telah ditentukan dari kajian pustaka.

## HASIL PENELITIAN

### Subjek 1

Subjek ES merupakan seorang ibu dari 2 orang anak. Anak pertama ES yang bisa sebut dengan NM merupakan seorang perempuan yang masih berumur 15 tahun dan duduk di bangku kelas 9 SMP. NM adalah seorang korban kekerasan seksual. ES mengetahui terkait kasus kekerasan seksual yang menimpa NM dari adik ES yang melihat video tidak senonoh NM tersebar di *Facebook*. Saat mengetahui hal tersebut ES merasakan emosi sedih, marah, dan jijik. Emosi sedih ES tunjukkan ketika pertama kali ES mengetahui kejadian yang menimpa NM. ES juga mengakui bahwa terdapat emosi marah yang dirasakannya ketika mengetahui hal tersebut terjadi kepada NM. Marah yang dirasakan subjek lebih tertuju kepada pelaku. Selain kedua emosi tersebut, ES juga merasakan emosi jijik terhadap NM ketika ES melihatnya. Meskipun terdapat berbagai macam emosi yang dirasakan ES, tetapi ES mengetahui cara mengatur emosinya. ES mencoba untuk bersabar dalam menghadapi kasus kekerasan seksual ini. Usaha sabar yang dilakukan ES mengartikan bahwa ES berusaha mengurangi emosi negatif yang dirasakannya. ES juga menunjukkan kesabaran tersebut di depan NM, meskipun NM masih merasa bahwa ES sering juga menunjukkan emosi marahnya kepada NM.

ES juga mampu menyadari emosi yang dirasakannya. Kesadaran akan emosi itu lalu dilanjutkan dengan upaya ES dalam mengontrol emosinya supaya tidak diluapkan pada situasi dan kondisi yang kurang tepat. Kasus kekerasan seksual ini sendiri sebenarnya juga menjadi situasi yang menekan bagi ES dan keluarga. Tetapi situasi menekan tersebut dapat teratasi oleh ES dengan melakukan proses regulasi emosi. ES melakukan pemilihan situasi dengan berbagi cerita dan berdiskusi untuk menentukan langkah terbaik dengan keluarga terkait kasus kekerasan seksual yang dialami NM. Lalu, pada proses modifikasi situasi, ES dibantu oleh peran keluarga. Keluarga ES membantu dalam hal memahami ES dan mengurangi emosi yang dirasakan ES. Proses penyebaran perhatian juga dilakukan oleh ES. ES melakukan proses penyebaran perhatian dengan melakukan upaya distraksi supaya ES bisa melupakan sejenak kasus kekerasan seksual tersebut. Upaya lain adalah ES yang menanggapi pengalihan perhatian dari keluarganya. ES juga melakukan proses perubahan kognitif dengan cara penilaian ulang. Upaya penilaian ulang yang dilakukan ES adalah dengan mengambil makna positif. Makna positif yang diambil adalah dengan menjadikan kasus tersebut sebagai pelajaran hidup dan dengan berpikiran bahwa ES lebih beruntung karena NM tidak sampai hamil. Lalu, untuk proses modulasi respon ES melakukan upaya pengaturan ekspresi emosi dengan tidak menunjukkan ekspresi emosinya di depan NM. Setelah proses regulasi emosi tersebut dilakukan oleh ES. ES merasakan bahwa keadaan menjadi membaik.

### Subjek 2

Subjek DLA merupakan ibu rumah tangga yang memiliki 5 orang anak. Anak nomor 4 DLA merupakan siswi kelas 12 SMA yang berinisial JSS. JSS merupakan korban kekerasan seksual. JSS menjadi korban kekerasan seksual oleh orang yang baru dikenalnya sekitar satu minggu melalui *dating app*. Saat mengetahui anaknya menjadi korban kekerasan seksual, DLA merasakan emosi sedih dan takut. Sedih yang dirasakan oleh DLA diluapkan dengan tangisan. DLA juga merasakan emosi takut, takut yang

dirasakan DLA lebih berfokus kepada keselamatan sang anak setelah kejadian kekerasan seksual ini. Berbagai emosi yang dirasakan DLA berhasil diatur olehnya. DLA mengatur emosi tersebut dengan mengurangi pemikiran terkait kasus tersebut. Hal tersebut dilakukan karena jika DLA terlalu memikirkan kasus kekerasan seksual yang menimpa anaknya itu, DLA akan mudah jatuh sakit.

Kesadaran terhadap kemunculan emosi pun dimiliki oleh DLA. Meskipun tidak setiap waktu DLA mampu menyadarinya. Kesadaran akan kemunculan emosi yang dirasakan DLA dilanjutkan dengan pengontrolan emosi. DLA akan melihat situasi dan kondisi ketikan akan meluapkan emosi yang dirasakannya. Kasus kekerasan seksual ini menjadi situasi yang menekan untuk DLA. Situasi menekan tersebut mampu DLA atasi dengan menerapkan proses regulasi emosi. Pemilihan situasi yang dilakukan oleh DLA adalah dengan berbagi cerita dan melakukan diskusi dengan beberapa keluarganya saja. Lalu, proses modifikasi situasi dilakukan DLA dengan bantuan oleh keluarganya. Keluarga DLA membantu memahami apa yang dirasakan oleh DLA dan keluarga juga membantu mengurangi emosi yang dirasakan oleh DLA. Penyebaran perhatian tersebut dilakukan dengan upaya mendistraksi pikirannya dari kasus kekerasan seksual yang menimpa anaknya. Distraksi yang dilakukan adalah dengan berjalan-jalan dan berada di keramaian. DLA juga menanggapi upaya pengalihan perhatian yang dilakukan oleh keluarganya. Selanjutnya adalah proses perubahan kognitif. DLA melakukan proses perubahan kognitif dengan cara penilaian ulang. DLA menjadikan kasus kekerasan seksual ini sebagai pelajaran hidup dan juga bersyukur karena kondisi JSS yang tidak sampai mengalami kejadian yang lebih parah, seperti hamil dan kehilangan nyawa. Proses terakhir adalah proses modulasi respon, proses ini dilakukan DLA dengan menutupi ekspresi emosi yang dirasakan oleh DLA. Setelah seluruh emosi yang dirasakannya dan seluruh upaya yang telah dilakukannya, DLA merasa bahwa keadaan lebih baik.

### DISKUSI

Penelitian ini melibatkan 2 ibu kandung dari korban kekerasan seksual. Kedua subjek tersebut adalah ES dan DLA. Terdapat perbedaan dalam pelaku korban kekerasan seksual. Anak dari subjek ES atau NM menjadi korban dari pacarnya sendiri. Sedangkan, anak dari DLA atau JSS menjadi korban dari orang yang baru dikenalnya selama satu minggu. Kedua korban sama-sama tidak langsung memberitahukan kepada orang tuanya bahwa dirinya menjadi korban kekerasan seksual. Hal tersebut karena korban takut. Setelah mengetahui kasus kekerasan seksual tersebut kedua subjek sama-sama merasakan emosi sedih. Kedua subjek langsung merasakan emosi sedih ketika mengetahui anaknya menjadi korban kekerasan seksual. Tidak hanya emosi sedih yang dirasakan subjek, terdapat emosi lainnya. Namun, antara ES dan DLA mengalami perbedaan emosi yang dirasakan. Selain merasakan emosi sedih, ES merasakan emosi marah dan jijik. Sedangkan DLA merasakan emosi takut. Berdasarkan dari penelitian perbedaan dari emosi, khususnya emosi marah, yang dirasakan oleh kedua subjek juga dipengaruhi oleh faktor pelaku.

Pada emosi marah, ES yang mengetahui bagaimana wujud pelaku merasakan emosi tersebut terlebih jika bersinggungan dengan pelaku, tetapi DLA tidak merasakan emosi tersebut, hal tersebut karena DLA tidak mengetahui bagaimana wujud pelaku yang telah melakukan tindakan kekerasan seksual terhadap anaknya. Meskipun emosi tersebut sering datang menghampiri subjek, subjek tetap berusaha untuk mengatur emosi tersebut. Menurut (Gross, 2007) terdapat 3 aspek regulasi emosi, yaitu mampu mengatur emosi negatif atau positif, mampu menyadari emosi, dan mampu menguasai tekanan akibat dari masalah yang dihadapi. Kedua subjek sudah memenuhi 3 aspek regulasi emosi tersebut dengan baik.

Regulasi emosi yang baik dimulai dari adanya kesadaran terhadap emosi yang dirasakan kemudian adanya kontrol emosi (Saputri & Sugiariyanti, 2016). Kesadaran terhadap kemunculan emosi dapat membantu individu untuk mengontrol emosi yang dirasakannya. Kedua subjek sama-sama meluapkan emosi yang disadari melalui tangisan. Perbedaan terlihat pada waktu. ES biasa untuk meluapkan saat malam hari ketika ES akan tertidur karena saat-saat itu ES pasti mengingat kejadian yang menimpa anaknya. Namun, DLA biasa meluapkan saat sedang berdoa kepada Allah SWT. Setelah mampu menyadarinya, subjek melakukan upaya untuk mengontrol emosi. Kedua subjek mengakui jika memang ES dan DLA sudah mampu untuk mengontrol emosinya masing-masing. Kedua subjek mampu melihat situasi dan kondisi sebelum meluapkan emosinya. Namun, upaya yang dilakukan oleh kedua subjek cukup berbeda. ES mengontrol emosinya dengan mencoba berpikiran positif terkait kasus kekerasan seksual itu. Pikiran positif tersebut adalah dengan menganggap bahwa kasus kekerasan seksual ini merupakan cobaan hidup dari Allah SWT untuk keluarganya. Berbeda dengan DLA yang mencoba mengontrol emosinya dengan mencoba menahan emosi yang dirasakannya hingga DLA mempunyai waktu sendiri.

Kasus kekerasan seksual yang menimpa anak dari ES dan DLA pastinya menyebabkan situasi yang menekan. Regulasi emosi sendiri mampu menjadi strategi koping bagi individu yang dihadapkan pada situasi yang menekan. Terdapat proses regulasi emosi menurut (Gross, 2007), yaitu pemilihan situasi, modifikasi situasi, penyebaran perhatian, perubahan kognitif, dan modulasi respon. Pada proses pemilihan situasi ini melibatkan pengambilan tindakan yang membuat kemungkinan besar bahwa kita akan berakhir dalam situasi yang kita harapkan akan menimbulkan emosi yang diinginkan (Gross, 2007). Keluarga menjadi sangat penting bagi kedua subjek. Hal itu karena tempat utama bagi kedua subjek untuk melakukan *sharing* terkait kasus yang menimpa anaknya tersebut adalah keluarga. Keluarga juga membantu berdiskusi dengan subjek untuk mencapai situasi yang terbaik bagi korban.

Pada proses modifikasi situasi peran keluarga juga sangat penting. Kedua subjek dibantu oleh keluarga untuk memodifikasi situasi lingkungan fisik eksternalnya. Keluarga membantu kedua subjek dengan memahami kondisi subjek dan keluarga juga membantu mengurangi emosi yang subjek rasakan. ES dibantu dengan hiburan dari anggota keluarganya dan DLA dibantu dengan mengajak DLA untuk berbincangan dengan topik lain. Kedua subjek juga telah melakukan proses penyebaran perhatian. ES sebenarnya tidak melakukan penarikan perhatian tetapi ES lebih untuk menguatkan hatinya jika ada orang lain yang membicarakan anaknya, berbeda dengan DLA yang melakukan penarikan perhatian dari motor yang digunakan oleh pelaku. DLA enggan untuk melihat motor yang memiliki kemiripan dengan motor pelaku. Lalu, untuk distraksi sendiri kedua subjek memiliki perbedaan kesenangan. ES melakukan distraksi dengan senam aerobik dan DLA melakukan distraksi dengan jalan-jalan supaya DLA menemukan keramaian. Lalu untuk pengalihan perhatian orang lain, kedua subjek menanggapi. ES yang menanggapi hiburan dari keluarga dan DLA yang menanggapi upaya obrolan terkait hal lain yang dilakukan oleh keluarganya.

Kedua subjek berhasil melakukan proses perubahan kognitif dengan melakukan penilaian ulang. Kedua subjek sama-sama melakukan penilaian ulang dengan mengambil makna positif dari kasus kekerasan seksual tersebut. Menurut subjek kasus kekerasan seksual ini sebaiknya dijadikan pelajaran hidup bagi keluarga. Selain itu, kedua subjek juga merasakan bersyukur karena anaknya yang menjadi korban kekerasan seksual tidak merasakan dampak yang lebih parah seperti sebagian korban kekerasan seksual yang lain. Pada tahap modulasi respon, kedua subjek mampu untuk mengatur ekspresi emosinya masing-masing yang ditunjukkan dengan kedua subjek yang menutupi ekspresi emosinya. Setelah melakukan berbagai upaya regulasi emosi, kedua subjek mengatakan bahwa keadaan menjadi lebih baik dan tenang dibandingkan ketika awal subjek mengetahui bahwa anaknya menjadi korban

kekerasan seksual. Korban merasa bahwa keadaan menjadi lebih baik saat ini. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sudah baiknya regulasi emosi orang tua yang memiliki anak korban kekerasan seksual. Hal ini ditunjukkan dengan kedua subjek yang menerapkan seluruh proses regulasi emosi. Dari penelitian ini juga dapat terlihat bahwa faktor keluarga dan religiusitas berperan besar terhadap regulasi emosi orang tua yang memiliki anak korban kekerasan seksual.

### **SIMPULAN**

Hasil penelitian ini menunjukkan kedua subjek memiliki gambaran emosi sedih ketika mengetahui bawah anaknya menjadi korban kekerasan seksual. Emosi sedih tersebut subjek luapkan lewat tangisan. Terdapat beberapa emosi lain yang dirasakan subjek seperti marah, takut, dan jijik. Subjek takut jika pelaku masih memiliki dendam kepada anaknya karena keluarga subjek telat melaporkan pelaku kepada pihak yang berwajib. Namun, meskipun subjek merasakan banyak emosi. Subjek menunjukkan regulasi emosi yang baik. Terdapat 3 aspek regulasi emosi menurut (Gross, 2007). Ketiga aspek regulasi emosi sudah berhasil subjek penuhi. Subjek sudah mengetahui cara mengatur emosi negatif yang dirasakannya. Ditunjukkan dengan subjek yang berusaha menggunakan aspek pengalaman dan perilaku emosi ketika emosi muncul. Subjek juga mampu menyadari emosi yang dirasakannya. Subjek secara tidak langsung menyadari kemunculan emosi dan setelah menyadarinya, subjek bisa mengontrol emosi tersebut. Subjek juga sudah bisa menguasai situasi yang menekannya. Situasi yang menekan ini subjek atasi dengan melakukan proses regulasi emosi. Proses tersebut adalah pemilihan situasi, modifikasi situasi, penyebaran perhatian, perubahan kognitif, dan modulasi respon. Pemilihan situasi ditunjukkan dengan subjek yang berbagi cerita dan berdiskusi bersama keluarga. Modifikasi situasi ditunjukkan dengan bantuan keluarga yang memahami dan membantu mengurangi emosi yang dirasakan subjek. Penyebaran perhatian dilakukan subjek dengan mencari distraksi dan menerima pengalihan perhatian dari orang lain. Perubahan kognitif juga dilakukan oleh subjek dengan menjadikan kejadian ini sebagai pelajaran hidup dan mensyukuri bahwa sang anak tidak sampai mengalami kehamilan. Modulasi respon ditunjukkan dengan kemampuan subjek mengatur ekspresi emosinya, subjek lebih memilih untuk menutupi ekspresi emosinya. Proses regulasi emosi ini secara tidak langsung membantu dalam pendampingan kasus kekerasan seksual yang dialami korban. Hal tersebut menunjukkan bahwa regulasi emosi kedua subjek sebagai orang tua sudah baik. Kebermanfaatan proses regulasi emosi ini sudah dirasakan oleh kedua subjek dan kedua korban. Suasana setelah subjek melakukan proses regulasi emosi menjadi lebih baik dan tenang. Hasil dari penelitian ini juga menunjukkan bahwa faktor religiusitas dan keluarga sangat membantu subjek dalam melakukan proses regulasi emosinya.

### **UCAPAN TERIMAKASIH**

Penulis mengucapkan terima kasih kepada partisipan dan seluruh pihak yang sudah bersedia membantu penulis dalam melakukan penelitian hingga akhir.

### **DEKLARASI POTENSI TERJADINYA KONFLIK KEPENTINGAN**

Gardenia Luthfia dan Ika Yuniar Cahyanti tidak bekerja, menjadi konsultan, memiliki saham, atau menerima dana dari perusahaan atau organisasi manapun yang mungkin akan mengambil untung dari diterbitkannya naskah ini.

## PUSTAKA ACUAN

- Anisah, A. S. (2011). Pola asuh orang tua dan implikasinya terhadap pembentukan karakter anak. *Jurnal Pendidikan Universitas Garut*, 70–84.
- Arjangga, R., & Fauziah, M. A. (2021). Kesejahteraan Psikologis Ditinjau dari Regulasi Emosi pada Ibu yang Mendampingi Anak Sekolah dari Rumah. *Jurnal Psikologi Integratif*, 62–75.
- Briere, J. N., & Elliott, D. M. (1994). Immediate and Long-Term Impacts of Child Sexual Abuse. *The Future of Children*, 4(2), 54. <https://doi.org/10.2307/1602523>
- Fitriyani, L. (2015). Peran pola asuh orang tua dalam mengembangkan kecerdasan emosi anak. *Lentera*, 93–110.
- Gross, J. J. (Ed.). (2007). *Handbook of emotion regulation*. Guilford Press.
- Guamarawati, N. A. (2009). Suatu Kajian Kriminologis mengenai Kekerasan Terhadap Perempuan dalam Relasi Pacaran Heteroseksual. *Jurnal Kriminologi Indonesia*, 43–55.
- KEMENPPPA. (2022, February 23). *SIMFONI-PPA*. <https://kekerasan.kemenpppa.go.id>
- Kusmarni, Y. (1989). STUDI KASUS (John W. Creswell) Oleh Yani Kusmarni. *UGM J. Edu UGM*, 1–12.
- Luster, T., & Small, S. A. (1997). Sexual Abuse History and Problems in Adolescence: Exploring the Effects of Moderating Variables. *Journal of Marriage and the Family*, 59(1), 131. <https://doi.org/10.2307/353667>
- Manion, I. G., McIntyre, J., Firestone, P., Ligezinska, M., Ensom, R., & Wells, G. (1996). Secondary traumatization in parents following the disclosure of extrafamilial child sexual abuse: Initial effects. *Child Abuse & Neglect*, 20(11), 1095–1109. [https://doi.org/10.1016/0145-2134\(96\)00098-1](https://doi.org/10.1016/0145-2134(96)00098-1)
- Noviana, I. (2015). Kekerasan seksual terhadap anak: dampak dan penanganannya. *Sosio Informa*, 1(1). <https://doi.org/10.33007/inf.v1i1.87>
- Nugrahani, F. (2014). *Metode Penelitian Kualitatif dalam Penelitian Pendidikan Bahasa*.
- Pfeiffer, L., & Salvagni, E. P. (2005). Current view of sexual abuse in childhood and adolescence. *Jurnal de Pediatria*, 81(8), 197–204. <https://doi.org/10.2223/JPED.1408>
- Putro, K. Z. (2017). *Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja*. 17(1), 8.
- Rif'ati, M. I., & Suryanto. (2018). *Pola Regulasi Emosi Orang Tua Dengan Anak Temper Tantrum*. Temu Ilmiah Nasional Ikatan Psikologi Sosial 2018 Conference Call for Paper, Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.
- Rosaliza, M. (2015). Wawancara, Sebuah interaksi komunikasi dalam penelitian kualitatif. *Jurnal Ilmu Budaya*, 71–79.
- Ruli, E. (2020). Tugas dan peran orang tua dalam mendidik anak. *Jurnal Edukasi Nonformal*, 143–146.
- Saputri, I. K. E., & Sugiariyanti. (2016). *Hubungan sibling rivalry dengan regulasi emosi pada masa kanak akhir*. *Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah*, 8(2), 133–139.
- Wahib, A. (2015). Konsep orang tua dalam membangun kepribadian anak. *JURNAL PARADIGMA*, 1(1)