

**BERTUMBUH DI BALIK BAYANGAN BELENGGU DIGITAL: PROSES
RESILIENSI PADA WANITA PENYINTAS *CYBER SEXUAL
HARASSMENT* (CSH)**

SKRIPSI

*Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Psikologi*



Disusun Oleh:

Putri Amelia

20011141

Dosen Pembimbing:

Agitia Kurniati Asrila, S.Psi., M.A.

**DEPARTEMEN PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG**

2025

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri, dan sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan benar.

Nama : Putri Amelia

NIM : 20011141

Tanda Tangan :



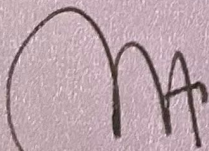
Tanggal : 3 November 2025

PERSETUJUAN SKRIPSI
BERTUMBUH DI BALIK BAYANGAN BELENGGU DIGITAL: PROSES
RESILIENSI PADA WANITA PENYINTAS *CYBER SEXUAL*
***HARRASMENT* (CSH)**

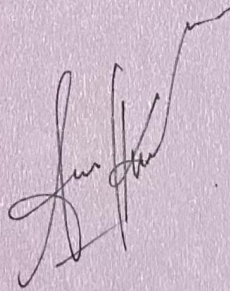
Nama : Putri Amelia
NIM : 20011141
Departemen : Psikologi
Fakultas : Psikologi dan Kesehatan

Mengetahui,
Kepala Departemen

Padang, 03 November 2025
Dosen Pembimbing



Dr. Mardianto, S.Ag., M.Si
NIP. 19770324200641001



Agitia Kurniati Asrila, S.Psi., M.A
NIP. 199308222022032014

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Putri Amelia
NIM : 20011141
Program Studi : Psikologi
Judul Skripsi : Bertumbuh di Balik Bayangan Belenggu Digital:
Proses Resiliensi pada Wanita Penyintas *Cyber Sexual Harrasment* (CSH)

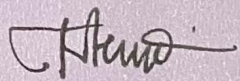
Telah berhasil dipertahankan dihadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian dari persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi pada Departemen Psikologi Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Negeri Padang

DEWAN PENGUJI

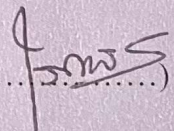
Pembimbing : Agitia Kurniati Asrila, S.Psi., M.A


(.....)

Penguji I : Dr. Niken Hartati, S.Psi., M.A


(.....)

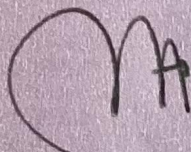
Penguji II : Indriyani Santoso, S.Psi., M.Si


(.....)

Ditetapkan di : Kota Padang

Tanggal : Senin, 03 November 2025

Mengetahui,
Kepala Departemen Psikologi



Dr. Mardianto, S.Ag., M.Si
NIP. 19770324200641001

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti ucapkan kepada Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, hidayah, serta nikmat-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Bertumbuh di Balik Bayangan Belenggu Digital: Proses Resiliensi pada Wanita Penyintas *Cyber Sexual Harrasment* (CSH)”. Penyusunan skripsi ini bertujuan untuk memenuhi persyaratan dalam menyelesaikan Pendidikan gelar Sarjana Psikologi pada Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Negeri Padang.

Selama proses menyelesaikan skripsi ini, peneliti mendapatkan banyak bantuan dan dukungan baik berupa doa, bimbingan, arahan, dan dorongan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, peneliti menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Dr. Ir. Krismadinata, S.T., M.T., selaku Rektor Universitas Negeri Padang.
2. Bapak Dr. Suryanef, M.Si., selaku Dekan Fakultas Psikologi dan Kesehatan Universitas Negeri Padang.
3. Bapak Dr. Mardianto, S.Ag., M.Si., selaku Kepala Departemen Psikologi Universitas Negeri Padang.
4. Ibu Agitia Kurniati Asrila, S.Psi., M.A., Psikolog selaku dosen pembimbing peneliti yang selalu bersedia memberikan waktu, arahan, saran, dan ilmunya untuk membimbing peneliti dalam menyelesaikan penelitian ini dengan baik. Besar rasa syukur dapat menyelesaikan skripsi ini bersama ibu dengan semangat dan perhatian yang luar biasa selama ini.
5. Ibu Elrisfa Magistarina, S.Psi., M.Sc yang telah membimbing peneliti pada tahap penyusunan skripsi ini serta memberikan arahan dan saran yang bermanfaat bagi peneliti.
6. Ibu Niken Hartati, S.Psi., M.A., dan Ibu Indriyani Santoso, S.Psi., M.Si., selaku dosen penguji. bersedia meluangkan waktu dan memberikan saran dan masukan dalam penulisan skripsi ini.
7. Bapak dan Ibu Dosen Departemen Psikologi serta Staf Administrasi Fakultas Psikologi dan Kesehatan, Universitas Negeri Padang, yang telah

memberikan ilmu, bimbingan, serta dukungan administratif yang sangat membantu peneliti selama menjalani masa perkuliahan.

8. Para subjek penelitian, peneliti mengucapkan terima kasih kepada kedua Partisipan penelitian yang telah bersedia berpartisipasi dan meluangkan waktu, bantuan, dan kesediaan yang sangat berarti bagi kelancaran penelitian ini. Pertemuan ini tak serta merta menjadi sebuah penelitian, namun lebih daripada itu. Pengalaman kedua partisipan memberikan dampak positif terhadap peneliti dalam memaknai pengalaman tidak menyenangkan dan mampu bangkit dari pengalaman tersebut.
9. Kepada mama dan ayah tercinta, terimakasih banyak atas kasih sayang dan ketulusan selalu mendampingi setiap langkah peneliti serta pengorbanan yang tak terhitung, baik tenaga, waktu, maupun bantuan yang begitu berarti. “Dunia boleh saja menahanku, ku punya doa ibu”, sebaith lirik lagu perunggu yang terasa relate karena kuatnya doa mama yang tak terputus selama ini. Semoga kita selalu solid kedepannya ya, ma. Terkhusus untuk ayah yang tercinta, semoga selalu melihat proses anak perempuannya ini kedepannya dari atas sana. Tak sempat mengucapkan terimakasih namun dipastikan doa tak terhenti. Di lain kesempatan bertemu lagi ya, yah. Dengan rindu yang tak terbendung.
10. Kepada abang, adik, saudara dan kakak ipar peneliti, terima kasih atas semangat dan dukungan yang telah di berikan. Terima kasih terkhusus untuk kakakku, Yuli Rahma Susanti yang selalu siap sedia menjadi ruang keluh kesah dan penyemangat disetiap langkah peneliti.
11. Kepada Bapak/Ibu yang sudah menganggap peneliti sebagai anaknya sendiri, Mami Era, Mak Sidar, Ama Nurmali, buk deli, Papi jacky, Apa cin, dan apak lilik yang ikut serta mendoakan dan memberikan peneliti kasih sayang selama ini.
12. Kepada kakak kakak peneliti, kak indy, kak metha, bang valdo, bang iwa, bang ilham, bang rey, kedua sahabatku silvi, caca, kak shindy yang selama ini selalu menyemangati dan menghibur peneliti. Kemudian pada teman teman seperjuangan olin, diba, nurin, fidel, nisa, chika, nandini yang selama ini berjuang bersama selama masa perkuliahan.

13. Kepada Rekan rekan DBL Padang, kak floffy, bang gilang, ibuk, corda, bang bli dan terkhusus kak gifa, bang ogik, dan saudaraku, valdo yang selalu menyemangati dan menghibur peneliti. Kemudian pada teman teman pejuang skripsi, nata, arlan dan vivi yang ikut bersama berjuang meraih gelar. Tidak lupa teman caturku yang tercinta yakni mami yuni, ica, yumna, deli yang menghibur dan membuat hari hari peneliti menyenangkan.
14. Terimakasih kepada kakak kakakku pejuang wisuda desember, geng demo yang sudah sangat mewarnai perjalanan peneliti yang penuh suka dan duka dalam mengusahakan desember ceria ini yakni kak sandra, bg mamal, dan kak imeh.
15. Kepada seluruh pihak yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu, terima kasih atas dukungan dan kontribusinya selama ini.
16. Kepada diri sendiri, Putri Amelia. Karena telah berjuang sejauh ini berproses dari segala sisi. Kedepannya akan banyak pintu menuju proses proses yang lebih menantang. Sebelum melanjutkan perjalanan bersama, Apresiasi sebesar-besarnya dengan tepuk tangan yang meriah karena telah berjuang bersama sejauh ini.

Peneliti menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, peneliti dengan kerendahan hati membuka diri terhadap segala bentuk kritik dan saran yang bersifat membangun demi perbaikan di masa yang akan datang. Besar harapan peneliti agar skripsi ini dapat memberikan manfaat serta menjadi tambahan pengetahuan bagi pihak-pihak yang memerlukannya.

Padang, 24 Oktober 2025

Putri Amelia

ABSTRAK

Bertumbuh di Balik Bayangan Belunggu Digital: Proses Resiliensi pada Wanita Penyintas *Cyber Sexual Harrasment* (CSH)

Putri Amelia, Agitia Kurniati Asrila, S.Psi., M.A.

Universitas Negeri Padang

Ameliaputri21006@gmail.com

Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan proses resiliensi yang dilalui pada wanita penyintas pengalaman *Cyber Sexual Harrasment* (CSH). Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Partisipan pada penelitian ini berjumlah 2 (dua) orang yang dipilih menggunakan pengambilan sampel dengan *purposive sampling* yang sesuai dengan tujuan penelitian. Pengambilan data dilakukan melalui wawancara semi terstruktur. Analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah teknik analisi IPA (*Interpretative Phenomenological Analysis*). Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat 4 tahapan dalam tema besar yang menjadi gambaran proses resiliensi yang dialami oleh wanita penyintas *Cyber Sexual Harrasment* (CSH) yaitu Kesadaran akan luka, dorongan bangkit dalam diri, *Social Support*, serta Transformasi diri. Setiap tahapan ini menggambarkan masing masing peranannya dalam proses resiliensi.

Kata Kunci: Resiliensi, Wanita, Penyintas *cyber sexual harrasment*

ABSTRACT

Growing Up Behind the Shadow of Digital Shackles: The Resilience Process in Women Survivors of Cyber Sexual Harassment (CSH)

Putri Amelia, Agitia Kurniati Asrila, S.Psi.,M.A.

Padang State University

Ameliaputri21006@gmail.com

This study aims to describe the resilience process experienced by women survivors of cyber sexual harassment (CSH). The research method used is qualitative research with a phenomenological approach. There were two participants in this study, selected using purposive sampling in accordance with the research objectives. Data collection was conducted through semi-structured interviews. The data analysis technique used in this study was Interpretative Phenomenological Analysis (IPA). The results of this study indicate that there are four stages in the main theme that describe the resilience process experienced by women survivors of Cyber Sexual Harassment (CSH), namely Awareness of the wound, the urge to rise up within oneself, Social Support, and Self-Transformation. Each of these stages describes its respective role in the resilience process.

Keywords: *Resilience, Women, Survivors of cyber sexual harassment*

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	i
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
LAMPIRAN	x
BAB II PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Pertanyaan Penelitian	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian	6
1. Manfaat Teoritis.....	6
2. Manfaat Praktis.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
A. Resiliensi	8
1. Definisi Resiliensi	8
2. Aspek Aspek Resiliensi	9
3. Faktor Faktor Resiliensi	10
4. Tahapan Resiliensi.....	11
B. <i>Cyber Sexual Harrasment</i>	12
1. Definisi <i>Cyber Sexual Harrasment</i>	12
2. Bentuk <i>Cyber Sexual Harrasment</i>	14
3. Dampak <i>Cyber Sexual Harrasment</i>	15
4. Faktor yang mempengaruhi terjadinya <i>Cyber Sexual Harrasment</i>	16
C. Definisi Penyintas <i>Cyber Sexual Harrasment</i>	17
D. Teori Dikonseptual	19

E. Dinamika Alur Berpikir Peneliti	22
BAB III METODE PENELITIAN	24
A. Jenis Penelitian.....	24
B. Definisi Konsep.....	25
C. Prosedur Penelitian.....	25
D. Partisipan Penelitian.....	27
E. Teknik Pengumpulan Data	27
1. Wawancara	28
2. Alat Perekam	29
F. Teknik Analisis Data	29
G. Teknik Keabsahan Data/Kredibilitas Penelitian.....	31
1. Triangulasi Teknik	32
2. Triangulasi Waktu.....	32
3. Triangulasi antar Peneliti.....	32
BAB IV HASILDAN PEMBAHASAN.....	33
A. Temuan Penelitian	33
1. Gambaran Umum Partisipan Penelitian	33
2. Wawancara	36
B. Pembahasan.....	57
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	75
A. Kesimpulan	75
B. Saran.....	76
DAFTAR PUSTAKA.....	78

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Identitas Partisipan Penelitian.....	33
Tabel 4.2 Jadwal Pelaksanaan Wawancara Partisipan 1-R.....	33
Tabel 4.3 Jadwal Pelaksanaan Wawancara Partisipan 2-I.....	34

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Dinamika Alur Berpikir.....	23
Gambar 4.1. Bagan Gambaran Proses Resiliensi Pada Wanita Penyintas <i>Cyber Sexual Harrasment</i> (CSH) Partisipan R.....	72
Gambar 4.2. Bagan Gambaran Proses Resiliensi Pada Wanita Penyintas <i>Cyber Sexual Harrasment</i> (CSH) Partisipan I.....	73
Gambar 4.3. Bagan Kesimpulan Gambaran Proses Resiliensi Pada Kedua Partisipan	74

LAMPIRAN

Lampiran 1 <i>Informed Consent</i>	86
Lampiran 2 <i>Guideline Interview</i>	89
Lampiran 3 Transkrip Wawancara.....	92
Lampiran 4 Tabel Sebaran Awal Tema Emergen.....	214
Lampiran 5 Tabel Tema Superordinat.....	212
Lampiran 6 Checklist Triangulasi Teknik.....	215

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

“Keluarga korban penyebaran konten intim tanpa persetujuan atau non-consensual intimates images di Provisi Banten menyebut vonis enam tahun dan denda 1M terhadap terdakwa Alwi Husen Maola “tidak setimpal dengan penderitaan korban karena membekas seumur hidup” –
Dikutip dari BBC News

Sepenggal kutipan berita dari kasus *cyber sexual harrasment* yang terjadi pada remaja di Padenglang, Banten tahun 2023 yang juga sempat heboh di media sosial. *Cyber sexual harrasment* yang dilakukan Pelaku dengan menyebarkan video asusila korban yang berlangsung selama bertahun-tahun sebagai ancaman kepada korban apabila korban meminta memutuskan hubungan. Berdasarkan laporan singkat hasil konseling psikologis pada 10 Januari 2023, korban mengalami gangguan kecemasan dan gangguan stress pascatrauma. Hal ini menyoroti bagaimana sulitnya penyintas *cyber sexual harrasment* bangkit dan berdamai pasca mengalami CSH.

Cyber sexual harassment atau disingkat CSH dapat diartikan sebagai “pelecehan seksual online yang terjadi melalui internet”. Liestiany, L. (2023), mendefinisikan *cyber sexual harassment* merupakan perilaku yang cenderung mengarah seksual secara daring kepada orang lain dengan penyampaian CSH yang juga beragam baik penyampaian pesan pesan ataupun *emoji* yang mengandung unsur seksual. Menurut Januri et al. (2023), menjelaskan 3 bentuk perilaku CSH yang kerap kali terjadi di berbagai negara seperti perilaku mengirim atau memposting tulisan yang mengarah seksual (*sexting*), *Spamming* atau tindakan pengiriman bertubi tubi komentar tidak pantas di media sosial dan *non-consensual dissemination of intimate images* (NCII) berupa pengancaman agar korban mengikuti perkataan pelaku dengan tindakan gambar atau video pribadi korban yang terjadi pada kasus yang dibahas sebelumnya

Dampak dari CSH juga disorot berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Filmanda, F. et al (2022) dengan judul “Dinamika psikologi perempuan penyintas *cyber sexual harassment*” dimana para penyintas mengalami CSH dalam bentuk *doxing*, pelecehan verbal (non fisik), dan pelecehan visual. Dari penelitian yang telah dilakukan didapati perubahan dinamika psikologis terhadap korban. Sebelum mengalami CSH, korban menunjukkan perilaku narsis, percaya diri dan ceria. Namun setelah mengalami CSH, Korban menunjukkan perasaan syok, takut, dan lebih selektif dalam dunia digital. Selain itu, juga ditemukan tiga faktor yang mempengaruhi dinamika psikologis pada Perempuan penyintas *cyber sexual harassment* yaitu, nilai norma rendah, Tingkat sosial yang lemah, serta pemahaman yang sedikit terkait media sosial.

Hal ini juga didukung dalam temuan penelitian kuantitatif yang dilakukan oleh Burke Winkelmann, et al (2015) yang menggambarkan sebanyak 293 wanita dewasa (usia rata-rata 24,6) yang direkrut dari situs jejaring sosial populer berpartisipasi dalam penelitian ini. Hasilnya Lebih dari sepertiga dari mereka yang mengalami pelecehan siber dilaporkan merasa cemas. Seperlima menunjukkan bahwa mereka memperhatikan perubahan dalam pola tidur dan makan serta merasa tidak berdaya karena pelecehan tersebut. Hal ini sesuai dengan kasus yang dibahas sebelumnya. Hal ini juga ditemukan pada partisipan I dari hasil wawancara awal peneliti yang mengungkapkan bahwa:

“Saya merasakan cemas dan takut. Takut cowok tersebut masih menyebar khususnya ke orang terdekat. untuk memposting sesuatu di media sosial pun cemas dan sangat berhati-hati bahkan untuk menandakan seseorang di media sosial pun saya takut” (I. 25 th. 2023).

Cyber sexual harassment ini menggambarkan dampak negatif dari kemudahan serta kecanggihan teknologi yang dirasakan. Adanya perpindahan kehidupan yang berbasis siber tentu tidak luput juga dengan adaptasi kejahatan siber. Melalui pencatatan tahunan dari Komnas Perempuan pada tahun 2022, kasus Kekerasan Berbasis Gender Online (KBGO) terpantau tertera sebanyak 1.721 kasus. Dimana dalam catatan

ini menunjukkan bahwa adanya peningkatan kasus sebesar 83% di bandingkan tahun sebelumnya dan tentunya masih banyak juga kasus-kasus yang tidak tercatat dikarenakan dari pihak korban tidak berani untuk melaporkan kasus yang dialaminya tersebut kepada pihak berwajib ataupun kepada pihak otoritas yang membidangi kasus tersebut. Hal ini tentu akan terus bertambah setiap tahunnya mengingat peningkatan penggunaan sosial media yang juga meningkat pesat di Indonesia.

Cyber sexual harassment merupakan salah satu bentuk diskriminasi gender dan agresi seksual yang menjadi bagian dari implikasi sosial yang memengaruhi kesehatan mental terutama pada perempuan. Hal ini dikarenakan sifat pelecehan seksual yang sangat kasar dan tidak dapat diterima (Isaacs, D., 2018). Karena itu *cyber sexual harrasment* tentunya memberikan trauma pada individu sehingga dibutuhkan suatu usaha untuk dapat kembali keluar dari rasa ketakutan atau cemas yang dirasakan pasca pengalaman CSH.

Meskipun demikian, tidak semua penyintas terjebak dalam fase keterpurukan psikologis. Sebagian dari mereka mampu mengelola dampaknya, bangkit, dan menjalani kehidupan secara adaptif. Kemampuan ini dikenal sebagai resiliensi, yaitu kapasitas untuk bangkit dan menyesuaikan diri setelah menghadapi tekanan atau trauma. Resiliensi didefinisikan oleh Grotberg (1995) bahwa resiliensi merupakan kapasitas keseluruhan dalam mengizinkan seseorang, kelompok atau komunitas untuk melakukan pencegahan, meminimalisir atau mengatasi efek kerusakan dari pengalaman sulit.

Selanjutnya, Apriawal, J. (2022) menyimpulkan resiliensi sebagai suatu proses pada individu dalam melakukan adaptasi, ketanggungan dalam bertahan, serta keteguhan untuk kembali pulih dalam menghadapi keadaan sulit yang. Resiliensi ini merujuk pada karakteristik dan kemampuan pada individu dalam penanganan stressor yang dapat mendorong individu tersebut menghadapi permasalahan yang ada, sehingga ini juga dijadikan sebagai *treatment* dalam meredakan tingkat stress (Hermansyah dan Hadjam, 2020).

Bukan hanya dipandang sebagai kemampuan yang dipengaruhi oleh faktor individu dan genetis, Resiliensi juga banyak mendapat pengaruh dari budaya, dan lingkungan sekitar individu tersebut. Meskipun banyak pernyataan bahwa suatu tingkah laku dinyatakan berpengaruh melalui faktor genetis, namun tidak meninggalkan adanya manifestasi bahwa terdapat faktor budaya yang berpengaruh sebagai faktor peningkat maupun faktor yang mempengaruhi penurunan tingkat resiliensi (Wong & Wong, 2006).

Sejauh ini, gambaran proses resiliensi banyak di untuk melihat bagaimana proses individu dapat bangkit dari pengalaman pengalaman traumatis. Proses Resiliensi pada penyintas pelecehan seksual konvensional sudah banyak diteliti. Pada pelecehan seksual langsung juga diungkap bahwa proses resiliensi dapat menjadi kekuatan penyintas untuk bangkit bahkan menjadi lebih baik. Hal ini didukung dalam penelitian kualitatif oleh Inayah (2022), ditemukan bahwa proses resiliensi pada korban pelecehan seksual perempuan memunculkan perubahan pribadi yang mendalam, seperti peningkatan empati, kepekaan sosial, hingga motivasi untuk terlibat dalam advokasi pencegahan kekerasan seksual. Perubahan ini menjadi bukti nyata bahwa resiliensi tidak hanya berfungsi sebagai mekanisme bertahan, tetapi juga sarana transformasi positif pada diri penyintas seiring waktu. Namun masih minimnya penelitian yang secara khusus menyoroti resiliensi pada penyintas *cyber sexual harassment*,

Sebagian besar riset mengenai *cyber sexual harassment* masih lebih menyoroti dampak negatif seperti harga diri rendah, perilaku menarik diri, dan masalah emosi dibandingkan melihat dinamika bangkit dan bertumbuhnya. Misalnya pada penelitian Wirman, W., Sari, G. G., Hardianti, F., & Roberto, T. P. (2021) yang berfokus pada dimensi atau gambaran diri sebagai dampak negatif para korban *cyber sexual harassment*. Penelitian Internasional juga lebih banyak menyoroti dampak dan penyebab CSH dibanding bagaimana perjalanan bangkit pasca pengalaman tersebut.

Pada Studi oleh Soetikno & Anjani (2022) menemukan bahwa strategi *emotion-focused coping* memiliki peran signifikan terhadap pembentukan resiliensi remaja penyintas, namun penelitian ini masih bersifat kuantitatif dan tidak menelusuri pengalaman mendalam penyintas dalam memahami proses pemulihan mereka sendiri. Begitu pula, studi kualitatif oleh Wahyuni, L. (2022) yang berfokus pada karakteristik resiliensi yang tercapai pada proses resiliensi namun belum mengungkap bagaimana karakteristik tersebut lahir dalam proses resiliensi sehingga menjadi transformasi bagi penyintas.

Pada temuan penelitian yang dilakukan Abraham, V. R. T., & Herdiana, I. (2025) mengungkapkan bagaimana penerimaan diri yang dialami oleh penyintas CSH serta juga menggambarkan bagaimana hasil transformasi diri yang didapati dari penerimaan diri pasca pengalaman traumatis CSH. Namun penelitian ini menggunakan teori penerimaan diri sehingga belum mengungkap lebih jauh terkait faktor yang berasal dari luar diri.

Sejauh ini, penelitian kualitatif fenomenologis yang secara khusus mengurai bagaimana proses resiliensi yang melahirkan pertumbuhan diri pada penyintas *cyber sexual harassment* belum banyak diteliti. Terkhusus bagi penyintas yang tidak melaporkan. Padahal, pemahaman akan dinamika, proses pemaknaan, dan cara penyintas mengelola pengalaman traumatisnya sangat penting sebagai dasar pengembangan intervensi psikologis.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ingin menggali bagaimana gambaran resiliensi pada wanita penyintas *cyber sexual harassment* dengan menggunakan pendekatan *Interpretative Phenomenological Analysis* (IPA) guna mengisi kekosongan penelitian terkait gambaran proses resiliensi pada wanita penyintas *cyber sexual harassment*. Melalui pendekatan ini, diharapkan dapat diperoleh pemahaman mendalam mengenai proses bangkit, pemaknaan positif atas pengalaman traumatis, serta strategi penyintas dalam membangun kembali serta menjadikan pengalaman CSH sebagai batu lonjakan dalam transformasi diri.

B. Pertanyaan Penelitian

Berdasarkan pemaparan latar belakang diatas, maka timbul pertanyaan penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran proses resiliensi yang dialami wanita penyintas *cyber sexual harassment*?
2. Apa saja faktor faktor yang mempengaruhi resiliensi pada wanita penyintas *cyber sexual harassment*.

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan pertanyaan penelitian diatas, maka ditentukan tujuan penelitian ini sebagai berikut:

1. Mengetahui bagaimana gambaran proses resiliensi pada wanita penyintas *cyber sexual harassment*.
2. Mengetahui faktor faktor apa yang mempengaruhi resiliensi pada wanita penyintas *cyber sexual harassment*

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil Penelitian ini dapat menyumbangkan informasi terkhusus bidang psikologi pada umumnya terutama mengenai gambaran resiliensi pada Penyintas *cyber sexual harassment*.

2. Manfaat Praktis

1. Menyumbangkan ilmu pengetahuan serta pengalaman berharga bagi peneliti dalam menambah wawasan serta pengembangan diri terkhusus di bidang penelitian ini.
2. Bagi Penyintas, penelitian ini bermanfaat untuk memberikan pengetahuan
Serta dapat menjadi refleksi diri untuk meningkatkan diri.
3. Bagi orang tua, pendidik maupun masyarakat dapat memberikan edukasi dan mengarahkan anak, siswa, atau orang sekitar agar terhindar dari ancaman kejahatan *cyber* khususnya *cyber sexual harassment*.

4. Temuan penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi atau acuan untuk penelitian selanjutnya

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan temuan penelitian, dapat disimpulkan bahwa gambaran proses resiliensi digambarkan dengan fase awal luka yang tergambar kedalam dua bentuk yaitu kondisi emosi dan perilaku. Dengan intensnya luka yang dirasakan memunculkan kesadaran untuk bangkit dari luka yang dirasakan. Kesadaran untuk bangkit ini berkembang menjadi dorongan bangkit dalam diri. Dorongan bangkit dalam diri terbentuk dalam mencari pertolongan orang lain, menemukan aktivitas baru sebagai mekanisme koping, adanya dorongan dalam diri sebagai motivasi untuk bangkit, dan ada proteksi diri agar tidak kembali terhadap pengulangan pengalaman. Selain yang bersumber dalam diri, hubungan yang suportif juga merupakan pendorong pada proses resiliensi yang dilalui kedua partisipan. Hubungan yang suportif ini berasal dari orang sekitar yang berarti selama proses resiliensi yang dilalui kedua partisipan. Dan sampailah pada proses terakhir yaitu transformasi diri berupa pemaknaan positif dan pertumbuhan diri sebagai fase cerah dari proses resiliensi yang dilalui. Pemaknaan positif berupa penerimaan masa lalu, menjadikan pengalaman sebagai pelajaran hidup, dan timbul perasaan positif karena pemaknaan. Kemudian adanya pertumbuhan diri berupa kontrol diri yang lebih selektif, adanya tujuan hidup baru, pengembangan aktivitas dan kedekatan dengan keluarga, serta peningkatan diri sebagai tanda puncak bahwa resilien tercapai.

Selain gambaran proses resiliensi, hasil penelitian juga menjawab faktor yang mempengaruhi proses resiliensi. Faktor faktor mempengaruhi berasal dari faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal merupakan faktor yang berasal dari internal diri penyintas seperti keinginan untuk bahagia, harapan,

tujuan hidup baru, dan keyakinan tentang masa depan yang lebih baik. Sedangkan faktor eksternal bersumber dari orang-orang disekitar penyintas yang bersifat suportif dan membantu penyintas untuk bangkit dan berani kembali berbenah diri serta membangun ruang untuk bersosialisasi kembali.

Kemudian juga ditemukan keunikan pada penelitian ini terkait mekanisme koping yang dilakukan kedua partisipan. Pada partisipan R awalnya sempat mengambil koping maladaptif dengan penyimpangan orientasi seksual berpacaran sesama jenis sebagai distraksi diri dari luka dan bentuk ketidakpercayaan dengan laki-laki. Dan pada partisipan I memilih mekanisme koping adaptif dengan pendekatan spiritual dengan pengharapan tidak merasakan hal yang sama lagi. Namun sebenarnya juga didapatkan adanya aspek spiritual terhadap kedua partisipan sebagai bagian pemaknaan positif dari proses resiliensi yang dilalui.

B. SARAN

Setelah melalui proses penelitian ini, saran yang dapat peneliti berikan sebagai berikut:

1. Bagi partisipan

Saran untuk partisipan penelitian agar dapat menjadikan pengalaman tersebut sebagai proses memperkuat diri untuk lebih baik lagi kedepannya. Diharapkan partisipan tetap berhati-hati dan selektif dalam mengenal orang baru ataupun lingkungan baru. Peneliti juga berharap hasil penelitian bersama kedua partisipan ini dapat menjadi penyemangat partisipan dalam menjalankan kehidupan kedepannya dan melewati berbagai kesulitan yang akan datang dengan melihat kembali bahwa partisipan merupakan individu yang hebat yang mampu bertahan dan menginspirasi orang lain untuk bangkit melalui tulisan penelitian ini.

2. Bagi pembaca

Saran untuk pembaca penelitian ini agar dapat menjadikan penelitian ini sebagai referensi untuk bangkit dari pengalaman

trauma yang sedang dirasakan melalui cerita luar biasa yang telah dibagikan kedua partisipan. Dan diharapkan menjadi pendorong untuk pembaca dapat bangkit dari pengalaman buruk yang mungkin sedang dirasakan. Peneliti juga mengharapkan hasil penelitian ini dijadikan acuan untuk menumbuhkan empati pada penyintas yang mengalami hal sama karena dibalik pengalaman traumatis itu ada kerentanan yang dirasakan penyintas sehingga rentan mengalami pengalaman traumatis lainnya.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Saran untuk peneliti selanjutnya untuk dapat lebih dalam lagi mengulik gambaran proses resiliensi pada penyintas *cyber sexual harrasment*. Peneliti selanjutnya dapat menggunakan teori yang berbeda agar mendapatkan temuan yang berbeda dan lebih mendalam. Selain itu karena masih sedikitnya riset terkait *cyber sexual harrament*, peneliti mengharapkan akan banyak perkembangan penelitian terkait CSH ini dikaitkan dengan berbagai konstruk psikologis.

DAFTAR PUSTAKA

- Abraham, V. R. T., & Herdiana, I. (2025). *Gambaran penerimaan diri (self-acceptance) pada perempuan penyintas pornografi balas dendam (revenge porn)*. Repository Universitas Airlangga, 1–12.
- Alwi, H. (2002). *Kamus besar bahasa Indonesia* (Edisi ketiga). Balai Pustaka.
- Anggito, A., & Setiawan, J. (2018). *Metodologi penelitian kualitatif*. CV Jejak.
- Apriawal, J. (2022). Resiliensi pada karyawan yang mengalami pemutusan hubungan kerja (PHK). *Jurnal Ilmu Psikologi dan Kesehatan (SIKONTAN)*, 1(1), 27–38.
- Aviliani, D., Reza, F. A., & Isnaini, N. (2025). Dinamika psikologis perempuan korban cyber sexual harassment. *Jurnal Studia Insania*, 13(1), 44–65.
- Balambeu, Y., Ranimpi, Y. Y., & Prayitno, I. S. P. (2024). Kecerdasan spiritual dan strategi koping religius pada pria penyintas kekerasan seksual: Tinjauan psikologi agama. *Prosiding Konferensi Nasional Psikologi Kesehatan*, 37–49.
- Barak, A. (2005). Sexual harassment on the internet. *Social Science Computer Review*, 23(1), 77–92. <https://doi.org/10.1177/0894439304271540>
- Burke Winkelman, S., Oomen-Early, J., Walker, A. D., Chu, L., & Yick-Flanagan, A. (2015). Exploring cyber harassment among women who use social media. *Universal Journal of Public Health*, 3(5), 194.
- Coulson, R. (2006). *Resilience and self-talk in university students* [Thesis, University of Calgary].
- Damiani, T. N. (2019). *Posttraumatic growth, purpose, and trauma in survivors of sexual assault*. University of California, Santa Barbara.

- Echavarría, J. E., González, L. E. M., Bernal, D. R., & Rodríguez, D. M. (2017). Cyberbullying and suicidal behaviour: What is the connection? About a case. *Revista Colombiana de Psiquiatría (English ed.)*, 46(4), 247–251.
- Farida, A., Dewi, R., & Anastasya, Y. A. (2023). Post-traumatic Growth pada Remaja Korban Kekerasan Seksual. *INSIGHT: Jurnal Penelitian Psikologi*, 1(1), 25-36.
- Fernet, M., Hébert, M., Brodeur, G., Guyon, R., & Lapierre, A. (2023). Youth's experiences of cyber violence in intimate relationships: A matter of love and trust. *Journal of Child Sexual Abuse*, 32(3), 296–317.
- Filmanda, F., Argiati, S. H. B., & Sugiarto, R. (2022). Dinamika psikologi perempuan penyintas cyber sexual harassment. *Jurnal Spirits*, 12(2), 86–95.
- Foster, A. D. (2014). *Traumatic life events and symptoms of anxiety: Moderating effects of adaptive versus maladaptive coping strategies* [Master's thesis, East Tennessee State University].
- Grotberg, E. H. (2003). *Resilience for today: Gaining strength from adversity*. Praeger.
- Hakim, I. L., & Widjanarko, M. (2025). Resiliensi pada korban pelecehan seksual. *PAEDAGOGY: Jurnal Ilmu Pendidikan dan Psikologi*, 5(3), 1080–1090.
- Hasibuan, L. (2022). Peran profesional dalam membantu mengatasi gangguan psikologis pada anak korban kekerasan seksual. *Jurnal Al-Irsyad: Jurnal Bimbingan Konseling Islam*, 4(1), 109–124.
- Hendriani, W. (2018). *Resiliensi psikologis: Sebuah pengantar*. Kencana.
- Herman, J. L. (2015). *Trauma and recovery: The aftermath of violence--from domestic abuse to political terror*. Hachette uK.
- Hermansyah, M. T., & Hadjam, M. R. (2020). Resiliensi pada remaja yang mengalami perceraian orang tua: Studi literatur. *Motiva: Jurnal Psikologi*, 3(2), 52–57.

- Henry, N., & Powell, A. (2015). Beyond the 'sext': Technology-facilitated sexual violence and harassment against adult women. *Australian & New Zealand journal of criminology*, 48(1), 104-118.
- Hero, E., & Astini, B. (2023). Mental health communication: The phenomenon of cyber sexual harassment through social media. *Asian Journal of Media and Communication*, 7(1).
- House, J. S. (1983). Work stress and social support. *Addison-Wesley series on occupational stress*.
- Hulma, R., & Yasmin, M. (2024). Hubungan tekanan teman sebaya dengan perilaku cybersex pada remaja. *Jurnal Ventilator*, 2(1), 7–16.
- Ikhwantoro, D., & Sambas, N. (2018). Faktor penyebab terjadinya kejahatan pelecehan seksual terhadap perempuan dewasa di Kota Bandung ditinjau secara kriminologis. *Prosiding Ilmu Hukum*, 4(2), 907–913.
- Inayah, R., & Palila, S. (2022). Resilience process of a victim sexual violence in women: Transformation from victim to activist. *Humanitas: Indonesian Psychological Journal*, 1-12.
- Isaacs, D. (2018). Sexual harassment. *Journal of Paediatrics and Child Health*, 54(4), 341–342.
- Isdavia, S., & Hakim, S. N. (2023). *Resiliensi mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta ditinjau dari spiritualitas dan efikasi diri* [Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta].
- Istiani, Y., Solehati, T., & Setyorini, D. (2023). Cope strategies for victims of sexual violence in adolescents: Scoping review. *Volume 8*(3), 1123–1132.
- Januri, T. S. (2023). Cyber sexual harassment di media sosial sebagai bentuk penyimpangan sosial di era digital. *Sosial Horizon: Jurnal Pendidikan Sosial*, 10(1), 63–72.

- Kurniawan, Y., & Susilo, M. N. I. B. (2021). Bangkit pascainfeksi: Dinamika resiliensi pada penyintas Covid-19. *PHILANTHROPY: Journal of Psychology*, 5(1), 131–156.
- La Kahija, Y. L. (2017). *Penelitian fenomenologis: Jalan memahami hidup*. Kanisius.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer publishing company.
- Liestiany, L. (2023). *Perempuan sebagai korban cyber sexual harassment di media sosial Instagram* [Skripsi, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta]. Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi.
- Maesaroh, A., Afiati, E., & Rahmawati, R. (2022). Profil regulasi emosi dan implikasinya bagi bimbingan dan konseling. *Journal of Education and Counseling (JECO)*, 2(2), 209–216.
- Marita, V. F., & Rahmasari, D. (2021). Resiliensi perempuan korban kekerasan dalam hubungan pacaran. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 8(5).
- Marsela, R. D., & Supriatna, M. (2019). Kontrol diri: Definisi dan faktor. *Journal of Innovative Counseling: Theory, Practice & Research*, 3(2), 65–69. http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling
- Moleong, L. J. (2017). *Metodologi penelitian kualitatif* (Cet. 35). PT Remaja Rosdakarya.
- Mustika, H. A. D., & Abidin, Z. (2025, Juni). Bersama luka mencapai makna: Gambaran post-traumatic growth perempuan dewasa awal penyintas kekerasan seksual. *Jurnal Psikologi*, 21(1), 49–65.
- Nashori, F., & Saputro, I. (2021). *Psikologi resiliensi*. Universitas Sebelas Maret.
- Ningrum, D. J., Suryadi, S., & Chandra Wardhana, D. E. (2018). Kajian ujaran kebencian di media sosial. *Jurnal Ilmiah KORPUS*, 2(3), 241–252.

- Nisa, M. K. (2016). Studi tentang daya tangguh (resiliensi) anak di panti asuhan Sidoarjo. *Jurnal BK Unesa*, 6(3).
- O’Neil, E., Clarke, P., Fido, D., & Vione, K. C. (2022). The role of future time perspective, body awareness, and social connectedness in the relationship between self-efficacy and resilience. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 20, 1171–1181. <https://doi.org/10.1007/s11469-020-00434-6>
- Pratomo, Y. (2019). 49 persen netizen di Indonesia pernah mengalami “bullying” di medsos. *Tekno Kompas*.
- Purwanto, M. D., & Hendriyani, R. (2020). Tumbuh dari luka: Gambaran post-traumatic growth pada dewasa awal pasca perceraian orang tua. *Intuisi: Jurnal Psikologi Ilmiah*, 12(2), 185–197.
- Puspita, N., Kristian, Y. Y., & Onggono, J. N. (2018). Resiliensi pada remaja perkotaan yang menjadi korban bullying. *Jurnal Perkotaan*, 10(1), 44–76.
- Rutter, M. (2006). Implications of resilience concepts for scientific understanding. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1094, 1–12.
- Salazar, M., Raj, A., Silverman, J. G., Rusch, M. L., & Reed, E. (2023). Cyber sexual harassment among adolescent girls: A qualitative analysis. *Adolescents*, 3(1), 84–91.
- Santrock, J. W. (2018). *Life-span development* (17th ed.). McGraw-Hill.
- Saraswati, N. M. D., & Herdiana, I. (2021). Dukungan sosial online bagi penyintas pelecehan seksual: Sebuah tinjauan pustaka. *Prosiding Konferensi Nasional Psikologi Kesehatan*, 246–254.
- Schenk, S. (2008). Cyber-sexual harassment: The development of the cyber-sexual experiences questionnaire. *McNair Scholars Journal*, 12(1), Article 8. <https://scholarworks.gvsu.edu/mcnair/vol12/iss1/8>

- Semedhi, B. P., Lestari, S., & Hasanah, N. (2015). Resiliensi pengungsi konflik Sampang. *Jurnal Mediapsi*, 1(1).
- Soehardiman, M. K. (2023). Studi fenomenologi resiliensi pada perempuan korban kekerasan seksual. *Jurnal Ilmiah Psikologi Candrajiwa*, 4(2), 115–128. <https://jurnal.uns.ac.id/candrajiwa/article/view/75246>
- Soehardiman, M. K., Scarvanovi, B. W., & Agustina, L. S. S. (2024). Studi fenomenologi resiliensi pada perempuan korban kekerasan seksual [*Resilience on female victims of sexual violence: A phenomenology study*]. *Jurnal Ilmia*.
- Soetikno, N., & Anjani, H. (2022). Pengaruh Coping Terhadap Resiliensi Remaja Korban Pelecehan Seksual Online. *Journal Psikologi Forensik Indonesia*, 2(2).
- Stephanie, C. (2021, Februari 24). Riset ungkap lebih dari separuh penduduk Indonesia “melek” media sosial. (O. Yusuf, Ed.). Retrieved Oktober 30, 2023, from <https://tekno.kompas.com/read/2021/02/24/08050027/riset-ungkap-lebih-dari-separuh-penduduk-indonesia-melek-media-sosial>
- Stevens, F., Nurse, J. R., & Arief, B. (2021). Cyber stalking, cyber harassment, and adult mental health: A systematic review. *Cyberpsychology, Behavior, and Social Networking*, 24(6), 367–376.
- Sugiyono. (2010). *Memahami penelitian kualitatif*. Alfabeta.
- Sugiyono. (2013). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Tsaniyah, D. R. M., Rini, A. P., & Saragih, S. (2023). Resiliensi pada korban sexual harassment: Menguji peranan kebahagiaan dan self-awareness. *INNER: Journal of Psychological Research*, 3(1), 128-137.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (1996). The Posttraumatic Growth Inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of traumatic stress*, 9(3), 455-471.

- Tuwah, M. (2016). Resiliensi dan kebahagiaan dalam perspektif psikologi positif. *El-Ghiroh: Jurnal Studi Keislaman*, 10(1), 131–141.
- Utami, C. T. (2017). Self-efficacy dan resiliensi: Sebuah tinjauan meta-analisis. *Buletin Psikologi*, 25(1), 54–65.
- Wahyuni, L. (2022). *Resiliensi pada penyintas revenge porn* [Doctoral dissertation, Universitas Jambi].
- Wirman, W., Sari, G. G., Hardianti, F., & Roberto, T. P. (2021). Dimensi konsep diri korban cyber sexual harassment di Kota Pekanbaru. *Jurnal Kajian Komunikasi*, 9(1), 79–93.
- Wong, P. T., Wong, L. C., & Scott, C. (2006). Beyond stress and coping: The positive psychology of transformation. In *Handbook of multicultural perspectives on stress and coping* (pp. 1–26). Springer US.
- Yusuf, A. M. (2014). *Metode penelitian: Kuantitatif, kualitatif, dan penelitian gabungan*. Prenadamedia Group.