

HUBUNGAN *SELF-ESTEEM* DENGAN RESILIENSI PADA DEWASA AWAL KORBAN KEKERASAN DALAM PACARAN

Latifah Liwanti Putri¹, Naomi Soetikno²
Universitas Tarumanagara^{1,2}
e-mail: latifah.705200265@stu.untar.ac.id

Diterima: 27/11/25; Direvisi: 30/12/25; Diterbitkan: 12/1/26

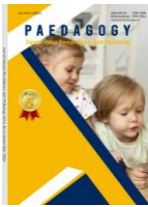
ABSTRAK

Banyak korban kekerasan dalam pacaran merasa tidak berharga, takut ditinggalkan, dan menyalahkan diri sendiri atas situasi yang sebenarnya berada di luar kendali mereka, yang semuanya mengarah pada rendahnya *self-esteem*. Di sisi lain, resiliensi merupakan tolak ukur kemampuan individu dalam mengatasi tekanan atau kesulitan yang dihadapi. Individu yang memiliki resiliensi tinggi lebih mampu memaknai ulang pengalaman kekerasan yang dialaminya sebagai pembelajaran hidup yang berharga dan tidak larut dalam trauma berkepanjangan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara *self-esteem* dengan resiliensi pada dewasa awal yang mengalami korban kekerasan dalam pacaran. Metode penelitian yang digunakan adalah kuantitatif korelasional dengan teknik *purposive sampling* terhadap 305 responden berusia 20–40 tahun yang memiliki riwayat korban kekerasan dalam pacaran. Instrumen yang digunakan meliputi *Rosenberg Self-Esteem* (RSES) dan *Connor-Davidson Resilience Scale* (CD- RISC). Penelitian dilakukan secara *online*, dan pengumpulan data dilakukan dengan membagikan kuesioner *online* menggunakan *Google Form* yang disebarakan melalui media sosial berupa *Instagram*, *Whatsapp*, dan *Line*. Uji reliabilitas menunjukkan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,839 pada *self-esteem* dan 0,968 pada resiliensi. Uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov* menghasilkan nilai $p > 0,000$, sehingga analisis dilanjutkan menggunakan uji kolerasi *Spearman*. Hasil analisis menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara *self-esteem* dengan resiliensi ($p = 0,417$; $p < 0,000$), yang mengindikasikan bahwa individu dengan tingkat *self-esteem* tinggi cenderung memiliki tingkat resiliensi yang tinggi pula. Temuan ini menegaskan bahwa pengalaman korban kekerasan dalam pacaran berdampak pada peningkatan diri dan kemampuan mempercayai orang lain.

Kata Kunci: *Self-Esteem, Resiliensi, Dewasa Awal, Korban Kekerasan Dalam Pacaran*

ABSTRACT

Many victims of dating violence feel worthless, fear abandonment, and blame themselves for situations beyond their control, all of which lead to low self-esteem. Resilience, on the other hand, is a measure of an individual's ability to cope with stress or difficulties. Individuals with high resilience are better able to reinterpret their experiences of violence as valuable life lessons and avoid lingering trauma. This study aims to analyze the relationship between self-esteem and resilience in young adults who have experienced dating violence. The research method used was a quantitative correlational method with a purposive sampling technique for 305 respondents aged 20–40 years who had a history of dating violence. The instruments used included the Rosenberg Self-Esteem (RSES) and the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). The study was conducted online, and data collection was carried out by distributing an online questionnaire using Google Forms distributed through social media such as Instagram, WhatsApp, and Line. The reliability test showed a Cronbach's Alpha value of 0.839 for self-esteem and 0.968 for resilience. The Kolmogorov-Smirnov normality test yielded a p value $>$



0.000, so the analysis was continued using the Spearman correlation test. The results of the analysis showed a significant positive relationship between self-esteem and resilience ($p = 0.417$; $p < 0.000$), which indicates that individuals with high levels of self-esteem tend to have high levels of resilience as well. This finding confirms that the experience of being a victim of dating violence has an impact on self-improvement and the ability to trust others.

Keywords: *Self-Esteem, Resilience, Young Adults, Victims Of Dating Violence*

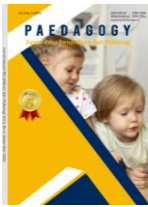
PENDAHULUAN

Fenomena kekerasan dalam pacaran semakin marak terjadi dan menjadi perhatian serius, terutama pada kalangan dewasa awal. Menurut survei Komnas Perempuan (2023), terdapat lebih dari 2.300 laporan kekerasan dalam pacaran yang masuk setiap tahunnya, dengan korban didominasi oleh perempuan usia 18–25 tahun. Bentuk kekerasan yang dialami meliputi kekerasan fisik seperti pemukulan dan penyiksaan, kekerasan verbal berupa kata-kata kasar dan ancaman, hingga kekerasan psikologis seperti manipulasi emosional dan kontrol berlebihan terhadap aktivitas korban. Data ini menunjukkan peningkatan sebesar 15% dibandingkan tahun sebelumnya, menunjukkan urgensi penanganan yang komprehensif. Kekerasan ini bukan hanya berdampak pada fisik berupa luka dan trauma fisik, tetapi juga menyebabkan luka emosional jangka panjang yang dapat bertahan hingga bertahun-tahun setelah hubungan berakhir, memengaruhi kemampuan korban dalam membangun relasi sehat di masa depan.

Masa dewasa awal merupakan periode yang sangat signifikan dalam perkembangan individu, karena pengalaman dan keputusan yang diambil dapat memberikan dampak jangka panjang terhadap kehidupan. Menurut Putri (2019), masa dewasa awal adalah masa peralihan dari masa remaja menuju dewasa dengan perubahan yang signifikan. Masa dewasa awal, berlangsung antara usia 20–40 tahun yang ditandai dengan perubahan, baik secara fisik, kognitif maupun sosial (Siregar *et al.*, 2022). Pada masa dewasa awal memiliki kaitan yang erat dengan hubungan pacaran, hal ini dikarenakan individu sudah memasuki masa perkembangan dalam bentuk hubungan yang berkomitmen dengan orang lain (Winayanti & Widiyasavetri, 2016; Tisyara & Valentina, 2024). Selain itu, masa dewasa awal juga merupakan periode transisi di mana individu mulai membangun kemandirian, mengeksplorasi karir, dan mengembangkan hubungan romantis yang lebih serius.

Ketika seseorang mengalami kekerasan dalam pacaran, dampak psikologisnya akan sangat signifikan karena bertepatan dengan periode pembentukan pola relasi dan konsep diri yang akan terbawa hingga dewasa. Kekerasan dalam pacaran merupakan masalah serius yang memengaruhi berbagai aspek kehidupan individu, seperti kekerasan fisik, emosional, seksual, dan psikologis yang dilakukan oleh pasangan dalam suatu hubungan romantis (Irmayanti & Zuroidah, 2024). Penelitian dari Pratiwi (2017) menunjukkan bahwa korban kekerasan pacaran mengalami gangguan psikologis seperti kecemasan generalisasi, depresi mayor, gangguan stres pasca trauma, dan penurunan harga diri yang drastis. Dewasa awal mengalami kesulitan dalam mengatur emosi, gangguan tidur, dan kecenderungan untuk mengisolasi diri dari lingkungan sosial. Hal ini dapat memengaruhi kualitas hidup mereka secara menyeluruh, termasuk performa akademik, produktivitas kerja, dan kemampuan membangun hubungan sosial yang sehat.

Kekerasan dalam pacaran memiliki beberapa faktor internal, yaitu kepribadian individu yang agresif atau impulsif untuk bertindak kasar terhadap pasangannya, ketergantungan emosional dengan pasangan dalam hubungan pacaran, dan ketidakcocokan dorongan seksual yang dapat menimbulkan tekanan psikologis serta konflik (Surya *et al.*, 2024). Selain itu, kekerasan dalam pacaran berdampak luas bagi korban yang mengalaminya. Dampak tersebut



terbagi menjadi dua bentuk. Pertama, berbentuk dampak psikologis yang ditandai dengan mengalami stres, depresi, kecemasan, sulit konsentrasi dan menunjukkan perilaku bunuh diri. Kedua, berbentuk dampak fisik yang ditandai dengan mengalami lebam, memar, luka, dan patah tulang dapat terjadi. Adapun dampak lainnya yang dapat timbul yaitu sifat posesif dan tempramen.

Banyak korban kekerasan dalam pacaran merasa tidak berharga, takut ditinggalkan, dan menyalahkan diri sendiri atas situasi yang sebenarnya berada di luar kendali mereka, yang semuanya mengarah pada rendahnya *self-esteem*. Mereka mengembangkan perilaku diri sendiri di mana mereka percaya bahwa kekerasan terjadi karena kesalahan atau kekurangan pada diri mereka sendiri. *Self-esteem* merupakan sikap individu yang didasari dengan persepsi positif maupun negatif terhadap diri sendiri (Ghaisani, 2024). *Self-esteem* dapat dikatakan sebagai penilaian individu terhadap nilai dan harga dirinya sendiri, yang mencakup persepsi seberapa berarti, dihargai, dan layak dirinya dalam berbagai aspek kehidupan. Lebih lanjut, menurut Rosenberg (1965), *self-esteem* dapat diartikan sebagai perilaku yang dapat dianggap keseluruhan dari kesadaran individu dalam menilai bagaimana baik buruknya (Saragih & Soetikno, 2023).

Pada masa dewasa awal, fase perkembangan psikososial yang sangat penting, *self-esteem* membentuk dasar bagaimana individu memandang dirinya dalam konteks hubungan interpersonal, khususnya hubungan romantis seperti pacaran. Selain itu, pada masa dewasa awal juga, *self-esteem* diakui sebagai fondasi krusial yang membentuk cara individu memandang dirinya dalam berbagai domain kehidupan, khususnya hubungan romantis, karier, dan pencapaian personal, sehingga secara signifikan memengaruhi kemampuan untuk membangun hubungan yang sehat, mengambil keputusan yang adaptif, mengelola stres dan tantangan hidup, serta menjaga kesejahteraan psikologis dan emosional dalam jangka panjang. Dalam konteks ini, *self-esteem* mencerminkan rasa penghormatan dan penerimaan diri yang memengaruhi kemampuan individu untuk membangun hubungan yang sehat serta menjaga kesejahteraan psikologisnya. Dapat disimpulkan bahwa suatu perilaku yang merefleksikan kesadaran individu dalam menilai baik buruknya diri, di mana proses evaluasi ini bersifat dinamis dan terus berkembang seiring dengan pengalaman hidup yang dialami individu. *Self-esteem* dalam pandangan ini bukan sekadar penilaian statis, melainkan konstruk psikologis yang aktif membentuk cara individu menginterpretasi realitas dan merespons berbagai situasi dalam kehidupan sehari-hari.

Self-esteem merupakan aspek psikososial yang berkembang melalui proses evaluasi diri yang multidimensional, di mana individu tidak hanya membandingkan diri mereka yang nyata dengan citra diri ideal, tetapi juga mempertimbangkan *feedback* sosial, pencapaian personal, dan standar-standar yang ditetapkan oleh lingkungan sosial dan budaya sekitar (Khoirun *et al.*, 2021). *Self-esteem* memiliki aspek-aspek penting di dalamnya. Menurut Rosenberg (1965), aspek-aspek penting dalam *self-esteem* meliputi dua hal yaitu (Nabilla *et al.*, 2024): pertama, aspek penerimaan diri yang akan berhubungan dengan bagaimana individu menilai kondisi dirinya sendiri mencakup kondisi fisik maupun sifat dan kemampuan; kedua, aspek penghormatan diri yang akan berhubungan dengan bagaimana individu memberikan penghargaan terhadap kemampuan-kemampuan yang dimilikinya dan prestasi-prestasi yang dicapainya. Selain aspek-aspek penting, terdapat juga faktor-faktor yang memengaruhi *self-esteem*. Menurut Fitri (2021), faktor-faktor yang memengaruhi *self-esteem*, yaitu faktor jenis kelamin, faktor intelegensi, faktor kondisi fisik, faktor lingkungan keluarga, dan faktor lingkungan sosial.



Self-esteem individu terbagi menjadi dua yaitu harga diri dan harga diri rendah. Menurut Santrock (2021), individu dengan harga diri tinggi cenderung mampu mengelola tekanan hidup dengan lebih baik, lebih resilien terhadap kritik, dan memiliki motivasi intrinsik yang kuat untuk mencapai tujuan hidup. Mereka juga lebih mampu menetapkan batasan yang sehat dalam hubungan interpersonal dan tidak mudah terpengaruh oleh manipulasi emosional. Namun, pengalaman kekerasan dalam relasi romantis dapat menghancurkan persepsi diri seseorang secara sistematis, di mana korban mulai memandang dirinya sebagai individu yang tidak berharga, tidak layak dicintai, dan bertanggung jawab atas kekerasan yang dialaminya. Proses ini dapat berdampak pada menurunnya *self-esteem* secara drastis dan berkelanjutan, sehingga menciptakan siklus negatif yang sulit diputus.

Di sisi lain, resiliensi merupakan tolak ukur kemampuan individu dalam mengatasi tekanan atau kesulitan yang dihadapi (Connor & Davidson, 2003; Ghaisani, 2024). Menurut Saputro et al. (2021), resiliensi merupakan proses adaptasi dalam menghadapi kesulitan, tragedi, trauma, dan ancaman yang signifikan yang dapat menyebabkan stres pada individu. Resiliensi menggambarkan cara individu untuk pulih dari trauma, serta bagaimana individu mampu mengatasi tantangan dalam hidup (Muhayati *et al.*, 2022). Lebih lanjut, resiliensi dapat dikatakan sebagai kemampuan seseorang untuk mengatasi atau bangkit dari pengalaman menyakitkan yang dimiliki (Sisca & Moningga, 2008; Marita & Rahmasari, 2021). Dari sini, dapat disimpulkan bahwa resiliensi adalah kemampuan dinamis dalam diri individu untuk bangkit dari kesulitan atau pengalaman dari stres dengan mempertahankan dan memanfaatkan aspek positif yang dimilikinya.

Sama halnya *self-esteem*, resiliensi juga memiliki faktor-faktor yang memengaruhinya. Menurut Saputro et al. (2021) faktor-faktor tersebut yaitu, faktor usia dan gender, faktor status sosial ekonomi, faktor karakteristik kepribadian, faktor religiusitas, faktor koping stres, faktor efikasi diri, faktor kecerdasan emosi, faktor optimisme, faktor kebersyukuran, faktor gaya pola asuh, dan faktor dukungan sosial. Resiliensi bukan sekadar kemampuan, melainkan kapasitas dinamis untuk beradaptasi secara positif, mempertahankan fungsi psikologis yang sehat, dan menggunakan strategi *coping* yang konstruktif, meskipun berada dalam tekanan atau trauma yang signifikan. Menurut Reivich dan Shatté (2020), resiliensi dapat dibentuk dan dikembangkan melalui berbagai faktor termasuk pengalaman hidup yang beragam, pola pengasuhan yang mendukung, sistem dukungan sosial yang kuat, dan faktor psikologis internal seperti. Resiliensi juga dapat dikatakan sebagai proses pemulihan stres yang dialami dengan mempertahankan hal positif dari dalam diri individu (Reich *et al.*, 2010; Marita & Rahmasari, 2021). Karenanya, resiliensi menjadi aspek penting dalam kaitannya dengan *self-esteem*.

Penelitian dari Ramadhani et al. (2021) menemukan bahwa individu yang memiliki resiliensi tinggi lebih mampu memaknai ulang pengalaman kekerasan yang dialaminya sebagai pembelajaran hidup yang berharga dan tidak larut dalam trauma berkepanjangan. Mereka mampu membangun makna positif dari pengalaman buruk, mengembangkan hidup dengan perspektif yang lebih matang dan kuat. Individu dengan resiliensi juga menunjukkan kemampuan superior dalam mengidentifikasi dan memanfaatkan sumber daya internal dan eksternal untuk pemulihan, serta lebih proaktif dalam mencari bantuan profesional ketika diperlukan. Namun, tidak semua korban kekerasan pacaran memiliki kapasitas resiliensi ini secara otomatis. Pengembangan resiliensi memerlukan proses yang kompleks yang melibatkan berbagai faktor individual, interpersonal, dan faktor lingkungan.

Tingginya *self-esteem* dapat memandang masalah seperti kekerasan dalam pacaran sebagai sesuatu yang dapat dihadapi, diatasi dan mendapat dukungan sosial, serta keyakinan diri yang positif terhadap kemampuan dan harga diri, yang mana dapat menyebabkan resiliensi



yang juga meningkat. Meningkatnya resiliensi ditandai dengan kemampuan untuk beradaptasi dan bangkit kembali dari kesulitan, serta mampu memiliki hubungan yang positif. Dampak dari peningkatan *self-esteem* dan resiliensi menjadi signifikan pada dewasa awal. Fase perkembangan ini mencakup penyesuaian diri, kemandirian dan pembentukan hubungan intim serta karier. Dari sini dapat ditegaskan bahwa pengalaman korban kekerasan dalam pacaran berkontribusi pada peningkatan *self-esteem*, yang selanjutnya berdampak pada tingginya resiliensi pada dewasa awal korban kekerasan dalam pacaran.

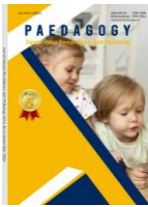
Meski demikian, masih sangat terbatas penelitian yang secara spesifik meneliti hubungan antara *self-esteem* dan resiliensi pada korban kekerasan pacaran di masa dewasa awal. Sebagian penelitian masih terfokus pada populasi remaja atau korban kekerasan rumah tangga, dengan generalisasi terbatas pada konteks kekerasan dalam pacaran dewasa awal. Keterbatasan ini menciptakan gap dalam pemahaman tentang dinamika pacaran antara kedua konstruk psikologis ini pada populasi spesifik. Padahal, fase dewasa awal memiliki tantangan psikososial yang berbeda dan cenderung lebih kompleks dibandingkan masa remaja, termasuk tekanan untuk mencapai kemandirian finansial, eksplorasi identitas karier, dan pembentukan hubungan romantis yang lebih serius dengan ekspektasi jangka panjang. Karakteristik unik ini memerlukan investigasi terpisah untuk memahami bagaimana *self-esteem* dan resiliensi berinteraksi dalam konteks perkembangan yang spesifik ini (Listiyandini & Akmal, 2015).

Berdasarkan latar belakang dan literatur yang sudah ada, penelitian ini menjadi penting dilakukan untuk mengisi gap yang ada. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan menganalisis hubungan antara *self-esteem* dengan resiliensi pada dewasa awal korban kekerasan dalam pacaran. Penelitian ini merumuskan dua hipotesis awal, yaitu hipotesis nol (H_0 : tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *self-esteem* dengan resiliensi pada dewasa awal korban kekerasan dalam pacaran) dan hipotesis alternatif (H_a : terdapat hubungan positif yang signifikan antara *self-esteem* dengan resiliensi pada dewasa awal korban kekerasan dalam pacaran). Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan tentang psikologi perkembangan dan menjadi sumber yang dapat digunakan sebagai referensi untuk penelitian yang akan datang. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan mampu menggambarkan tingkat *self-esteem* dan mengungkapkan resiliensi terhadap korban kekerasan dalam pacaran, sehingga nantinya dapat ditemukan intervensi yang tepat untuk meningkatkan sikap positif pada korban kekerasan dalam pacaran.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang bersifat korelasional dan bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat korelasi antara kedua variabel yaitu *self-esteem* dengan resiliensi serta mengetahui signifikansi dari kedua variabel. Penelitian ini dilakukan secara *online*, pengumpulan data dilakukan dengan membagikan kuesioner *online* menggunakan *Google Form* yang disebarluaskan melalui media sosial berupa *Instagram*, *Whatsapp*, dan *Line*. Adapun teknik *sampling* yang digunakan pada penelitian ini adalah *purposive sampling* dengan pengambilan partisipan sesuai dengan kriteria. Selanjutnya peneliti akan meminta tolong rekan untuk ikut menyebarkan kuesioner kepada kenalan teman atau kerabat dari rekan peneliti. Adapun teknik pengolahan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan cara menghitung data, yang mana peneliti akan menggunakan aplikasi *SPSS* untuk melakukan analisis data.

Partisipan dalam penelitian ini adalah individu dewasa awal yang berusia 20 hingga 40 tahun. Kriteria partisipan adalah mereka yang pernah menjadi korban kekerasan dalam pacaran, baik dalam bentuk kekerasan fisik, emosional, verbal, psikologis, maupun seksual, laki-laki



maupun perempuan. Informasi mengenai pengalaman tersebut dapat diperoleh melalui kuesioner dengan pertanyaan: “Apakah Anda pernah mengalami perlakuan kasar (fisik, verbal, emsional, psikologis, maupun seksual) dari pasangan Anda selama berpacaran?” Partisipan dalam pengisian kuesioner akan diberikan *informed consent* dengan menyatakan kesukarelaan dalam berpartisipasi mengisi kuesioner yang telah disediakan dan akan dijaga kerahasiaan data yang telah diberikan partisipan setelah mengisi kuesioner tersebut.

Dalam penelitian ini, alat ukur yang digunakan untuk mengukur keberhargaan diri individu (*self-esteem*), menggunakan alat ukur *Rosenberg Self Esteem Scale* (RSES) yang telah diadaptasi oleh Alwi dan Razak (2022) yang terdiri dari 8 butir pertanyaan. Beberapa jawaban pada instrumen ini menggunakan skala *Likert* yang memiliki rentang dari “Sangat Positif” hingga “Sangat Negatif”, serta menggunakan skala frekuensi seperti “Sangat Tidak Setuju”, “Tidak Setuju”, “Netral”, “Setuju”, hingga “Sangat Setuju”. Berikut Tabel 1 merupakan *blue print Rosenberg Self Esteem*.

Tabel 1. Blue Print Rosenberg Self Esteem (RSES)

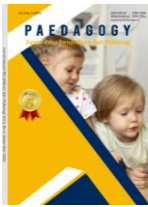
Konstruk	Item Positif	Item Negatif
<i>Self-esteem</i>	1,3,4,7,10	5,6,9

Adapun untuk alat ukur variabel resiliensi yang akan digunakan pada penelitian ini adalah *Connor-Davidson Resilience Scale* (CD-RISC) yang dikembangkan oleh Connor-Davidson (2003) dan diterjemahkan ke Bahasa Indonesia oleh Listyandini dan Akmal (2015) yang terdiri dari 25 item dengan lima pilihan. Beberapa jawaban pada instrumen ini menggunakan skala *Likert* yang memiliki rentang dari “Sangat Positif” hingga “Sangat Negatif”, serta menggunakan skala frekuensi seperti “Sangat Tidak Benar”, “Hampir Tidak Benar”, “Kadang-Kadang Benar”, “Hampir Sering Kali Benar”, dan “Sering Kali Benar”. Reliabilitas skala ini diukur dengan metode *Cronbach's Alpha*. Hasil uji reliabilitasnya sebesar 0,87 dan semua item dinyatakan valid. Berikut Tabel 2 merupakan *blue print Connor-Davidson Resilience Scale*.

Tabel 2. Blue Print Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC)

Variabel	Aspek	Favorable	Jumlah
Resiliensi	Kompetensi personal, standar yang tinggi dan kegigihan	6,12,13,17,24	5
	Menyakini insting, toleran terhadap afek negatif, dan menganggap stres sebagai sumber kekuatan	8,15,18,20,21,25	6
	Penerimaan yang positif akan perubahan dan hubungan yang lekat dengan orang lain	1,2,9,10,14	5
	Kendali diri	4,11,19,22,23	5
	Pengaruh spiritual	2,5,7,16	4
Jumlah			25

Proses penelitian dilakukan dengan menyebarkan kuesioner *online* berbentuk *Google Form* kepada subjek yaitu orang-orang yang dirinya pernah berperan sebagai korban kekerasan dalam pacaran. Penyebaran kuesioner dilakukan dengan menggunakan beberapa media sosial berupa *Whatsapp*, *Instagram*, dan *Line*. Kuesioner berbentuk *Google Form* tersebut dibagi menjadi beberapa bagian halaman, bagian pertama berisikan pembuka yang terdapat



pengenalan dan penjelasan singkat mengenai maksud dan tujuan dari kuesioner tersebut. Bagian kedua akan berisikan *informed consent* yang menyatakan kesediaan subjek untuk berpartisipasi dalam penelitian dengan cara memasukkan biodata singkat. Pada bagian ketiga dan seterusnya akan memuat kuesioner berisikan pertanyaan-pertanyaan untuk subjek terkait dengan pengukuran *self-esteem* dengan resiliensi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Deskripsi Responden Penelitian

Tabel 3. Deskripsi Responden Penelitian

Kategori	Subkategori	Frekuensi	Persentase (%)
Jenis Kelamin	Laki-Laki	122	40
	Perempuan	183	60
	Jumlah	305	100
Usia	20–25 tahun	106	25,6
	26–30 tahun	121	29,2
	31–35 tahun	65	15,7
	36–40 tahun	13	3,1
	Jumlah	305	100

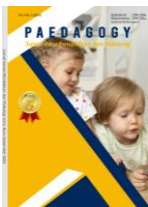
Berdasarkan Tabel 3 terlihat bahwa diperoleh sebanyak 122 orang (40%) berjenis kelamin laki-laki dan sebanyak 183 orang (60%) berjenis kelamin perempuan. Artinya, responden dalam penelitian ini didominasi oleh perempuan. Selain itu, rata-rata usia responden dalam penelitian ini adalah 26–30 tahun yang berjumlah 121 orang (29,2%). Kemudian diikuti responden yang berusia 20–25 tahun berjumlah 106 orang (25,6%), diikuti responden yang berusia 31–35 tahun berjumlah 65 orang (15,7%), dan paling sedikit adalah responden yang berusia 36–40 tahun berjumlah 13 orang (3,1%).

Deskripsi Variabel Penelitian

Tabel 4. Hasil Pengolahan Data Variabel Penelitian

Gambaran Data Variabel X (*Self-esteem*) dan Y (Resiliensi)

Kategori <i>Self-esteem</i> (X)					
		Frekuensi	Persentase (%)	Persentase Valid (%)	Data Akumulasi Persentase (%)
Data	Sedang	27	6,5	8,9	8,9
Valid	Tinggi	278	67,1	91,1	100
Total		305	73,7	100	
Missing System		109	26,3		
Total		414	100		
Kategori Resiliensi (Y)					
		Frekuensi	Persentase (%)	Persentase Valid (%)	Data Akumulasi Persentase (%)
Data	Rendah	25	6	8,2	8,2
Valid	Sedang	3	0,3	1	9,2
	Tinggi	277	66,9	90,8	100



Total	305	73,7	100
Missing System	109	26,3	
Total	414	100	

Berdasarkan Tabel 4, hasil pengolahan data *self-esteem* (variabel X) pada 305 responden yang valid, diperoleh bahwa sebagian besar responden berada pada kategori “*self-esteem* tinggi”, yaitu sebanyak 278 orang (91,1%). Sementara itu, hanya 27 responden (8,9%) yang berada pada kategori “*self-esteem* sedang”. Distribusi ini mengindikasikan bahwa tingkat *self-esteem* pada populasi penelitian cenderung berada pada kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki tingkat *self-esteem* yang baik. Tidak ada responden yang masuk kategori rendah, namun terdapat 109 data (26,3%) yang hilang (*missing data*) sehingga tidak dianalisis pada kategori valid.

Adapun untuk hasil pengolahan data resiliensi (variabel Y) pada Tabel 4, diperoleh bahwa sebagian besar responden berada pada kategori “resiliensi tinggi”, yaitu sebanyak 277 orang (90,8%). Sementara itu, terdapat 25 responden (8,2%) yang berada pada kategori “resiliensi rendah” dan 3 responden (1,0%) yang berada pada kategori “resiliensi sedang”. Distribusi ini mengindikasikan bahwa tingkat resiliensi pada populasi penelitian cenderung berada pada kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas dari responden memiliki resiliensi yang cukup tinggi. Terdapat 109 data (26,3%) yang hilang (*missing data*) sehingga tidak dilakukan analisis pada kategori valid. Selanjutnya, Tabel 5 di bawah ini merupakan data statistik deskriptif pada variabel *self-esteem* (X) dan variabel resiliensi (Y) dalam hasil penelitian ini.

Tabel 5. Hasil Statistik Deskriptif

	N	Minimum	Maksimum	Mean (Rata-Rata)	Standar Deviasi
Variabel X	305	1,00	4,00	3,3338	0,76093
Variabel Y	305	1,00	5,00	4,1353	0,96546
Valid N (<i>listwise</i>)	305				

Berdasarkan Tabel 5, hasil analisis deskriptif pada variabel *self-esteem* (X) terlihat bahwa nilai minimum sebesar 1 dan nilai maksimum sebesar 4. Nilai rata-rata (*mean*) berada di atas angka 3, yang menunjukkan bahwa tingkat *self-esteem* responden cenderung berada pada kategori tinggi. Nilai standar deviasi sebesar 0,76 mengindikasikan bahwa variasi jawaban responden berada pada tingkat sedang, sehingga persepsi responden relatif konsisten. Adapun untuk hasil analisis deskriptif pada variabel resiliensi (Y) terlihat bahwa nilai minimum sebesar 1 dan nilai maksimum sebesar 5. Nilai rata-rata (*mean*) berada di atas angka 4, yang menunjukkan bahwa tingkat persetujuan responden terhadap pernyataan-pernyataan resiliensi cenderung tinggi. Nilai standar deviasi sebesar 0,97 menunjukkan adanya variasi jawaban yang moderat dari para responden.

Hasil Uji Validitas Dan Reliabilitas

Pengujian validitas dilakukan dengan menggunakan teknik *Pearson Product Moment*. Berdasarkan tabel distribusi *r product moment* untuk taraf signifikansi 5% ($\alpha = 0,05$), diperoleh nilai $r_{\text{tabel}} = 0,113$. Indikator atau pernyataan dinyatakan valid apabila $r_{\text{hitung}} > r_{\text{tabel}}$. Berikut Tabel 6 merupakan hasil uji validitas terhadap variabel *self-esteem* (X) dan variabel resiliensi (Y) dalam penelitian ini.

Tabel 6. Hasil Uji Validitas

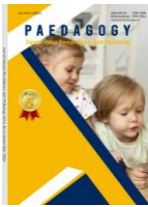
Variabel <i>Self-esteem</i> (X)				Variabel Resiliensi (Y)			
Pertanyaan Indikator	Pearson Correlation (r_{hitung})	r_{tabel} (N=305)	Kesimpulan	Pertanyaan Indikator	Pearson Correlation (r_{hitung})	r_{tabel} (N=305)	Kesimpulan
X01	0,815	0,113	Valid	Y01	0,774	0,113	Valid
X03	0,813	0,113	Valid	Y02	0,782	0,113	Valid
X04	0,730	0,113	Valid	Y03	0,753	0,113	Valid
X07	0,753	0,113	Valid	Y04	0,752	0,113	Valid
X10	0,785	0,113	Valid	Y05	0,692	0,113	Valid
				Y06	0,747	0,113	Valid
				Y07	0,783	0,113	Valid
				Y08	0,709	0,113	Valid
				Y09	0,787	0,113	Valid
				Y10	0,772	0,113	Valid
				Y11	0,740	0,113	Valid
				Y12	0,756	0,113	Valid
				Y13	0,773	0,113	Valid
				Y14	0,737	0,113	Valid
				Y15	0,777	0,113	Valid
				Y16	0,768	0,113	Valid
				Y17	0,688	0,113	Valid
				Y18	0,765	0,113	Valid
				Y19	0,763	0,113	Valid
				Y20	0,736	0,113	Valid
				Y21	0,773	0,113	Valid
				Y22	0,764	0,113	Valid
				Y23	0,722	0,113	Valid
				Y24	0,769	0,113	Valid
				Y25	0,768	0,113	Valid

Berdasarkan Tabel 6 dapat diketahui bahwa seluruh butir pertanyaan pada kuesioner dinyatakan valid, baik untuk variabel X (*self-esteem*) maupun variabel Y (resiliensi). Hal ini dikarenakan nilai r_{hitung} masing-masing item lebih besar daripada r_{tabel} pada tingkat signifikansi yang ditetapkan. Hal ini menunjukkan bahwa setiap item pertanyaan memiliki korelasi yang kuat dan signifikan dengan skor total variabelnya, sehingga instrumen penelitian ini layak digunakan untuk mengukur variabel yang diteliti. Selanjutnya, untuk pengujian reliabilitas kedua variabel dalam penelitian ini menggunakan *Cronbach's Alpha*. Adapun hasil ujinya dapat dilihat pada Tabel 7 berikut.

Tabel 7. Hasil Uji Reliabilitas

Variabel	<i>Cronbach's Alpha</i>	<i>Standardized Items</i>	<i>N of Items</i>
<i>Self-esteem</i> (X)	0,839	0,839	5
Resiliensi (Y)	0,968	0,968	25

Instrumen penelitian dianggap memiliki reliabilitas yang memadai jika nilai *Cronbach's Alpha*-nya setidaknya $\geq 0,70$. Berdasarkan Tabel 7 diperoleh nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,839 dengan jumlah item sebanyak 5 butir pernyataan untuk variabel *self-esteem* (X), sehingga dapat disimpulkan bahwa instrumen penelitian variabel *self-esteem* ini sudah reliabel. Begitupun dengan variabel resiliensi (Y), diperoleh nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,968 dengan jumlah item sebanyak 25 butir pernyataan, sehingga dapat disimpulkan bahwa instrumen penelitian variabel resiliensi ini juga sudah reliabel.



Uji Normalitas Data

Uji normalitas data dalam penelitian ini menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov*. Ketentuan dari uji ini adalah, jika $p\text{-value} > sig.$ 0,05 maka data terdistribusi normal, namun jika $p\text{-value} < sig.$ 0,05 maka data tidak terdistribusi normal. Berikut Tabel 8 merupakan hasil dari uji normalitas data pada kedua variabel dalam penelitian ini.

Tabel 8. Hasil Uji Normalitas

<i>One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test</i>			
		Variabel X (<i>Self-esteem</i>)	Variabel Y (Resiliensi)
N		305	305
<i>Normal Parameters</i>	<i>Mean</i>	3,3338	4,1353
	<i>Std. Deviation</i>	0,76093	0,96546
	<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>	0,000	0,000

Berdasarkan hasil uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov* pada Tabel 8, diperoleh nilai signifikansi (*Asymp. Sig. 2-tailed*) sebesar 0,000 pada kedua variabel. Karena $p\text{-value}$ ini lebih kecil dari tingkat signifikansi 0,05, maka seluruh item pada variabel *self-esteem* dan variabel resiliensi tidak terdistribusi normal secara statistik. Dengan demikian, data pada item-item tersebut tidak memenuhi asumsi normalitas.

Uji Hipotesis

Uji hipotesis pada penelitian ini menggunakan uji korelasi *Spearman* dikarenakan data-data dari variabel yang ada tidak memenuhi asumsi normalitas. Dalam uji korelasi *Spearman*, jika $p\text{-value} < sig.$ 0,05 maka terdapat hubungan antara variabel X dan Y, namun jika $p\text{-value} > sig.$ 0,05 maka tidak terdapat hubungan antara variabel X dan Y. Berikut Tabel 9 merupakan hasil dari uji hipotesis menggunakan uji korelasi *Spearman*.

Tabel 9. Hasil Uji Hipotesis

<i>Spearman Correlations Test</i>			
		Total Score X	Total Score Y
<i>Spearman's rho</i>	<i>Correlation</i>		
	<i>Coefficient</i>	1,000	0,417
	<i>Sig. (2-tailed)</i>		0,000
	N	305	305
	<i>Correlation</i>		
	<i>Coefficient</i>	0,417	1,000
	<i>Sig. (2-tailed)</i>	0,000	
	N	305	305

Berdasarkan hasil uji korelasi *Spearman* antara variabel *self-esteem* dan resiliensi pada Tabel 9, diperoleh nilai koefisien korelasi sebesar 0,417 dengan nilai signifikansi ($p\text{-value}$) = 0,000. Karena $p\text{-value}$ ini lebih kecil dari tingkat signifikansi 0,05, hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang positif dan signifikan antara *self-esteem* dan resiliensi pada tingkat kepercayaan 95%. Nilai koefisien sebesar 0,417 mengindikasikan bahwa hubungan antara kedua variabel berada pada kategori sedang. Dengan demikian, semakin tinggi *self-esteem* responden, maka semakin tinggi pula tingkat resiliensinya.

Uji Beda *Self-Esteem* (X) Dan Resiliensi (Y) Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 10. Hasil Uji Menggunakan Rank

<i>Ranks</i>				
	Jenis Kelamin	N	Mean Rank	Sum of Ranks
<i>Total_Score_X</i>	Laki-Laki	122	154,32	18826,50
	Perempuan	183	152,12	27838,50
	Total	305		
<i>Total_Score_Y</i>	Laki-Laki	122	147,03	17938,00
	Perempuan	183	156,98	28727,00
	Total	305		

Berdasarkan hasil pada Tabel 10 uji *Ranks* di atas, terlihat bahwa pada variabel *self-esteem* (*Total_Score_X*), kelompok laki-laki memiliki *mean rank* sebesar 154,32, sedikit lebih tinggi dibandingkan perempuan yang memiliki *mean rank* 152,12. Hal ini menunjukkan bahwa laki-laki cenderung memiliki skor *self-esteem* sedikit lebih tinggi. Sementara itu, pada variabel resiliensi (*Total_Score_Y*), perempuan memiliki *mean rank* sebesar 156,98, lebih tinggi dibandingkan laki-laki yang memiliki *mean rank* 147,03. Hal ini menggambarkan bahwa perempuan cenderung memiliki tingkat resiliensi yang lebih tinggi. Namun, perbedaan-perbedaan ini masih bersifat deskriptif, sehingga untuk memastikan apakah perbedaan tersebut signifikan secara statistik, maka perlu merujuk pada hasil *Test Statistics*. Uji ini menggunakan *Mann-Whitney U* dengan syarat, jika nilai $\text{sig.} > \alpha = 0,05$ maka tidak terdapat perbedaan, namun jika nilai $\text{sig.} < \alpha = 0,05$ maka terdapat perbedaan. Berikut Tabel 11 hasil uji *Mann-Whitney U*.

Tabel 11. Hasil Test Statistics dengan Mann-Whitney U

<i>Test Statistics</i>		
	<i>Total Score X</i>	<i>Total Score Y</i>
<i>Mann-Whitney U</i>	11002,500	10435,000
<i>Wilcoxon W</i>	27838,500	17938,000
<i>Z</i>	-0,221	-0,972
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>	0,825	0,331

Berdasarkan Tabel 11 *Test Statistics* dengan *Mann-Whitney U*, nilai signifikansi untuk variabel *self-esteem* (*Total_Score_X*) adalah 0,825, yang lebih besar dari $\alpha = 0,05$. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan *self-esteem* yang signifikan antara laki-laki dan perempuan. Sementara itu, nilai signifikansi untuk variabel resiliensi (*Total_Score_Y*) adalah 0,331, yang mana juga lebih besar dari $\alpha = 0,05$, sehingga kembali dapat disimpulkan bahwa perbedaan resiliensi antara laki-laki dan perempuan juga tidak signifikan secara statistik. Secara keseluruhan, hasil uji menunjukkan bahwa jenis kelamin tidak berpengaruh secara signifikan terhadap *self-esteem* maupun resiliensi.

Uji Beda *Self-Esteem* (X) Dan Resiliensi (Y) Berdasarkan Usia

Tabel 12. Hasil Uji Menggunakan Rank

<i>Ranks</i>			
	Jenis Kelamin	N	Mean Rank
<i>Total_Score_X</i>	20–25 tahun	106	138,06

	26–30 tahun	121	153,77
	31–35 tahun	65	174,65
	36–40 tahun	13	159,42
	Total	305	
	20–25 tahun	106	138,45
	26–30 tahun	121	158,04
<i>Total_Score_Y</i>	31–35 tahun	65	168,88
	36–40 tahun	13	145,27
	Total	305	

Berdasarkan hasil pada Tabel 12 uji *Ranks* di atas, terlihat bahwa untuk variabel *self-esteem* (*Total_Score_X*), kelompok usia 31–35 tahun memiliki *mean rank* tertinggi (174,65), diikuti kelompok 36–40 tahun (159,42), 26–30 tahun (153,77), dan 20–25 tahun (138,06), yang secara deskriptif menunjukkan bahwa *self-esteem* cenderung meningkat seiring bertambahnya usia, dengan kelompok muda memiliki skor rata-rata lebih rendah dibanding kelompok yang lebih dewasa. Hal yang serupa juga terlihat pada variabel resiliensi (*Total_Score_Y*), di mana kelompok usia 31–35 tahun memiliki *mean rank* tertinggi (168,88), diikuti kelompok 26–30 tahun (158,04), 36–40 tahun (145,27), dan 20–25 tahun (138,45), sehingga secara deskriptif resiliensi juga cenderung meningkat pada kelompok usia yang lebih tua dibandingkan kelompok usia muda. Namun, perbedaan-perbedaan ini masih bersifat deskriptif, sehingga untuk memastikan apakah perbedaan tersebut signifikan secara statistik, maka perlu merujuk pada hasil *Test Statistics*. Uji ini menggunakan *Kruskal-Wallis H* dengan syarat, jika nilai $\text{sig.} > \alpha = 0,05$ maka tidak terdapat perbedaan, namun jika nilai $\text{sig.} < \alpha = 0,05$ maka terdapat perbedaan. Berikut Tabel 13 hasil uji *Kruskal-Wallis H*.

Tabel 13. Hasil Test Statistics dengan Kruskal-Wallis H

	<i>Test Statistics</i>	
	<i>Total_Score_X</i>	<i>Total_Score_Y</i>
<i>Kruskal-Wallis H</i>	7,620	5,565
<i>df</i>	3	3
<i>Asymp. Sig.</i>	0,055	0,135

Berdasarkan Tabel 13 *Test Statistics* dengan uji *Kruskal-Wallis H*, untuk variabel *self-esteem* (*Total_Score_X*) diperoleh nilai *Asymp. Sig.* = 0,055 dengan *df* = 3. Karena nilai signifikansi lebih besar dari $\alpha = 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan *self-esteem* yang signifikan antar kelompok usia. Sedangkan untuk variabel resiliensi (*Total_Score_Y*) diperoleh nilai *Asymp. Sig.* = 0,135 dengan *df* = 3. Nilai ini juga lebih besar dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan tidak terdapat perbedaan resiliensi yang signifikan antar kelompok usia. Secara keseluruhan, meskipun *mean rank* deskriptif menunjukkan variasi antar kelompok usia, perbedaan tersebut tidak signifikan secara statistik.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara *self-esteem* dan resiliensi pada dewasa awal korban kekerasan dalam pacaran. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian Azzahra dan Herdiana (2022) yang menyatakan bahwa individu dengan *self-esteem* yang baik cenderung memiliki kemampuan adaptasi psikologis yang lebih kuat ketika menghadapi pengalaman traumatis, termasuk kekerasan dalam relasi romantis. *Self-*



esteem berfungsi sebagai sumber daya internal yang membantu individu memaknai peristiwa negatif secara lebih adaptif serta mengurangi kecenderungan menyalahkan diri sendiri. Dalam konteks korban kekerasan dalam pacaran, individu dengan *self-esteem* yang lebih tinggi cenderung mampu melihat dirinya sebagai pribadi yang berharga dan layak mendapatkan hubungan yang sehat, sehingga lebih mudah bangkit dari pengalaman traumatis.

Selain itu, hasil penelitian ini juga memperkuat temuan Manoppo (2024) yang menyebutkan bahwa pengalaman kekerasan dalam pacaran tidak selalu berdampak negatif secara permanen, tetapi dapat memicu proses refleksi diri yang berujung pada penguatan psikologis apabila individu memiliki kapasitas resiliensi yang baik. Resiliensi memungkinkan individu untuk menafsirkan pengalaman kekerasan sebagai pembelajaran hidup, bukan semata-mata sebagai kegagalan personal. Hal ini sejalan dengan pandangan Jailani dan Nurasiah (2021) yang menjelaskan bahwa resiliensi berperan penting dalam membantu korban kekerasan mengelola emosi negatif, membangun kembali kepercayaan diri, serta mengembangkan mekanisme koping yang lebih adaptif.

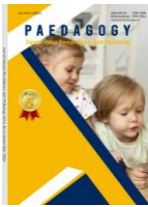
Temuan penelitian ini juga memperlihatkan bahwa tingginya *self-esteem* berkontribusi terhadap kemampuan individu dalam membangun resiliensi, terutama pada fase dewasa awal yang sarat dengan tuntutan perkembangan seperti kemandirian emosional, relasi intim, dan pencapaian karier. Hal ini memperkuat pendapat Fitri (2021) yang menyatakan bahwa *self-esteem* merupakan fondasi psikologis yang memengaruhi cara individu memandang tantangan hidup dan merespons tekanan lingkungan. Individu dengan *self-esteem* tinggi lebih mampu mempertahankan harga diri, menetapkan batasan yang sehat dalam hubungan, serta tidak mudah terjebak dalam relasi yang bersifat destruktif. Dengan demikian, *self-esteem* berperan sebagai faktor protektif yang mendukung terbentuknya resiliensi pada korban kekerasan dalam pacaran.

Lebih lanjut, hasil penelitian ini sejalan dengan temuan Muhayati et al. (2022) yang menunjukkan bahwa resiliensi berkaitan erat dengan kemampuan individu dalam mengelola stres, menerima pengalaman hidup secara realistis, dan membangun harapan positif terhadap masa depan. Resiliensi tidak hanya berfungsi sebagai mekanisme bertahan, tetapi juga sebagai proses pertumbuhan psikologis pasca trauma. Dalam konteks dewasa awal, kemampuan ini menjadi sangat penting karena individu berada pada fase pembentukan identitas, relasi intim, dan stabilitas emosional. Oleh karena itu, penguatan *self-esteem* melalui intervensi psikologis, dukungan sosial, serta lingkungan yang suportif menjadi strategi penting dalam meningkatkan resiliensi korban kekerasan dalam pacaran.

Secara keseluruhan, temuan penelitian ini menegaskan bahwa *self-esteem* dan resiliensi merupakan dua konstruk psikologis yang saling berkaitan dan berperan penting dalam proses pemulihan korban kekerasan dalam pacaran. Hasil ini sekaligus memperkuat literatur sebelumnya yang menyatakan bahwa individu dengan harga diri yang baik memiliki kapasitas adaptif yang lebih tinggi dalam menghadapi pengalaman traumatis (Azzahra & Herdiana, 2022; Manoppo, 2024). Dengan demikian, intervensi psikologis yang berfokus pada peningkatan *self-esteem* diharapkan dapat menjadi salah satu strategi efektif dalam memperkuat resiliensi serta meningkatkan kualitas hidup korban kekerasan dalam pacaran.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *self-esteem* dengan resiliensi pada dewasa awal korban kekerasan dalam pacaran. Walaupun hubungan antara kedua variabel tersebut berada pada kategori sedang, akan tetapi terbukti bahwa jika *self-esteem* yang dimiliki



semakin tinggi, maka semakin tinggi pula tingkat resiliensinya. Selain itu, berdasarkan hasil penelitian dan analisis juga diperoleh bahwa tidak terdapat perbedaan *self-esteem* yang signifikan antara laki-laki dan perempuan, juga perbedaan resiliensi antara laki-laki dan perempuan pun tidak signifikan, sehingga secara keseluruhan jenis kelamin tidak berpengaruh secara signifikan terhadap *self-esteem* maupun resiliensi. Begitupun berdasarkan dengan usia, tidak terdapat perbedaan *self-esteem* yang signifikan antar kelompok usia, juga tidak terdapat perbedaan resiliensi yang signifikan antar kelompok usia, sehingga secara keseluruhan variasi antar kelompok usia tersebut tidak signifikan terhadap *self-esteem* maupun resiliensi.

SARAN

Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengukur secara terpisah *victimization* dan *perpetration cyberbullying* agar perbedaan arah hubungan dengan *self-regulation* dapat dipetakan lebih jelas. Penambahan variabel mediator seperti impulsivitas, empati, moral *disengagement*, atau *emotional intelligence*, serta variabel moderator seperti dukungan sosial keluarga dan teman sebaya, akan memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai mekanisme yang mendasari hubungan positif yang ditemukan pada korban. Selain itu, penelitian longitudinal atau eksperimental diperlukan untuk menguji apakah peningkatan *self-regulation* benar-benar merupakan hasil adaptasi dari pengalaman *victimization* atau hanya efek sementara. Studi di luar Jakarta dan kota besar juga penting untuk melihat apakah pola yang sama terjadi pada remaja di daerah dengan akses internet yang lebih terbatas.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada berbagai pihak yang telah membantu dalam menyelesaikan penelitian ini. Peneliti juga mengucapkan terima kasih secara khusus kepada para responden penelitian ini yang sudah meluangkan tenaga dan waktunya, sehingga penelitian ini dapat dilakukan dan dapat terselesaikan dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Azzahra, A. P., & Herdiana. (2022). Hubungan *self-compassion* dengan resiliensi perempuan dewasa awal korban kekerasan dalam pacaran. *Buletin Riset Psikologi dan Kesehatan Mental*, 2(1). 519–527. <https://doi.org/10.20473/brpkm.v2i1.34581>
- 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>
- Fitri, A. A. (2021). *Hubungan antara harga diri dengan intensitas penggunaan media sosial Instagram pada remaja di Kota Pekanbaru*. (Skripsi, Universitas Islam Riau). <https://repository.uir.ac.id/id/eprint/9598>
- Ghaisani, F. N. (2024). *Hubungan Harga Diri dan Resiliensi pada Remaja Perempuan Korban Kekerasan dalam Pacaran* (Skripsi, Universitas Airlangga). <http://repository.unair.ac.id/id/eprint/133693>
- Irmayanti, N., & Zuroidah, A. (2024). Gambaran Ketergantungan Emosional Dan Harga Diri Pada Korban Kekerasan Dalam Pacaran: Sistematis Review. *Jurnal Psikologi: Jurnal Ilmiah Fakultas Psikologi Universitas Yudharta Pasuruan*, 11(2), 314-332. <https://doi.org/10.35891/jip.v11i2.5456>
- Jailani, M., & Nurashiah, N. (2021). Fenomena kekerasan dalam berpacaran. *Journal of Gender and Social Inclusion in Muslim Societies*, 1(1). <http://dx.doi.org/10.30829/jgsims.v1i1.6445>



- Komnas Perempuan. (2023). *Catatan Tahunan Kekerasan terhadap Perempuan*. Jakarta: Komnas Perempuan.
- Listiyandini, R. A., & Akmal, S. Z. (2015). Hubungan antara kekuatan karakter dan resiliensi pada mahasiswa. *prosiding psikologi*, 1(01), 231-236. <https://conference.univpancasila.ac.id/index.php/prosidingpsikologi/article/view/279>
- Manoppo, I. (2024). Hubungan Lama Pacaran Dengan Kekerasan Dalam Pacaran (KDP) Pada Mahasiswi Fakultas Keperawatan. *Klabat Journal of Nursing*, 6(2), 104-111. <https://doi.org/10.37771/kjn.v6i2.1169>
- Muhayati, M., Muhammad, F. Z., & Amalia, J. (2022). Hubungan antara harga diri dengan resiliensi pada remaja yang orang tuanya bercerai. *Psychology Journal of Mental Health*, 4(1967), 62–80. <https://doi.org/10.32539/pjmh.v4i1.71>
- Pratiwi, P. C. (2017). Upaya peningkatan self-esteem pada dewasa muda penyintas kekerasan dalam pacaran dengan Cognitive Behavior Therapy. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 4(2), 141-159. <https://doi.org/10.24854/jpu60>
- Putri, A. F. (2019). Pentingnya orang dewasa awal menyelesaikan tugas perkembangannya. *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling*, 3(2), 35-40. <https://doi.org/10.23916/08430011>
- Ramadhani, A., Sanjaya, D., Febriyanti, D. A., & Kustanti, E. R. (2021). Predicting self-regulated learning among scholarship recipient students working on a thesis through forgiveness and its dimensions: The mediating role of optimism. In *International Conference on Indonesian Social and Political Enquiries, ICISPE* (Vol. 2020, pp. 9-10). <http://dx.doi.org/10.4108/eai.9-10-2020.2304752>
- Santrock, J. W. (2021). *Life-Span Development* (18th ed.). McGraw-Hill Education.
- Saputro, I., Nashori, F., & Sulistyarini, R. I. (2021). Promoting resilience among family caregiver of cancer through Islamic religious coping. *Indigenous: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 6(2), 55-66. <https://doi.org/10.23917/indigenous.v6i2.13581>
- Saragih, B. P., & Soetikno, N. (2023). Self-esteem korban bullying: Studi literatur. *Jurnal Muara Medika Dan Psikologi Klinis*, 3(1), 79-90. <https://journal.untar.ac.id/index.php/JMMPK/article/view/27087>
- Tisyara, M. K. A., & Valentina, T. D. (2024). Kekerasan dalam Pacaran yang Dialami oleh Perempuan: Sebuah Kajian Literatur. *Psikobuletin: Buletin Ilmiah Psikologi*, 5(1), 65-79. <http://dx.doi.org/10.24014/pib.v5i1.25696>
- Winayanti, R. D., & Wideasavitri, P. N. (2016). Hubungan antara trust dengan konflik interpersonal pada dewasa awal yang menjalani hubungan pacaran jarak jauh. *Jurnal Psikologi Udayana*, 3(1), 10-19. <https://doi.org/10.24843/JPU.2016.v03.i01.p02>