

Self-Esteem Pada Perempuan Dewasa Awal Penyintas Childhood Maltreatment

Self-Esteem In Early Adult Female Survivors Of Childhood Maltreatment

Ameerah Tsabita Yuliwarto

Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya

Email: ameerah.19041@mhs.unesa.ac.id

Satiningsih

Program Studi Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Surabaya

Email: satiningsih@unesa.ac.id

Abstrak

Penyintas *childhood maltreatment* pada umumnya memiliki *self-esteem* yang rendah. Kondisi *self-esteem* yang rendah dapat menurunkan sumber daya dan mengalami kesulitan dalam menghadapi permasalahan dalam kehidupan sehari-hari, dan memberikan dampak negatif terhadap kesehatan mental individu. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji gambaran *self-esteem* perempuan dewasa awal penyintas *childhood maltreatment*. Dengan menggunakan pendekatan kualitatif metode studi kasus, data dikumpulkan melalui wawancara mendalam. Metode analisis data yang digunakan adalah analisis tematik. Partisipan penelitian ini adalah tiga perempuan dewasa awal penyintas *childhood maltreatment*. Penelitian ini menghasilkan suatu tema yaitu gambaran *self-esteem* pada partisipan. Dalam penelitian ini menemukan bahwa gambaran *self-esteem* pada setiap partisipan berbeda dan tidak semua penyintas *childhood maltreatment* mempunyai *self-esteem* yang rendah.

Kata kunci : Harga Diri, Perempuan Dewasa Awal, Penganiayaan Pada Masa Kanak-Kanak

Abstract

Survivors of childhood maltreatment generally have low self-esteem. Low self-esteem conditions can reduce resources and experience difficulties in dealing with problems in everyday life and have a negative impact on individual mental health. This study aims to examine the self-esteem picture of early adult women survivors of childhood maltreatment. Using a qualitative case study approach, data were collected through in-depth interviews. The data analysis method used in this study is thematic analysis. The participants in this study were three early adult women survivors of childhood maltreatment. This study produced a theme, namely the description of self-esteem in the participants. This study found that the self-esteem picture of each participant was different and not all childhood maltreatment survivors had low self-esteem.

Key word : Self-Esteem, Early Adult Women, Childhood Maltreatment

Article History

Submitted : 04-07-2023

Final Revised : 06-07-2023

Accepted : 06-07-2023



This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) license

World Health Organization atau dikenal sebagai WHO (2022b) mendefinisikan *child maltreatment* sebagai segala jenis tindakan seperti kekerasan seksual, kekerasan fisik, kekerasan emosional, penelantaran terhadap kebutuhan anak secara emosional, penelantaran terhadap anak secara fisik, atau eksploitasi lainnya yang membahayakan keselamatan dan kesehatan anak. Hepp et al. (2021) mengungkapkan bahwa *child maltreatment* atau penganiayaan pada anak merupakan segala tindakan berbahaya, potensi berbahaya, maupun mengancam keselamatan anak dilakukan oleh figur otoriter dalam keluarga bisa mencakup orang tua, pengasuh, atau individu pengganti peran orang tua kepada anak yang berusia dibawah 18 tahun. Li et al. (2022) menyatakan bahwa *childhood maltreatment* merupakan pengalaman buruk yang dilalui individu pada masa kanak-kanak seperti pelecehan, penelantaran fisik, seksual dan emosional.

Indonesia termasuk salah satu negara dengan tingkat kekerasan terhadap anak yang tinggi dimana tindakan kekerasan tersebut berlanjut secara turun temurun dari satu generasi ke generasi selanjutnya. Survei Nasional Pengalaman Hidup Anak dan Remaja 2021 menemukan bahwa sebanyak 46 dari 100 remaja perempuan pernah mendapatkan kekerasan setidaknya satu jenis atau lebih dan 37 dari 100 remaja laki-laki pernah mengalami kekerasan dalam bentuk apapun (Sinombor, 2022). Sistem Informasi *Online* Perlindungan Perempuan dan Anak atau dikenal dengan SIMFONI-PPA (2022) memperlihatkan bahwa korban kekerasan didominasi oleh perempuan sejak tahun 2016-2022. Data tersebut menunjukkan bahwa kasus kekerasan yang terjadi kepada perempuan semakin meningkat seiring dengan pergantian tahun di Indonesia.

Wijayanti sebagai Asisten Deputi Bidang Partisipasi Lembaga Profesi dan Dunia Usaha Kementerian PPPA menyatakan bahwa terdapat kurang lebih 70% pelaku yang melakukan kekerasan kepada anak adalah orang tua sendiri sebagai tindakan untuk mendisiplinkan anaknya (Winahyu, 2020). Data tersebut diperkuat dengan Hasil Survei Nasional Pengalaman Hidup Anak dan Remaja 2021 menunjukkan dalam kurun waktu 2019-2021 kekerasan terhadap anak mayoritas terjadi di ruang lingkup keluarga dimana pada tahun 2019 terdapat sebesar 43,56%, pada tahun 2020 ada 47,50% dan pada tahun 2021 naik menjadi 48,68% (Sinombor, 2022).

Orang tua adalah pihak berkewajiban untuk membimbing dan mengasuh anak namun dengan melakukan *child maltreatment* memberikan konsekuensi negatif terhadap keberlangsungan hidup anak tersebut. WHO (2022a) menyampaikan bahwa *child maltreatment* berdampak negatif terhadap kesehatan mental dan kesehatan fisik anak yang dapat berlangsung seumur hidup sehingga mempengaruhi anak tersebut dalam menjalani aktivitas kehidupan sehari-hari. McCoy & Keen (2014) menyatakan bahwa terdapat beberapa dampak negatif yang akan dirasakan oleh anak setelah mendapatkan kekerasan fisik antara lain memar, luka bakar, cedera kepala, patah tulang dan bahkan kematian. WHO (2022a) mengutarakan bahwa dampak negatif *child maltreatment* terhadap kesehatan fisik yaitu menimbulkan cedera, disabilitas, gangguan pencernaan atau gastrointestinal, infeksi seksual menular dan seterusnya. Penyintas *childhood maltreatment* merasakan dampak negatif yang mempengaruhi kesehatan mentalnya seperti mempunyai *self-esteem* (harga diri) yang rendah, keputusasaan, kecemasan, depresi, gangguan makan, gangguan tidur, mengalami permasalahan dalam menjalin hubungan dengan orang lain, melukai diri sendiri, memiliki pikiran untuk membunuh diri sendiri, mempunyai agresi yang tinggi, mengalami PTSD (*post-traumatic stress disorder*), ADHD (*attention deficit hyperactivity disorder*) dan seterusnya (Badr et al., 2018; McCoy & Keen, 2014; WHO, 2022).

Masa dewasa awal dimasuki oleh individu pada umur 20-40 tahun (Papalia & Martorell, 2021). Papalia & Martorell (2021) menyatakan bahwa transisi menuju masa dewasa dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti jenis kelamin, sikap terhadap pendidikan, kemampuan akademik, ras dan etnis, kelas sosial dan harapan saat remaja akhir. Masa dewasa awal identik dengan pencarian jati diri individu, mulai independen dari keluarga namun masih menjalin hubungan yang erat, mengembangkan produktivitas dengan berkomitmen terhadap pekerjaan, serta memasuki tahap komitmen dan ketergantungan dari pasangan (Papalia & Martorell, 2021).

Individu penyintas *childhood maltreatment* masih merasakan dampak dari *child maltreatment* yang dilakukan oleh pihak orang tua maupun pihak pengasuh dalam menghadapi tuntutan pada tahap masa dewasa awal dimana adanya peningkatan peran dan tanggung jawab seiring dengan bertambahnya usia. Curry (2017) menyampaikan bahwa pengalaman masa kanak-kanak yang traumatis dapat melemahkan sumber daya individu untuk berhasil bertransisi menuju masa dewasa dan individu cenderung mengalami kesulitan dalam menghadapi dan menyelesaikan permasalahan yang akan terjadi di masa depan. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Orth (2018) menemukan bahwa lingkungan keluarga pada masa kanak-kanak awal memberikan pengaruh yang signifikan terhadap *self-esteem* anak seiring bertambahnya usia dimana efeknya masih terlihat selama masa dewasa awal.

Self-esteem atau harga diri merupakan cara individu memandang dirinya sendiri dan melakukan penilaian terhadap dirinya secara utuh (Maroqi, 2019). Heatherton & Polivy (dalam Maryam, 2018) berpendapat bahwa *self-esteem* merupakan bagian dari pikiran individu yang berkaitan dengan respon terhadap peristiwa dalam kehidupan individu yang mencakup kegagalan, kesuksesan, keberuntungan, relasi sosial dan seterusnya. Hepp et al. (2021) menyampaikan bahwa penyintas *childhood maltreatment* mengalami peningkatan ketidakpercayaan terhadap orang di sekitarnya dan cenderung menganggap orang lain berbahaya atau dikenal dengan ancaman interpersonal. Ketika persepsi negatif mengalami peningkatan maka *self-esteem* individu akan menurun yang akhirnya dapat memunculkan depresi, kecemasan, stres dan seterusnya saat berhadapan dengan peristiwa negatif yang mungkin berlangsung di masa depan (Çelik & Odacı, 2020).

Berdasarkan hasil wawancara yang sudah dilakukan terhadap ketiga partisipan maka ditemukan perbedaan antara *self-esteem* partisipan pertama dengan yang lainnya. Partisipan pertama menunjukkan penilaian yang cenderung negatif terhadap dirinya sendiri dimana partisipan merasa bersalah terhadap kejadian yang menimpanya, merasa tidak puas terhadap hidupnya, memiliki perspektif bahwa kepribadiannya sangat buruk sehingga tidak bisa tertolong dan merasa hidupnya tidak berharga. Sementara itu, partisipan kedua dan ketiga memiliki penilaian yang positif terhadap diri sendiri dimana keinginan, motivasi yang kuat untuk memperbaiki dirinya dan meningkatkan kemampuan yang dimilikinya sehingga tidak merepotkan orang lain. Partisipan menyampaikan bahwa dirinya sedang belajar untuk menerima kekurangan yang dimilikinya. Dengan latar belakang masalah yang sudah dipaparkan maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai gambaran *self-esteem* perempuan dewasa awal penyintas *childhood maltreatment*.

Metode

Penelitian kualitatif ini menggunakan pendekatan studi kasus (*case study*). Creswell & Poth (2018) mendefinisikan studi kasus sebagai pendekatan kualitatif yang mengeksplorasi dan menganalisis fenomena, sistem terbatas kontemporer (kasus), atau sistem terbatas ganda

(kasus) dari waktu ke waktu dalam kehidupan nyata secara mendalam. Peneliti memilih pendekatan studi kasus disebabkan peneliti ingin mengkaji secara komprehensif dan memahami *self-esteem* partisipan melalui sudut pandang partisipan sebagai penyintas *childhood maltreatment* dalam menyikapi peristiwa yang dilalui beserta dampak yang dirasakan hingga saat ini terhadap *self-esteem* yang dimiliki.

Partisipan

Dalam penelitian ini terdapat tiga partisipan berjenis kelamin. Kriteria partisipan yang akan dikaji dalam penelitian ini antara lain: (1) perempuan dewasa awal berusia 20-25 tahun, (2) mengalami *childhood maltreatment* dari pihak orang tua/figur otoritas keluarga, (3) bertempat tinggal di Surabaya. *Significant others* dari partisipan penelitian dapat mencakup sahabat, teman sebaya, anggota keluarga dan individu lain yang mempunyai hubungan dekat dan dipercaya oleh partisipan penelitian.

Pengumpulan data

Data terkumpul dengan menggunakan wawancara mendalam (*in-depth interview*). Saleh (2017) menyatakan bahwa wawancara mendalam dilakukan untuk mengeksplorasi pengalaman yang dianggap relevan dan penting untuk dikaji sehingga dapat melengkapi data yang dibutuhkan. Peneliti memilih menggunakan teknik wawancara mendalam untuk mendapatkan informasi lebih detail secara mendalam terkait pandangan, persepsi, sikap dan pengetahuan yang dimiliki oleh partisipan. Untuk mendapatkan data yang lebih akurat maka peneliti juga akan melakukan wawancara terhadap *significant other* dari masing-masing partisipan. Peneliti juga menggunakan alat perekam untuk merekam kegiatan wawancara yang dilakukan sehingga dapat digunakan sebagai bahan *cross check* untuk membantu dalam menganalisis data yang telah terkumpulkan.

Analisis data

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis tematik (*thematic analysis*). Analisis tematik merupakan suatu metode untuk mengidentifikasi, menganalisis dan menafsirkan pola makna atau dapat disebut tema dalam data kualitatif (Clarke & Braun, 2017). Peneliti menggunakan teknik analisis tematik dikarenakan dapat mengidentifikasi pola di dalam dan lintas data yang berkaitan dengan pandangan, perspektif, perilaku dan pengalaman hidup partisipan (Braun et al., 2019; Herzog, Handke & Hitters, 2019). Teknik analisis tematik juga bersifat fleksibel dan mudah diterapkan sehingga memudahkan peneliti dalam menganalisis data.

Hasil

Gambaran *self-esteem* pada partisipan

a. Menyikapi kemampuan yang dimiliki

Ketiga partisipan memiliki keinginan yang tinggi dalam mengembangkan potensi yang dimiliki dalam diri sendiri untuk mengasah kemampuan dan keterampilan yang dimiliki.

Tentunya iya kak. Jadi saya ingin jadi untuk berubah menjadi orang yang lebih baik lagi kedepannya. Jadi tentunya saya memiliki keinginan untuk terus mengembangkan kemampuan-kemampuan saya. (DN, W1, 10 April 2023, B135-140)

[...] DN akan terus *mengembangkannya* ya, terus menggali terus menyalurkan *bakatnya* atau *pengetahuannya* untuk hal yang baik. (AN, W1, 10 April 2023, B120-125)

[...] kalau mengembangkan iya *cuman enggak* terlalu *obsess banget cuman kayak* yang eeh aku mau mempelajari hal-hal baru yang aku *sukain*. Untuk mengisi waktu luang juga *sih sebenarnya*. (AS, W1, 07 April 2023, B195-200)

Pastinya iya. (BA, W1, 29 April 2023, B175-180)

[...] ya aku *pengen gimana caranya* aku bisa meng-*handle event* itu dengan baik *gitu*. Jadi *kayak* setiap *event* itu ya lebih baik, lebih baik lagi *gitu*. (GA, W1, 17 April 2023, B260-265)

[...] GA sendiri pun masih merasa sangat kurang ya dengan *dirinya* sendiri ya, harus ada harus *mengupgrade* diri sesuai dengan *skill-skill* yang *diperlukan* untuk di dunia setelah perkuliahan seperti itu *sih*. (MA, W1, 16 April 2023, B135-140)

AS dan GA memiliki rasa kepercayaan diri yang baik terhadap kemampuan dan keterampilan yang dimiliki. AS dan GA mempunyai keyakinan, pandangan yang positif, dan percaya terhadap kemampuan yang dimiliki dalam dirinya.

Iya *sih*, percaya diri *aja sih soalnya* aku *enggak* pernah minta pendapat orang lain tentang apa yang aku suka *sih*. (AS, W1, 07 April 2023, B200-205)

Yang saya lihat iya karena ada dukungan di situ. (BA, W1, 07 April 2023, B185-190)

[...] *kayak* aku suka *ngurus event gitu* ya, ya aku percaya aku bisa [...] (GA, W1, 17 April 2023, B265-270)

Iya, kalau percaya diri ya percaya diri terhadap *kemampuannya* sendiri itu GA sangat bagus ya [...] (MA, W1, 16 April 2023, B150-155)

DN tidak mempunyai rasa kepercayaan diri terhadap kemampuan dan keterampilan yang dimiliki, namun DN masih berusaha untuk meningkatkan kepercayaan dirinya secara perlahan.

[...] saya akan terus mencoba untuk menemukan kepercayaan diri itu kak. (DN, W1, 10 April 2023, B140-145)

[...] Dia masih belum bisa meyakini 100% bahwa *dirinya* itu berbakat, *dirinya* itu pintar, *dirinya* itu baik jadi mungkin percaya dirinya belum 100%. (AN, W1, 06 Mei 2023, B125-130)

b. Persepsi terhadap orang lain mengenai diri sendiri

AS dan GA memandang orang lain dalam layar kaca yang positif mengenai persepsi orang lain terhadap dirinya.

[...] kita itu punya pandangan yang positif *gitu loh* sama orang tersebut dan itu juga *sih* yang *disampein* sama *temen-temen* yang lain. (AS, W1, 07 April 2023, B40-45)

[...] Paling ya kalau kata *temen-temenku yo* aku orang *e yo* biasa *ae gitu, enggak* yang aneh-aneh. (GA, W1, 17 April 2023, B30-35)

Berbeda dengan AS dan GA, DN cenderung memiliki persepsi yang negatif terhadap orang lain dalam memandang dirinya.

[...] *Nah* saya juga *enggga* terlalu percaya sama apa yang *dibilang* teman-teman saya itu *soalnya* ya karena saya bukan orang yang *sebaik* itu begitu tapi.. ya itu tadi jadi saya merasa mereka itu selalu memiliki hal yang *ditutupi* dari saya jadi *enggga* bisa leluasa *gitu* kalau sama saya *gatau* kenapa. [...] (DN, W1, 10 April 2023, B45-50)

c. Pemaknaan terhadap diri sendiri secara menyeluruh

AS dan GA mempunyai pandangan yang netral terhadap dirinya secara menyeluruh dimana AS dan GA menganggap bahwa diri mereka biasa saja dan mampu mengikuti norma-norma yang berlaku di lingkungan sosial.

[...] *Soalnya kayak* selagi aku itu *enggga* berperilaku suatu hal yang aneh dan juga *melenceng* dari nilai-nilai di mata sosial *gitu* ya menurut aku biasa *aja*. (AS, W1, 07 April 2023, B180-185)

Menurut saya biasa *aja enggak* terlalu *dibikin* beban pikiran dia *sih* yang penting hidup jalan. (BA, W1, 29 April 2023, B155-160)

[...] Ya aku punya sisi negatif dan juga *enggga* selalu aku memandang oh aku *enggga* bisa *ngapa-ngapain gitu enggak*. (GA, W1, 17 April 2023, B240-245)

[...] GA sendiri *sebenarnya orangnya* itu *udah* paham *lah* mau seperti apa *nantinya*.. dia *cita-citanya* mau seperti apa terus cara *mencapainya* dia seperti apa. (MA, W1, 16 April 2023, B130-135)

DN memiliki pandangan yang berbeda dengan AS dan GA. DN memandang bahwa dirinya memiliki kepribadian yang kurang baik dan menganggap orang di sekitarnya memandang dirinya dengan persepsi negatif, namun AN sebagai *significant other* DN beranggapan bahwa DN memiliki kepribadian yang baik dan tidak memahami mengapa DN mempunyai pandangan yang negatif mengenai dirinya sendiri.

[...] pada akhirnya ketika saya sudah dewasa jadi saya menjadi pribadi yang memiliki karakter yang kurang baik *gitu* di mata masyarakat. [...] (DN, W1, 10 April 2023, B125-130)

Nah itu sendiri kalau menurut saya pribadi *kan* dia *orangnya* sudah baik sama saya, sama *temen-temennya* juga tapi kalau menurut dia sendiri dia belum baik itu dia bilang bisa *moodswing*, lalu sensitif *kayak* mungkin orang bilang sekarang *baperan gitu*, entah kemudian dia bilang *introvert anaknya*. [...] (AN, W1, 06 Mei 2023, B100-105)

AS dan GA mempunyai sikap teguh pendirian dimana mereka mempunyai rasa kepercayaan dan keyakinan terhadap prinsip dan pandangan yang dimiliki sehingga tidak mudah terpengaruh oleh orang lain.

[...] Jadi *kayak* aku lebih fokus ke diri sendiri. Aku *ga* pernah *ngurusin* orang lain *sih* [...] (AS, W1, 07 April 2023, B25-30)

[...] AS juga orang yang punya pendirian yang cukup kuat, *orangnya* juga tegas jadi *enggak* semua pendapat bisa merubah pikiran dia atau mempengaruhi AS. [...] (BA, W1, 29 April 2023, B5-10)

[...] Kalau *misalnya* *temenku* negatif ya *yauda* itu *kan* *urusannya* dia *gitu*. (GA, W1, 17 April 2023, B40-45)

[...] Kalau misal orang itu cuma *ngomong* *enggak* sesuai sama fakta, *enggak* sesuai sama *keadaannya* ya, *yaudah*. Kita cuma *dengerin* *tok* *gitu*. *Enggak* *usah* *dimasukkin* hati atau *gimana-gimana* kayak *gitu*. (MA, W1, 16 April 2023, B40-45)

DN mengungkapkan bahwa dirinya adalah *people pleaser* dimana DN berusaha semaksimal mungkin untuk menyenangkan orang-orang di sekitarnya dan memenuhi ekspektasi yang diberikan kepadanya. Hal ini berbanding terbalik dengan AS dan GA yang memegang teguh prinsip dan pandangan mereka.

[...] Jadi selama ini saya selalu memperhatikan pandangan orang lain dan sebisa mungkin saya akan menyenangkan mereka. Bahkan ketika kesenangan *mreka* itu saya *dahulukan* dibandingkan dengan diri saya sendiri seperti itu kak jadi kurang lebih seperti itu kak, sangat berpengaruh pandangan orang lain terhadap kehidupan saya seperti itu. (DN, W1, 10 April 2023, B40-45)

AS dan GA memiliki tingkat harga diri yang baik dimana kedua partisipan menerima segala kekurangan dan kelebihan yang dimiliki dan mempunyai tingkat kepuasan yang cenderung tinggi mengenai diri sendiri.

Sebenarnya aku *tu* *ngerasa* cukup puas sama diri sendiri karena aku *enggak* bisa puas sama diri aku sendiri karena kalau aku *ngerasa* puas berarti aku *enggak* perlu belajar lagi. Jadi kalau menurutku 8 *sih*. (AS, W1, 10 April 2023, B205-210)

Yang saya lihat iya dia sangat menghargai *dirinya* sendiri. (BA, W1, 06 Mei 2023, B190-195)

Iya, aku cukup bangga dengan *diriku* aku bisa *survive*. Aku bisa jadi lebih baik terus ya itu *sih*. [...] (GA, W1, 17 April 2023, B275-280)

Iya, iya. GA ini termasuk sudah berdamai *lah* dengan *dirinya* sendiri *lah* kayak dia itu seperti apa, dia harus seperti apa, dia harus *ngejalanin* *hidupnya* seperti apa. Dia *udah* menerima dengan baik *dirinya* sendiri *sih*. (MA, W1, 16 April 2023, B150-155)

DN masih belum menghargai dirinya secara keseluruhan. DN cenderung masih belum puas terhadap kepribadiannya dan memiliki pandangan bahwa dirinya belum bisa menjadi orang yang baik.

Jujur saja setelah saya melakukan beberapa hal seperti menyakiti diri saya sendiri yang saya bilang ke kakak tadi ya dan cenderung menjadi *people pleaser*. Selama ini saya merasa kurang menghargai diri saya kak, masih belum bisa menghargai diri saya sendiri. [...] (DN, W1, 10 April 2023, B140-145)

[...] dia masih belum mengakui *dirinya* itu sudah baik tapi dia itu selalu kayak Aku ini belum baik, belum bisa jadi orang yang baik *gitu* jadi dia mungkin masih belum bisa menghargai *dirinya* *seutuhnya*. (AN, W1, 06 Mei 2023, B105-110)

d. Pandangan terhadap masa depan

Ketiga partisipan memiliki harapan terhadap masa depan yang positif dan dapat melakukan berbagai macam hal yang diinginkan. Para partisipan mengekspresikan keinginannya untuk mengembangkan pribadi menjadi yang lebih baik lagi.

Untuk pandangan saya mengenai kehidupan di masa depan *tentunya* ketika belajar dari masa lalu yang sudah saya alami selama ini mungkin saya akan berusaha lebih baik dan sebaik mungkin untuk mengubah hidup saya menjadi lebih baik lagi kak [...] (DN, W1, 10 April 2023, B145)

Mungkin dia akan sukses karena *kan* dia juga berprestasi dan juga pintar. Terus dia mungkin bisa meraih *cita-citanya* terus dia akan jadi orang yang hebat. (AN, W1, 06 Mei 2023, B135)

[..] *Kayak paling* aku *bakalan* di rumah, *pengennya sih* aku *jualan online* ya. [...] Jadi *enggga* ada harapan yang wah *banget gituh*, belum ada, masih *nunggu* situasi *aja sih*. (AS, W1, 07 April 2023, B210)

Hanya target *utamanya* selesai kuliah lalu bisa bekerja apa yang *diinginkan*. (BA, W1, 29 April 2023, B200)

Masa depan aku jadi orang yang lebih bijak, aku jadi orang yang lebih sabar, aku jadi orang yang lebih baik lagi terus punya keluarga kecil tapi bahagia. (GA, W1, 17 April 2023, B275-280)

[...] dia *fokusnya* buat *ngumpul*in uang *sebanyak-banyaknya gitu* karena dia beranggapan kalau dia punya uang banyak, *hidupnya* bakal bahagia seperti itu. (MA, W1, 16 April 2023, B155)

Pembahasan

Melalui proses pengambilan data dan hasil analisis data maka penelitian ini berhasil menemukan gambaran *self-esteem* terhadap perempuan dewasa awal penyintas *childhood maltreatment* sebagai berikut:

1. *Self-esteem* DN

Dalam menyikapi kemampuan yang dimiliki, DN menunjukkan semangat yang tinggi untuk mengembangkan kemampuan serta keterampilan dalam dirinya. Berbagai cara dilakukan oleh DN untuk berkembang menjadi versi yang lebih baik dari sebelumnya. Meskipun DN cenderung kurang memiliki rasa kepercayaan diri terhadap kemampuan dalam diri, tetapi keinginan yang besar untuk mengembangkan dirinya membuat DN berusaha untuk meningkatkan kepercayaan dirinya juga.

Pemaknaan terhadap diri sendiri masih berada dalam layar negatif dimana DN merasa bahwa dirinya memiliki kepribadian yang buruk di masyarakat. Berbanding terbalik dengan *significant other* yang menyatakan bahwa DN sudah mempunyai kepribadian yang baik dan memiliki hubungan yang positif dengan teman-teman. Hal tersebut mempengaruhi DN saat berinteraksi dengan orang di sekitarnya.

Ketika berada di lingkungan sosial, DN cenderung memiliki perspektif yang negatif mengenai orang lain yaitu DN merasa bahwa orang lain menyembunyikan sesuatu dari dirinya, memercayai bahwa orang lain memiliki pandangan yang buruk tentang kepribadiannya dan merasa takut dengan pendapat orang lain mengenai dirinya. DN mengalami ancaman interpersonal (*interpersonal threat*) yaitu adanya keyakinan bahwa orang lain memiliki perspektif yang negatif terhadap diri sendiri, timbulnya ekspektasi bahwa orang lain akan membeci atau melakukan tindakan yang negatif terhadap diri individu (Rosenberg & Owens, 2001). Namun sebagai makhluk sosial, DN menyadari bahwa kemampuan untuk berkomunikasi dan berbaur dengan orang lain itu sangatlah penting di masa yang akan datang.

DN menjadi *people pleaser* dimana individu memprioritaskan kepentingan orang lain di atas kepentingan pribadi dan berusaha untuk menyenangkan orang lain walaupun itu merugikan diri sendiri. Dengan kata lain, DN sering mengesampingkan kenyamanan dan kesenangannya untuk orang lain. DN cenderung tidak mampu mempertahankan pendiriannya. Hal tersebut merupakan salah satu alasan yang membuat DN belum dapat menghargai dirinya secara utuh. Meskipun begitu, DN masih memiliki keyakinan bahwa masa depan akan menjadi lebih baik dan mempunyai pandangan yang positif terhadap dirinya di masa yang akan datang.

2. *Self-esteem AS*

AS menunjukkan keinginan untuk mengembangkan kemampuan yang dimiliki. Dalam menyikapi kemampuan dalam diri sendiri, AS memiliki rasa kepercayaan diri yang baik dimana AS memiliki pandangan dan keyakinan yang positif terhadap baik keterampilan dan kemampuan. AS juga menceritakan bahwa dirinya tidak memikirkan pandangan orang lain terhadap kemampuan sehingga tidak mempengaruhi rasa percaya diri terhadap dirinya.

Dalam memaknai diri sendiri, AS memiliki pandangan yang netral karena AS mengikuti norma-norma yang berlaku di lingkungan sosial. Hal tersebut membuat AS memandang dirinya sebagai orang biasa. AS memiliki kemampuan yang baik dalam beradaptasi di lingkungan sehingga dapat menjalin hubungan yang baik dengan orang di sekitarnya. Saat bersosialisasi dengan orang di sekitarnya, AS teguh terhadap pendiriannya. AS tidak mementingkan dan lebih memilih untuk fokus terhadap dirinya sendiri. Dengan kata lain, AS tidak mudah terpengaruh dengan pendapat dari orang lain.

AS menghargai dirinya dimana adanya perasaan kepuasan yang baik terhadap dirinya secara menyeluruh, Meskipun begitu, AS tetap menunjukkan semangat yang membara untuk berkembang menjadi kepribadian yang lebih baik. Pandangan terhadap masa depan AS cenderung positif dimana AS akan melakukan kegiatan-kegiatan yang positif dan bermanfaat bagi dirinya.

3. *Self-esteem GA*

GA memiliki pandangan yang positif terhadap kemampuan yang dimiliki dan GA juga menyadari bahwa terdapat beberapa kekurangan dalam dirinya. Hal tersebut membuat GA semangat untuk mengembangkan dirinya menjadi lebih baik dari sebelumnya. Adanya perasaan percaya diri dalam diri GA memudahkan GA untuk menghadapi tantangan-tantangan dalam menjalani kehidupannya. Keyakinan terhadap kemampuan dan keterampilan yang dimiliki membuat GA dapat bertindak lebih cepat untuk menyelesaikan permasalahan yang ada.

Di lingkungan sosial, GA memandang orang lain dalam layar yang positif dan cenderung tidak memiliki perspektif negatif terhadap orang lain dalam memandang dirinya. GA mempersepsikan dirinya sebagai orang yang biasa saja dan tidak melakukan hal-hal aneh. Selain itu, GA memiliki pendirian yang cukup kuat dan jika hal yang disampaikan oleh orang lain tidak sesuai fakta maka GA tidak akan menghabiskan energinya untuk berhubungan dengan individu tersebut.

Dalam memaknai dirinya sendiri secara keseluruhan, GA menyadari bahwa dirinya tidak sempurna dan wajar untuk memiliki kekurangan. Namun, GA memiliki *mindset* yang positif yaitu tetap berkembang untuk menggapai impian yang telah ditentukan. Pengembangan diri akan memberikan manfaat yang positif bagi kehidupan GA di masa yang akan datang.

GA menghargai dirinya karena bisa bertahan dan berjuang dalam menghadapi *childhood maltreatment*. Perasaan bangga membuat GA menjadi lebih semangat untuk melakukan kegiatan yang bermanfaat untuk mengembangkan dirinya. Dalam memandang masa depan, GA memiliki harapan yang positif dan menetapkan target untuk menjadi individu yang bijak, lebih sabar dan mampu menciptakan keluarga yang bahagia.

Kesimpulan

Penelitian ini menemukan bahwa gambaran *self-esteem* pada setiap partisipan berbeda. Perjuangan perempuan dewasa awal yang pantang menyerah dalam menghadapi *childhood maltreatment* sangat hebat dan patut mendapatkan apresiasi. Perlu diketahui bahwa setiap individu memiliki langkah yang berbeda dan waktu tidak dapat dijadikan sebagai takaran untuk individu berdamai dengan pengalaman di masa lalu.

Para partisipan menunjukkan semangat yang sangat besar dalam mengembangkan dirinya untuk menjadi kepribadian yang baik. Dengan pengembangan diri membuat perempuan dewasa awal semakin memahami dirinya lebih baik sehingga dapat menerima diri sendiri tanpa syarat. Menjadi versi yang lebih baik dari sebelumnya dapat menumbuhkan penilaian yang positif terhadap diri sendiri secara keseluruhan.

Saran

1. Bagi partisipan penelitian

Dengan mengembangkan *self-esteem* secara perlahan akan memberikan manfaat yang positif terhadap sumber daya dan kesehatan mental partisipan untuk menjalani aktivitas sehari-hari dengan lebih mudah. Selain itu, hendaknya partisipan meminimalisir memendam perasaan yang dirasakan dan berusaha untuk lebih terbuka dan menerima perasaan yang dialami.

2. Bagi orang tua

Sebagai orang tua tentunya tidak mudah dalam merawat dan membesarkan anak, namun alangkah baiknya jika orang tua memilih tindakan untuk mendidik anak yang tidak memberikan dampak negatif kepada anak baik dalam jangka pendek maupun jangka

- panjang. Mendidik anak dengan kasih sayang dan tidak menggunakan kekerasan akan menciptakan lingkungan keluarga yang positif dan sehat bagi keberlangsungan hidup anak.
3. Bagi peneliti selanjutnya
Peneliti selanjutnya yang tertarik untuk mengkaji tentang *self-esteem* terhadap individu penyintas *childhood maltreatment* diharapkan dapat melakukan penelitian di sebuah komunitas atau yayasan anak korban kekerasan dalam rumah tangga. Dengan begitu akan menghasilkan kajian yang baru mengenai bagaimana *self-esteem* pada anak yang mengalami *child maltreatment* dari orang tua dan mendapatkan bantuan atau intervensi dari ahli.

Daftar Pustaka

- Badr, H. E., Naser, J., Al-Zaabi, A., Al-Saeedi, A., Al-Munefi, K., Al-Houli, S., & Al-Rashidi, D. (2018). Childhood maltreatment: A predictor of mental health problems among adolescents and young adults. *Child Abuse and Neglect*, 80, 161–171. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2018.03.011>
- Çelik, B. Ç., & Odacı, H. (2020). Does child abuse have an impact on self-esteem, depression, anxiety and stress conditions of individuals? *International Journal of Social Psychiatry*, 66(2), 171–178. <https://doi.org/10.1177/0020764019894618>
- Curry, S. R. (2017). Childhood experiences and housing insecurity in adulthood: The salience of childhood emotional abuse. *Children and Youth Services Review*, 82, 301–309. <https://doi.org/10.1016/j.chidyouth.2017.09.039>
- Hepp, J., Schmitz, S. E., Urbild, J., Zauner, K., & Niedtfeld, I. (2021). Childhood maltreatment is associated with distrust and negatively biased emotion processing. *Borderline Personality Disorder and Emotion Dysregulation*, 8(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.1186/s40479-020-00143-5>
- Li, Z., Pan, Y., Liu, G., Li, B., & Li, X. (2022). Childhood Maltreatment and Psychosocial Flourishing among Emerging Adults: Roles of Psychological Suzhi and Self-Esteem. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(9). <https://doi.org/10.3390/ijerph19094998>
- Maroqi, N. (2019). Uji Validitas Konstruk Pada Instrumen Rosenberg Self Esteem Scale Dengan Metode Confirmatory Factor Analysis (CFA). *Jurnal Pengukuran Psikologi Dan Pendidikan Indonesia (JP3I)*, 7(2), 92–96. <https://doi.org/10.15408/jp3i.v7i2.12101>
- Maryam, E. W. (2018). *Buku Ajar Psikologi Sosial Jilid I: Vol. I* (S. B. Sartika, M. T. Multazam, & F. Megawati, Eds.; I). UMSIDA PRESS. <https://press.umsida.ac.id/index.php/umsidapress/article/view/978-602-5914-29-4/805>
- McCoy, M. L., & Keen, S. M. (2014). *Child Abuse and Neglect* (Vol. 2). <https://www.pdfdrive.com/child-abuse-and-neglect-second-edition-e175914894.html>

- Orth, U. (2018). The family environment in early childhood has a long-term effect on self-esteem: A longitudinal study from birth to age 27 years. *Journal of Personality and Social Psychology*, 114(4), 637–655. <https://psycnet.apa.org/record/2017-06114-001>
- Papalia, D. E., & Martorell, G. (2021). *Experience Human Development Fourteenth Edition* (14th ed.). McGraw-Hill Education.
- Rosenberg, M., & Owens, T. J. (2001). Low Self-Esteem People: A Collective Portrait. *Extending Self-Esteem Theory and Research*, 400–436. <https://doi.org/10.1017/cbo9780511527739.018>
- SIMFONI-PPA. (2022). *Jumlah Kasus Kekerasan di Indonesia*. <https://kekerasan.kemenpppa.go.id/ringkasan>
- Sinombor, S. H. (2022). *Kekerasan pada Anak Masih Tetap Tinggi*. <https://www.kompas.id/baca/humaniora/2022/11/30/kekerasan-pada-anak-masih-tetap-tinggi>
- WHO. (2022). *Responding to child maltreatment: a clinical handbook for health professionals*.
- Winahyu, A. I. (2020). *Kekerasan pada Anak Sebagian Besar Dilakukan Orang Tua*. <https://mediaindonesia.com/humaniora/348743/kekerasan-pada-anak-sebagian-besar-dilakukan-orang-tua>