

# HUBUNGAN ANTARA OPTIMISME DENGAN PERTUMBUHAN PASCA TRAUMA PADA PEREMPUAN PENYINTAS KEKERASAN DALAM PACARAN

Debora Debby Hanggoro<sup>1</sup>, Annastasia Ediati<sup>2</sup>

Fakultas Psikologi, Universitas Diponegoro  
Jl. Prof. Soedarto, S.H. Tembalang, Semarang, 50275

[d.debbyhanggoro@gmail.com](mailto:d.debbyhanggoro@gmail.com)

## Abstrak

Tindakan kekerasan dalam pacaran (KDP) yang dialami perempuan membawa dampak seperti individu mengalami putus asa, mudah menyerah, dan merasa kehilangan harapan di masa depan. Namun, perempuan dapat mengalami perubahan setelah mengalami peristiwa kekerasan dalam pacaran, perubahan tersebut dapat terjadi melalui pandangan perempuan terhadap dirinya, yaitu optimisme. Tujuan dari penelitian ini adalah melihat bagaimana hubungan antara optimisme dan pertumbuhan pasca trauma pada perempuan penyintas kekerasan dalam pacaran. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan teknik *Purposive Sampling*. Subjek dalam penelitian ini melibatkan 119 perempuan yang pernah mengalami kekerasan dalam pacarannya baik itu dalam bentuk ekonomi, emosional, fisik, maupun seksual. Variabel optimisme diukur menggunakan Skala Indonesian LOT-R (10 aitem;  $\alpha=0,76$ ), sedangkan variabel pertumbuhan pasca trauma diukur menggunakan Skala *Post Traumatic Growth Inventory* (18 aitem;  $\alpha=0,846$ ). Hasil analisis data menggunakan uji korelasi non parametrik *spearman rank* menunjukkan adanya hubungan positif yang signifikan antara optimisme dan pertumbuhan pasca trauma pada perempuan yang pernah mengalami kekerasan dalam pacaran ( $r=0,201$ ;  $p=0,029$ ). Semakin tinggi optimisme, semakin tinggi pula pertumbuhan pasca trauma yang dialami individu. Sebaliknya, semakin rendah optimisme, maka semakin rendah pula pertumbuhan pasca trauma yang dialami individu. Hasil penelitian dapat menjadi referensi bagi berbagai pihak yang berkepentingan untuk meningkatkan pertumbuhan pasca trauma pada perempuan penyintas kekerasan dalam pacaran melalui upaya peningkatan optimismenya.

Kata kunci : optimisme, pertumbuhan pasca trauma, kekerasan dalam pacaran

# **THE RELATIONSHIP BETWEEN OPTIMISM AND POST-TRAUMATIC GROWTH IN FEMALE DATING VIOLENCE SURVIVORS**

**Debora Debby Hanggoro<sup>1</sup>, Annastasia Ediaty<sup>2</sup>**

Faculty of Psychology, Universitas Diponegoro  
Prof. Soedarto, S.H. Street, Tembalang, Semarang, 50275

[d.debbyhanggoro@gmail.com](mailto:d.debbyhanggoro@gmail.com)

## **ABSTRACT**

Dating violence experienced by women has an impact, such as individuals experiencing despair, giving up easily, and feeling a loss of hope in the future. However, women can experience changes after experiencing dating violence, and these changes can occur through women's views of themselves, namely optimism. This research aims to see the relationship between optimism and post-traumatic growth in women who have experienced dating violence. This research is quantitative research with a purposive sampling technique. The subjects in this study involved 119 women who had experienced dating violence, be it economic, emotional, physical, or sexual. The optimism variable was measured using the Indonesian LOT-R Scale (10 items;  $\alpha=0.76$ ), while the post-traumatic growth variable was measured using the Post Traumatic Growth Inventory Scale (18 items;  $\alpha=0.846$ ). The results of data analysis using the non-parametric Spearman rank correlation test showed a significant positive relationship between optimism and post-traumatic growth in women who had experienced dating violence ( $r=0.201$ ;  $p=0.029$ ). The higher the optimism, the higher the post-traumatic growth experienced by the individual. Conversely, the lower the optimism, the lower the post-traumatic growth experienced by individuals. The research results can be used as a reference for various interested parties to increase post-traumatic growth in female dating violence survivors through efforts to increase their optimism.

Keywords : optimism, post traumatic growth, dating violence.