Journal of Innovative and Creativity
Journal Homepage: https://joecy.org/index.php/joecy
e-mail: journaljoecy@gmail.com

Faculty of Education
University of Pahlawan Tuanku Tambusai
ISSN 2775-771X (Online)
ISSN 2962-570X (Printed)
6 (1) 2026, Page: 22015-22020

Peran Dukungan Sosial Dalam Meningkatkan *Resiliensi* Penyintas Kdrt Di UPTD PPA Kota Palembang

Melliza Putri, Neni Noviza, Lena Marianti
Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang, Indonesia
Email : mzaa62480@gmail.com, neninoviza_uin@radenfatah.ac.id, lenamarianti_uin@radenfatah.ac.id

Published: April, 2026

ABSTRACT

This study aims to determine the resilience level of domestic violence (DV) survivors and analyze the role of social support in enhancing their resilience at the UPTD PPA (Education and Child Protection Unit) in Palembang City. This study used a qualitative method with a case study approach. Data collection techniques were conducted through interviews, observations, and documentation with three survivors, one head of the UPTD PPA in Palembang City, and one counselor. The results indicate that the survivors' resilience level is in the developing stage, characterized by the ability to manage emotions, the courage to speak up, and the beginning of planning for the future. The social support provided includes emotional, instrumental, informational, appreciation, and social networks. This support has been shown to play a significant role in helping survivors recover from trauma, increasing self-confidence, and strengthening their ability to cope with life after violence.

Keywords: social support, resilience, DV survivors

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat *resiliensi* penyintas kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) serta menganalisis peran dukungan sosial dalam meningkatkan *resiliensi* penyintas di UPTD PPA Kota Palembang. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi terhadap 3 penyintas, 1 ketua UPTD PPA Kota Palembang, 1 pendamping. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat *resiliensi* penyintas berada pada tahap berkembang, ditandai dengan kemampuan mengelola emosi, keberanian berbicara, serta mulai merencanakan masa depan. Dukungan sosial yang diberikan meliputi dukungan emosional, instrumental, informasional, penghargaan, dan jaringan sosial. Dukungan tersebut terbukti berperan signifikan dalam membantu penyintas bangkit dari trauma, meningkatkan kepercayaan diri, serta memperkuat kemampuan menghadapi kehidupan setelah kekerasan.

Kata kunci: dukungan sosial, *resiliensi*, penyintas KDRT

© The Author(s). 2025 Open Access This article is licensed under a Creative Commons Atibution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons licence, and indicate if changes were made. The images or other third party material in this article are included in the article's Creative Commons licence, unless indicated otherwise in a credit line to the material. To view a copy of this licence, visit http://creativecommons.org/licenses/by/4.0

PENDAHULUAN

Kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) merupakan salah satu bentuk kekerasan berbasis gender yang hingga saat ini masih menjadi permasalahan serius, baik di tingkat global maupun nasional. Fenomena ini tidak hanya terjadi di negara berkembang, tetapi juga di negara maju, yang menunjukkan bahwa KDRT merupakan persoalan universal yang kompleks. Data dari United Nations Women (UN Women) menunjukkan bahwa kekerasan terhadap perempuan, khususnya yang dilakukan oleh pasangan atau anggota keluarga, masih menjadi ancaman nyata yang menghambat terwujudnya kesetaraan gender dan kesejahteraan perempuan.[1] Di Indonesia, kondisi ini juga menunjukkan tren yang mengkhawatirkan. Berdasarkan Catatan Tahunan (CATAHU) Komnas Perempuan tahun 2024, jumlah kasus kekerasan terhadap perempuan mencapai 504.963 kasus, yang mengalami peningkatan dibandingkan tahun sebelumnya. Dari jumlah tersebut, sebagian besar terjadi dalam ranah personal atau rumah tangga.[2] Fakta ini memperlihatkan bahwa KDRT bukan lagi sekadar masalah domestik, melainkan persoalan sosial yang membutuhkan penanganan secara sistematis, komprehensif, dan berkelanjutan.

[1] Lynnmarie Sardinha et al., "*Global, Regional, and National Prevalence Estimates of Physical or Sexual, or Both, Intimate Partner Violence against Women in 2018*," The Lancet, 2022.
[2] Komnas Perempuan, *Catatan Tahunan Kekerasan terhadap Perempuan* 2024 (CATAHU 2024) (Jakarta: Komnas Perempuan, 2024).

Kekerasan dalam rumah tangga memiliki dampak yang sangat luas dan mendalam terhadap kehidupan penyintas. Selain menyebabkan luka fisik, KDRT juga menimbulkan dampak psikologis yang serius, seperti trauma, kecemasan, depresi, rasa takut, kehilangan rasa percaya diri, hingga perasaan tidak berdaya. Dalam banyak kasus, penyintas mengalami kesulitan untuk keluar dari situasi kekerasan karena adanya ketergantungan emosional, ekonomi, maupun sosial terhadap pelaku. Kondisi ini menyebabkan penyintas berada dalam lingkaran kekerasan yang sulit diputus. Oleh karena itu, diperlukan suatu kemampuan psikologis yang dapat membantu individu untuk bertahan, beradaptasi, dan bangkit dari kondisi tersebut, yaitu resiliensi.

Resiliensi merupakan kemampuan individu untuk menghadapi, mengatasi, dan beradaptasi terhadap situasi yang penuh tekanan serta mampu bangkit kembali dari pengalaman traumatis. Resiliensi tidak hanya berkaitan dengan kemampuan bertahan, tetapi juga mencakup proses pemulihan psikologis, emosional, dan sosial secara menyeluruh.[3] Dalam konteks penyintas KDRT, resiliensi menjadi aspek yang sangat penting karena menentukan sejauh mana individu mampu keluar dari trauma, membangun kembali kehidupan, serta mengembangkan harapan terhadap masa depan. Individu yang memiliki resiliensi yang baik cenderung lebih mampu mengelola emosi, berpikir secara rasional, serta mengambil keputusan yang tepat terkait masa depannya. Sebaliknya, individu dengan tingkat resiliensi yang rendah cenderung mengalami kesulitan dalam mengatasi tekanan, sehingga berpotensi terjebak dalam kondisi psikologis yang negatif dan berkepanjangan.

Resiliensi bukanlah sesuatu yang muncul secara otomatis, melainkan merupakan proses dinamis yang dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik internal maupun eksternal. Salah satu faktor eksternal yang memiliki peran penting dalam meningkatkan resiliensi adalah dukungan sosial. Dukungan sosial dapat diartikan sebagai bentuk perhatian, kasih sayang, bantuan, maupun penghargaan yang diberikan oleh individu lain atau kelompok sosial kepada seseorang. Dukungan ini dapat berasal dari keluarga, teman, masyarakat, maupun lembaga sosial yang memiliki peran dalam memberikan perlindungan dan pendampingan. Menurut House, dukungan sosial terdiri atas beberapa bentuk, yaitu dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasional, dan dukungan penghargaan, yang semuanya memiliki kontribusi dalam membantu individu menghadapi tekanan hidup.[4]

Dukungan emosional berupa empati, perhatian, dan kepedulian dapat memberikan rasa aman dan nyaman bagi penyintas, sehingga mereka merasa tidak sendirian dalam menghadapi masalah. Dukungan instrumental berupa bantuan nyata, seperti pendampingan hukum atau bantuan kebutuhan dasar, dapat membantu penyintas memenuhi kebutuhan praktis dalam proses pemulihan. Dukungan informasional berupa pemberian informasi dan arahan dapat membantu penyintas memahami situasi yang dihadapi serta menentukan langkah yang tepat. Sementara itu, dukungan penghargaan berperan dalam meningkatkan rasa percaya diri dan harga diri penyintas, sehingga mereka merasa dihargai dan memiliki nilai sebagai individu. Selain itu, keberadaan jaringan sosial yang kuat juga dapat menjadi sumber kekuatan bagi penyintas dalam menghadapi tekanan hidup.

Dalam konteks ini, keberadaan lembaga layanan seperti Unit Pelaksana Teknis Daerah Perlindungan Perempuan dan Anak (UPTD PPA) memiliki peran yang sangat penting. UPTD PPA merupakan lembaga yang memberikan layanan perlindungan, pendampingan, serta pemulihan bagi perempuan dan anak yang menjadi korban kekerasan, termasuk KDRT. Di Kota Palembang, UPTD PPA berperan sebagai garda terdepan dalam memberikan layanan kepada penyintas, mulai dari penerimaan laporan, pendampingan hukum, konseling psikologis, hingga rujukan ke layanan kesehatan dan sosial. Lembaga ini tidak hanya berfungsi sebagai tempat perlindungan, tetapi juga sebagai sumber dukungan sosial yang terorganisir dan berkelanjutan.

Berdasarkan data yang diperoleh dari UPTD PPA Kota Palembang, terdapat sejumlah kasus kekerasan terhadap perempuan, dengan mayoritas merupakan kasus KDRT. Sebagian besar penyintas yang datang mengalami tekanan psikologis seperti rasa takut, cemas, dan rendah diri. Namun demikian, setelah mendapatkan pendampingan dan dukungan sosial dari berbagai pihak, sebagian penyintas

[3] Karen Reivich dan Andrew Shatté, *The Resilience Factor: 7 Keys to Finding Your Inner Strength and Overcoming Life's Hurdles* (New York: Broadway Books, 2002), hlm. 33–40.
[4] Robert L. House, *Work Stress and Social Support* (Reading, MA: Addison-Wesley, 1981), hlm. 22.

menunjukkan kemampuan untuk bangkit kembali secara bertahap.[5] Mereka mulai mampu mengelola emosi, berani mengungkapkan pengalaman yang dialami, serta memiliki keberanian untuk mengambil keputusan terkait masa depan mereka. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki peran yang sangat signifikan dalam proses pemulihan penyintas.

Dukungan sosial yang diberikan secara konsisten dan berkelanjutan dapat berfungsi sebagai faktor protektif yang membantu penyintas dalam menghadapi tekanan psikologis. Dukungan tersebut tidak hanya membantu mengurangi dampak negatif dari trauma, tetapi juga mendorong terbentuknya sikap optimisme, kepercayaan diri, serta kemampuan untuk membangun kembali kehidupan yang lebih baik. Dalam perspektif psikologi, hal ini menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki kontribusi yang kuat dalam meningkatkan resiliensi individu, khususnya bagi penyintas KDRT. Dengan demikian, dapat dipahami bahwa hubungan antara dukungan sosial dan resiliensi merupakan aspek yang sangat penting untuk dikaji secara mendalam. Penelitian mengenai peran dukungan sosial dalam meningkatkan resiliensi penyintas KDRT menjadi relevan untuk memberikan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai proses pemulihan penyintas, serta sebagai dasar dalam pengembangan layanan yang lebih efektif. Oleh karena itu, penelitian ini difokuskan pada kajian mengenai tingkat resiliensi penyintas KDRT serta peran dukungan sosial dalam meningkatkan resiliensi tersebut di UPTD PPA Kota Palembang.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus yang bertujuan untuk memahami secara mendalam pengalaman penyintas kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) dalam membangun resiliensi. Pendekatan ini dipilih karena mampu memberikan gambaran yang komprehensif mengenai fenomena yang diteliti melalui interaksi langsung antara peneliti dengan subjek penelitian, sehingga data yang diperoleh lebih mendalam dan bermakna. Penelitian dilaksanakan di Unit Pelaksana Teknis Daerah Perlindungan Perempuan dan Anak (UPTD PPA) Kota Palembang sebagai lembaga yang memberikan layanan perlindungan dan pendampingan bagi penyintas KDRT. Subjek dalam penelitian ini terdiri dari penyintas KDRT, pendamping, serta pihak lembaga yang terlibat dalam proses layanan.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam, observasi langsung, dan dokumentasi. Wawancara dilakukan untuk menggali pengalaman penyintas terkait kondisi psikologis yang dialami serta bentuk dukungan sosial yang diterima. Observasi dilakukan untuk melihat secara langsung proses pelayanan dan interaksi antara penyintas dengan pendamping, sedangkan dokumentasi digunakan untuk melengkapi data berupa arsip, laporan, serta dokumen yang relevan dengan penelitian. Data yang diperoleh kemudian dianalisis secara kualitatif melalui tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Reduksi data dilakukan dengan memilah dan memfokuskan data yang relevan dengan tujuan penelitian, kemudian disajikan dalam bentuk narasi yang sistematis sehingga mudah dipahami, dan selanjutnya ditarik kesimpulan berdasarkan temuan yang diperoleh.

Untuk menjaga keabsahan data, penelitian ini menggunakan teknik triangulasi, yaitu triangulasi sumber dan triangulasi teori. Triangulasi sumber dilakukan dengan membandingkan data yang diperoleh dari berbagai informan, seperti penyintas, pendamping, dan pihak lembaga, sehingga diperoleh data yang lebih objektif dan konsisten. Sementara itu, triangulasi teori dilakukan dengan mengkaji data penelitian menggunakan berbagai perspektif teori yang relevan, seperti teori dukungan sosial dan resiliensi, sehingga hasil penelitian memiliki validitas yang kuat dan dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Tingkat Resiliensi Penyintas KDRT di UPTD PPA Kota Palembang

   Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di UPTD PPA Kota Palembang, ditemukan bahwa tingkat resiliensi penyintas kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) menunjukkan perkembangan yang bersifat bertahap dan dinamis. Pada tahap awal, sebagian besar penyintas datang dengan kondisi psikologis yang tidak stabil, ditandai dengan rasa takut, kecemasan, kebingungan, serta perasaan tidak berdaya akibat pengalaman kekerasan yang dialami. Kondisi ini menunjukkan bahwa penyintas berada pada fase krisis, di mana mereka mengalami

[5] UPTD PPA Kota Palembang, *Laporan Tahunan Kasus Kekerasan terhadap Perempuan dan Anak 2023* (Palembang: UPTD PPA, 2025).

tekanan emosional yang cukup berat dan kesulitan dalam mengelola perasaan serta mengambil keputusan terkait masa depan mereka.

Namun, setelah mendapatkan layanan pendampingan di UPTD PPA Kota Palembang, penyintas mulai menunjukkan perubahan yang signifikan. Perubahan tersebut terlihat dari kemampuan penyintas dalam mengelola emosi secara lebih baik, yang sebelumnya cenderung tidak stabil menjadi lebih tenang dan terkendali. Selain itu, penyintas juga mulai memiliki keberanian untuk berbicara dan mengungkapkan pengalaman kekerasan yang dialami. Hal ini merupakan indikator penting dalam proses pemulihan psikologis, karena keterbukaan dalam menceritakan pengalaman traumatis menunjukkan adanya rasa aman dan kepercayaan terhadap lingkungan sekitar. Tidak hanya itu, penyintas juga mulai menunjukkan peningkatan kepercayaan diri serta kemampuan dalam memikirkan masa depan, termasuk keberanian untuk mengambil keputusan terkait langkah hidup yang akan ditempuh. Perubahan-perubahan tersebut menunjukkan bahwa resiliensi penyintas mulai berkembang seiring dengan proses pendampingan yang dilakukan .

Hasil penelitian ini mengindikasikan bahwa resiliensi bukanlah suatu kondisi yang bersifat statis, melainkan merupakan proses yang terus berkembang dan dipengaruhi oleh berbagai faktor, terutama dukungan dari lingkungan sekitar. Penyintas yang mendapatkan dukungan secara konsisten cenderung memiliki kemampuan yang lebih baik dalam menghadapi tekanan serta bangkit dari kondisi traumatis yang dialami. Dengan demikian, resiliensi dapat dipahami sebagai kemampuan adaptif yang terbentuk melalui interaksi antara individu dengan lingkungan sosialnya.

Dalam pembahasan, temuan ini menunjukkan bahwa tingkat resiliensi penyintas KDRT di UPTD PPA Kota Palembang berada pada tahap berkembang, di mana proses pemulihan masih berlangsung dan memerlukan waktu yang tidak singkat. Penyintas mulai mampu memahami dirinya sebagai korban yang memiliki hak untuk dilindungi, serta menunjukkan keberanian dalam menentukan arah kehidupannya ke depan. Namun demikian, tingkat resiliensi setiap penyintas tidaklah sama. Beberapa penyintas masih menunjukkan gejala kecemasan, ketakutan, serta keraguan dalam mengambil keputusan, terutama yang berkaitan dengan langkah hukum maupun kemandirian ekonomi. Hal ini menunjukkan bahwa proses pemulihan dari trauma akibat kekerasan membutuhkan waktu yang panjang dan melalui beberapa tahapan, mulai dari pemulihan rasa aman, pengolahan pengalaman traumatis, hingga rekonstruksi kehidupan yang lebih baik. Oleh karena itu, resiliensi penyintas perlu dipahami sebagai proses jangka panjang yang membutuhkan dukungan berkelanjutan dari berbagai pihak .

2. Bentuk dan Peran Dukungan Sosial dalam Meningkatkan Resiliensi Penyintas KDRT

Berdasarkan hasil penelitian, ditemukan bahwa dukungan sosial yang diberikan oleh UPTD PPA Kota Palembang kepada penyintas KDRT memiliki berbagai bentuk yang saling melengkapi dan diberikan secara terstruktur serta berkelanjutan. Bentuk dukungan sosial tersebut meliputi dukungan emosional, dukungan instrumental, dukungan informasional, dukungan penghargaan, serta dukungan jaringan sosial.

Dukungan emosional merupakan bentuk dukungan yang paling mendasar dan penting dalam proses pemulihan penyintas. Dukungan ini diwujudkan melalui sikap empati, perhatian, serta kesediaan petugas dalam mendengarkan keluhan penyintas tanpa menghakimi. Sikap ini mampu menciptakan rasa aman dan nyaman bagi penyintas, sehingga mereka merasa diterima dan tidak sendirian dalam menghadapi permasalahan yang dialami. Selain itu, dukungan emosional juga berperan dalam membantu penyintas mengurangi beban psikologis serta membangun kembali rasa percaya diri yang sempat hilang akibat pengalaman kekerasan.

Dukungan instrumental diberikan dalam bentuk bantuan nyata yang dapat membantu penyintas dalam memenuhi kebutuhan selama proses pemulihan. Bantuan tersebut meliputi pendampingan hukum, rujukan ke layanan kesehatan dan psikolog, serta bantuan lain yang dibutuhkan sesuai dengan kondisi penyintas. Dukungan ini sangat penting karena memberikan kemudahan bagi penyintas dalam mengakses layanan yang dibutuhkan, sehingga proses pemulihan dapat berjalan lebih efektif.

Dukungan informasional berupa pemberian informasi terkait hak-hak korban, prosedur penanganan kasus, serta berbagai alternatif solusi yang dapat diambil oleh penyintas. Dengan

adanya informasi yang jelas dan tepat, penyintas menjadi lebih memahami kondisi yang dihadapi serta memiliki kemampuan untuk menentukan langkah yang akan diambil secara rasional. Sementara itu, dukungan penghargaan diberikan melalui pemberian motivasi dan penguatan positif yang bertujuan untuk meningkatkan rasa percaya diri dan harga diri penyintas. Dukungan ini membantu penyintas untuk melihat dirinya sebagai individu yang berharga dan memiliki kemampuan untuk bangkit dari kondisi yang sulit. Selain itu, dukungan jaringan sosial juga memiliki peran penting dalam memperkuat resiliensi penyintas. Dukungan ini diwujudkan melalui kerja sama antara UPTD PPA dengan keluarga, lembaga, serta tenaga profesional lainnya dalam memberikan layanan yang komprehensif. Dengan adanya jaringan sosial yang kuat, penyintas memiliki sistem pendukung yang luas dan berkelanjutan, sehingga proses pemulihan dapat berjalan secara optimal .

Dalam pembahasan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki peran yang sangat signifikan dalam meningkatkan resiliensi penyintas KDRT. Dukungan emosional membantu penyintas merasa aman, diterima, dan didukung secara psikologis, sehingga mampu mengurangi rasa takut dan kecemasan. Dukungan instrumental memberikan bantuan nyata yang membantu penyintas dalam memenuhi kebutuhan dasar dan menjalani proses pemulihan. Dukungan informasional membantu penyintas memahami situasi yang dihadapi serta menentukan langkah yang tepat, sedangkan dukungan penghargaan berperan dalam meningkatkan harga diri dan kepercayaan diri penyintas.

Dukungan jaringan sosial memperluas sistem pendukung yang dimiliki oleh penyintas, sehingga mereka tidak merasa sendirian dalam menghadapi permasalahan. Dukungan sosial yang diberikan secara konsisten dan berkelanjutan terbukti mampu membantu penyintas dalam mengurangi dampak trauma, meningkatkan kepercayaan diri, serta membangun kembali kehidupan yang lebih baik. Dengan demikian, dukungan sosial dapat berfungsi sebagai faktor protektif yang sangat penting dalam memperkuat ketahanan psikologis dan meningkatkan resiliensi penyintas KDRT. Hal ini menunjukkan bahwa keberadaan lembaga seperti UPTD PPA memiliki peran strategis dalam memberikan dukungan sosial yang terorganisir dan berkelanjutan bagi penyintas, sehingga mereka mampu bangkit dari pengalaman traumatis dan menjalani kehidupan yang lebih bermakna.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa:

1. Tingkat resiliensi penyintas KDRT di UPTD PPA Kota Palembang berada pada tahap berkembang. Hal ini ditunjukkan dengan adanya perubahan positif pada penyintas, seperti kemampuan dalam mengelola emosi secara lebih stabil, keberanian untuk berbicara dan mengungkapkan pengalaman kekerasan yang dialami, meningkatnya kepercayaan diri, serta mulai mampu merencanakan masa depan dan mengambil keputusan secara mandiri. Meskipun demikian, proses pembentukan resiliensi masih berlangsung dan membutuhkan waktu serta pendampingan yang berkelanjutan.
2. Bentuk dan peran dukungan sosial dalam meningkatkan resiliensi penyintas KDRT menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki peran yang sangat penting sebagai faktor pendukung utama dalam proses pemulihan penyintas. Dukungan sosial yang diberikan meliputi dukungan emosional, instrumental, informasional, penghargaan, dan jaringan sosial. Seluruh bentuk dukungan tersebut berperan dalam membantu penyintas mengurangi dampak trauma, meningkatkan rasa aman dan percaya diri, serta memperkuat kemampuan dalam menghadapi permasalahan hidup. Dengan adanya dukungan sosial yang terstruktur dan berkelanjutan, penyintas mampu bangkit dari kondisi sulit dan membangun kembali kehidupan yang lebih baik dan bermakna.

DAFTAR PUSTAKA

House, Robert L. *Work Stress and Social Support*. Reading, MA: Addison-Wesley, 1981.

Komnas Perempuan. *Catatan Tahunan Kekerasan terhadap Perempuan 2024* (CATAHU 2024). Jakarta: Komnas Perempuan, 2024.

Reivich, Karen, dan Andrew Shatté. *The Resilience Factor: 7 Keys to Finding Your Inner Strength and Overcoming Life's Hurdles*. New York: Broadway Books, 2002.

Sardinha, Lynnmarie, et al. "*Global, Regional, and National Prevalence Estimates of Physical or Sexual, or Both, Intimate Partner Violence against Women in* 2018." The Lancet, 2022.

UPTD PPA Kota Palembang. *Laporan Tahunan Kasus Kekerasan terhadap Perempuan dan Anak 2023*. Palembang: UPTD PPA, 2025.