

***POST-TRAUMATIC GROWTH PADA PEREMPUAN PENYINTAS
BULLYING***

SKRIPSI

Diajukan Kepada

Program Studi Psikologi Islam

Jurusan Psikologi dan Psikoterapi

Fakultas Ushuluddin dan Dakwah

Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta

Untuk Memenuhi Sebagai Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana

Psikologi (S.Psi)



Oleh:

RIANINGSIH

NIM. 17.11.41.041

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
JURUSAN PSIKOLOGI DAN PSIKOTERAPI
FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN MAS SAID SURAKARTA**

2023

WAKHID MUSTHOFA, M.Psi., Psikolog
DOSEN PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN MAS SAID SURAKARTA

NOTA PEMBIMBING

Hal : Skripsi Sdr. Rianingsih

Kepada Yth.

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah

Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Setelah membaca, meneliti, mengoreksi, dan mengadakan perbaikan seperlunya terhadap skripsi saudara :

Nama : Rianingsih

NIM : 17.11.41.041

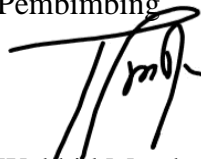
Judul : *POST-TRAUMATIC GROWTH* PADA PEREMPUAN PENYINTAS
BULLYING

Dengan ini kami menilai skripsi tersebut dapat disetujui untuk diajukan pada Sidang Munaqosyah Program Studi Psikologi Islam Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Surakarta, 07 Juni 2023

Pembimbing



Wakhid Musthofa, M.Psi., Psikolog

NIP. 198611092018011002

HALAMAN PENGESAHAN

**POST-TRAUMATIC GROWTH PADA PEREMPUAN PENYINTAS
BULLYING**

Disusun Oleh :

RIANINGSIH

17.11.41.041

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Ushuluddin dan Dakwah
Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta
Pada hari Rabu 14 Juni 2023
Dan dinyatakan telah memenuhi persyaratan
Guna memperoleh gelar Sarjana Psikologi

Surakarta, 23 Juni 2023

Penguji Utama,



Dr. Gadis Deslinda, M.Psi., Psikolog

NIK. 19750207 201401 2 069

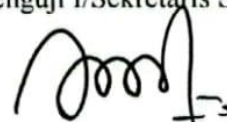
Penguji II/Ketua Sidang



Wakhid Musthofa, M.Psi., Psikolog

NIP. 19861109 201801 1 002

Penguji I/Sekretaris Sidang



Azzah Nilawaty, M.A

NIP. 19870509 201903 2 006

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Dakwah



Prof. Dr. Islah, M.Ag

NIP. 19730522 200312 1 001

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Rianingsih
NIM : 17.11.41.041
Tempat, Tanggal Lahir : Boyolali, 06 Juli 1999
Program Studi : Psikologi Islam
Jurusan : Psikologi dan Psikoterapi
Fakultas : Ushuluddin dan Dakwah
Alamat : Kebon Baru RT 03/08, Pucangan, Kartasura,
Sukoharjo

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi dengan judul "*Post-traumatic Growth* pada Perempuan Penyintas *Bullying* adalah hasil karya saya sendiri. Jika terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, maka hal tersebut sudah disebutkan dalam daftar pustaka.

Pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya, apabila pernyataan ini terbukti tidak benar, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan yang berlaku. Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya

Surakarta, 07 Juni 2023

Yang membuat pernyataan



Rianingsih

NIM. 17.11.41.041

HALAMAN PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan untuk :

1. Allah SWT yang telah memberikan karunia rahmat serta hidayah-Nya sehingga penulis dipermudah untuk bisa menyelesaikan skripsi ini.
2. Kedua orang tua saya ayahanda Gito (Gimin) dan Ibunda Rusti yang selalu saya cintai dan banggakan, yang tiada henti memberikan do'a.
3. Suami tercinta Muhammad Ryan Agustiono yang tiada hentinya memberikan semangat serta anak tersayang Rayhanun Asyifa Agustiono yang memberikan harapan disaat saya sedang patah semangat.
4. Mertua saya Bapak Sungaidi dan Ibu Sri Lestari sekaligus kakak saya Idayanti, Erwin Prawitodi dan adik saya Muhammad Dimas Aris, Muhammad Rizky Oktavianto yang telah memberikan dukungannya.
5. Keluarga besar Mbah Jiman-Painem dan Mbah Setu-Panem yang saya cintai dan banggakan.
6. Sahabat-sahabat saya Eni Widayanti, Nurul Isnaini, Dinna Fitria Ningrum, Putri Ningsih, Emi Nur Wulaningrum, Cahyati Windu Prihatin, Dyah Retno Widowati yang senantiasa meluangkan waktunya untuk mendengarkan keluh kesah dalam penyusunan skripsi ini.
7. Untuk teman-teman yang telah membantu dan menemani dalam menyelesaikan karya ini, maaf tidak dapat disebut satu persatu. Terima kasih, kalian selalu ada dan semoga kemudahan dan kebaikan senantiasa menyertai, Aamiin.

HALAMAN MOTTO

“Angin tidak berhembus untuk menggoyangkan pepohonan, melainkan menguji kekuatan akarnya.” – Ali bin Abi Thalib

The good life is a process, not a state of being. It is a direction, not a destination.

(Kehidupan yang baik adalah sebuah proses, bukan suatu keadaan yang ada dengan sendirinya. Kehidupan itu sendiri adalah arah, bukan tujuan.)

-Carl Rogers

ABSTRAK

Rianingsih, 171141041, *POST-TRAUMATIC GROWTH* PADA PEREMPUAN PENYINTAS *BULLYING*, Psikologi Islam, Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta, 2023.

Komisi Perlindungan Anak Indonesia mencatat dari tahun 2011-2019 kasus *bullying* baik dipendidikan maupun sosial medial mencapai 2.473 laporan. Terdapat beberapa bentuk *Bullying* diantaranya *bullying* fisik, *bullying* verbal dan *bullying* psikologis. *Bullying* memberikan dampak yang serius bagi para korban baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang seperti rasa sedih dan sakit hati, perasaan dikucilkan dan trauma dengan merasa malu atau takut berelasi dengan orang lain. Namun, bagi beberapa individu pengalaman menghadapi *bullying* dapat berubah menjadi suatu pengalaman hidup yang berharga, yang dapat memicu individu untuk berjuang mencapai perubahan psikologis yang positif yang disebut dengan *post-traumatic growth*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana proses *post-traumatic growth* pada perempuan penyintas *bullying*.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan wawancara dan dokumentasi. Informan pada penelitian ini yakni 3 perempuan penyintas *bullying* dengan rentang usia 19-25 tahun. Teknik analisis data menggunakan teknik analisis model interaktif Miles & Huberman.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketiga informan telah melalui proses *post-traumatic growth* yang menunjukkan perkembangan diri ke arah lebih positif setelah mengalami *bullying* yang ditandai dengan beberapa aspek diantaranya lebih menghargai diri sendiri, membuka diri dan membangun relasi yang bermakna, mampu mendorong diri sendiri, mengambil kesempatan baru dalam kehidupan dan semakin mendekatkan diri kepada Allah.

Kata Kunci : *Post-traumatic Growth, Bullying, Perempuan Penyintas Bullying*

ABSTRACT

Rianingsih, 171141041, POST-TRAUMATIC GROWTH IN FEMALE BULLYING SURVIVORS, *Islamic Psychology, Faculty of Ushuluddin and Da'wah, Raden Mas Said State Islamic University Surakarta, 2023.*

The Indonesian Child Protection Commission noted that from 2011-2019 cases of bullying both in education and social media reached 2,473 reports. There are several forms of bullying including physical bullying, verbal bullying and psychological bullying. Bullying has a serious impact on victims, both in the short and long term, such as feelings of sadness and hurt, feelings of isolation and trauma by feeling ashamed or afraid of relating to other people. However, for some individuals the experience of facing bullying can turn into a valuable life experience, which can trigger individuals to strive to achieve positive psychological changes which are called post-traumatic growth. The purpose of this study was to find out how the process of post-traumatic growth in female survivors of bullying.

This study uses a qualitative research method with a phenomenological approach. Collecting data in this study using interviews and documentation. The informants in this study were 3 female who were victims of bullying with an age range of 19-25 years. The data analysis technique used the Miles & Huberman interactive model analysis technique.

The results showed that the three informants had gone through a post-traumatic growth process which showed self-development in a more positive direction after experiencing bullying which was marked by several aspects including more self-respect, opening up and building meaningful relationships, being able to push oneself, taking opportunities new in life and getting closer to God.

Keywords : *Post-traumatic Growth, Bullying, Female Survivor of Bullying*

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum wr. wb.

Alhamdulillah, puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas segala nikmat dan karunia yang telah dilimpahkan-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Dalam proses panjang pembuatan naskah skripsi ini tentunya tidak terlepas dari dukungan dan dorongan berbagai pihak. Untuk itu, penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

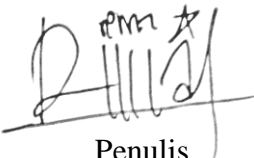
1. Prof. Dr. H. Mudofir S.Ag., M.Pd., selaku Rektor Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta.
2. Prof. Dr. Islah M.Ag., selaku Dekan Fakultas Ushuluddin Dan Dakwah Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta.
3. Dr. Retno Pangestuti, M.Psi., Psikolog selaku ketua Jurusan Psikologi dan Psikoterapi Fakultas Ushuluddin dan Dakwah Universitas Islam Negeri Raden Mas Siad Surakarta.
4. Triyono, S.Sos, M.Si selaku Koordinator Program Studi Psikologi Islam Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta.
5. Wakhid Musthofa, M.Psi., Psikolog selaku Dosen Pembimbing yang telah banyak memberikan bimbingan, masukan, kritik dan saran selama proses penyusunan skripsi ini.
6. Dr. Gadis Deslinda, M.Psi., Psikolog selaku Penguji Utama yang telah banyak memberikan masukan, bimbingan, kritikan dan saran selama proses skripsi.
7. Azzah Nilawati, M.A selaku Penguji I yang telah memberikan banyak kritik dan saran untuk skripsi ini menjadi lebih baik.
8. Seluruh dosen Fakultas Ushuluddin dan Dakwah, terkhusus dosen Program Studi Psikologi Islam yang telah memberikan bekal ilmu kepada peneliti selama kuliah.

9. Seluruh Staff Fakultas Ushuluddin dan Dakwah yang telah memberikan pelayanan yang prima.
10. Informan penelitian yang telah meluangkan waktunya untuk diwawancarai demi berlangsungnya proses skripsi ini.
11. Dan seluruh teman-teman seperjuangan Psikologi Islam Angkatan 2017 dikampus Universitas Islam Negeri Raden Mas Said Surakarta yang memberikan pengalaman dan pelajaran berharga.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Maka dari itu, peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari pembaca sebagai perbaikan di masa mendatang. Mohon maaf atas segala kesalahan, karena manusia tempatnya salah serta dosa dan kebenaran hanya milik Allah SWT.

Wassalamu'alaikum wr. wb.

Surakarta, 07 Juni 2023



Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
NOTA PEMBIMBING	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
HALAMAN MOTTO	vi
ABSTRAK	vii
<i>ABSTRACT</i>	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian	6
D. Manfaat Penelitian	6
BAB II LANDASAN TEORI.....	8
A. Tinjauan Pustaka	8
1. <i>Post-traumatic Growth</i>	8
2. Penyintas <i>Bullying</i>	18

B. Telaah Pustaka	24
C. Kerangka Berpikir	35
BAB III METODE PENELITIAN.....	38
A. Jenis dan Pendekatan Penelitian.....	38
B. Lokasi Penelitian.....	39
C. Sumber Data Penelitian.....	39
D. Teknik Pengumpulan Data.....	41
E. Teknik Analisis Data.....	43
F. Kredibilitas Penelitian.....	47
G. Peran Peneliti	48
H. Etika Penelitian	48
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	50
A. Setting Penelitian	50
B. Temuan Hasil Penelitian	52
C. Analisis Data	56
D. Pembahasan.....	90
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	111
A. Kesimpulan	111
B. Saran.....	112
DAFTAR PUSTAKA	114
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	119
LAMPIRAN.....	120

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Identitas Informan	52
Tabel 4.2 Identitas Significant Other	53
Tabel 4.3 Ringkasan Dampak <i>Bullying</i>	62
Tabel 4.4 Ringkasan Proses <i>Post-traumatic Growth</i> pada Penyintas <i>Bullying</i>	75
Tabel 4.4 Ringkasan Faktor yang Mempengaruhi <i>Post-traumatic Growth</i> pada Penyintas <i>Bullying</i>	80
Tabel 4.5 Ringkasan Aspek yang Mempengaruhi <i>Post-Traumatic Growth</i> pada Penyintas <i>Bullying</i>	89

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir	37
Gambar 3.1 Komponen Analisis Data Model Interaktif	44
Gambar 4.1 Tahapan Penelitian	52
Gambar 4.2 Proses <i>Post-Traumatic Growth</i> pada Informan DF.....	108
Gambar 4.3 Proses <i>Post-Traumatic Growth</i> pada Informan NA.....	109
Gambar 4.4 Proses <i>Post-Traumatic Growth</i> pada Informan VNA	110
Gambar 4.5 Dokumentasi Informan DF	208
Gambar 4.6 Dokumentasi Informan NA	209
Gambar 4.7 Dokumentasi Informan VNA	210

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Panduan Wawancara/ <i>Guide Interview</i>	120
Lampiran 2. Transkrip Hasil Wawancara.....	124
Lampiran 3. Transkrip Hasil Observasi.....	194
Lampiran 4. Dokumentasi.....	208
Lampiran 5. <i>Informed Consent</i>	211
Lampiran 6. Surat Keterangan Bebas Plagiasi.....	214

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kasus *Bullying* sudah bukan suatu hal yang asing lagi bagi masyarakat Indonesia, seolah menjadi sub kebudayaan yang melekat dan merasuk ke berbagai sektor kehidupan, baik sosial, budaya, politik hingga ancaman keamanan nasional. Menurut data terbaru dari tahun 2011 sampai 2022 Komisi Perlindungan Anak Indonesia (KPAI) mencatat kasus *bullying* baik dipendidikan maupun sosial media mencapai 2.473 laporan (KPAI, 2020). Penelitian yang dilakukan *Plan International dan International Center for Research on Women (ICRW)* dalam dunia pendidikan, sekolah menyumbangkan akumulasi kasus *bullying* yang cukup besar yaitu sebanyak 84% atau 7 dari 10 anak di Indonesia pernah mengalami *bullying* (Nurhadiyanto, 2020).

Bullying didefinisikan sebagai bentuk-bentuk perilaku kekerasan dimana terjadi pemaksaan secara psikologis ataupun fisik terhadap seseorang atau sekelompok orang yang lebih “lemah” oleh seseorang atau sekelompok orang. Mereka mempersepsikan dirinya memiliki kekuasaan untuk melakukan apa saja terhadap korbannya (Zakiyah et al., 2017). Menurut Ariobimo (2008) beberapa bentuk *bullying* yang sering terjadi yaitu : *bullying* fisik berupa kontak fisik antara pelaku dan penyintas *bullying*, *bullying* verbal atau kata-kata yang ditujukan kepada penyintas *bullying*, dan *bullying* psikologis berupa tindakan tersirat yang menyerang psikologis penyintas *bullying*.

Unit Pelayanan Terpadu Perempuan dan Anak Surakarta (PTPAS) mencatat adanya kasus kekerasan terhadap perempuan dan anak yang mencapai puluhan kasus, dan kasus kekerasan terhadap anak paling banyak adalah *bullying* (Wahyu, 2021). Salah satu kasus *bullying* yang dilansir dari Jawa Pos Radar Solo terjadi di salah satu SD di Laweyan, Solo pada September 2022, yakni seorang siswa yang ditendang alat vitalnya sampai terjadi pembengkakan membuat korban tersebut merasa trauma dan ingin pindah sekolah (Ian, 2022). Kemudian dikutip dalam kompas.com adanya kasus *bullying* pada seorang siswi SMA di Karanganyar berinisial SSR yang menjadi korban *bullying* oleh delapan temannya, dia mengalami *bullying* verbal dan non verbal hingga merasa psikologisnya terganggu akibat kejadian tersebut dan harus didampingi oleh psikiater saat mau ke sekolah (Salafudin, 2023).

Bullying memberikan dampak yang sangat serius bagi para korban baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang. Dalam jangka pendek *bullying* dapat menimbulkan perasaan tidak aman, takut pergi ke sekolah, merasa terisolasi, perasaan harga diri yang rendah, depresi atau bahkan menderita stress yang dapat berakhir bunuh diri. Sedangkan dalam jangka panjang, korban *bullying* dapat menderita masalah gangguan emosional dan perilaku (Prasetya, 2017). Beberapa penelitian telah menunjukkan fakta bahwa *bullying* dapat menghasilkan dampak yang negatif pada keadaan psikis individu yang mengalami baik dalam jangka pendek maupun panjang. Seperti halnya penelitian yang dilakukan Harahap & Ika Saputri (2019) yang menunjukkan bahwa *bullying* memberikan dampak pada terhambatnya proses perkembangan sosial anak, rendahnya harga diri, sakit fisik,

penarikan diri dari lingkungan, menghambat proses belajar, penakut, kurang percaya diri, dan trauma.

Berbagai dampak negatif bullying yang muncul, dapat dikatakan bahwa bullying adalah suatu hal yang cukup serius. Akan tetapi, terdapat suatu kondisi yang berbanding terbalik dengan dampak negatif yang dapat dialami penyintas *bullying*. Pada beberapa individu, perjuangan menghadapi pengalaman buruk seperti *bullying* dapat menghasilkan peningkatan positif pada beberapa aspek kehidupan (Laksmi Dewi & Susilawati, 2022). Calhoun dan Tedeschi dalam (Dewi & Valentina, 2020) mengungkapkan bahwa bagi beberapa individu, pengalaman menghadapi *bullying* dapat berubah menjadi suatu pengalaman hidup yang berharga yang dapat memicu individu tersebut untuk berjuang sehingga mencapai perubahan psikologis yang positif, seperti menjadi pribadi yang lebih baik, lebih sukses, lebih kuat, dan lebih bahagia. Individu yang demikian disebut sebagai individu yang mengalami *post-traumatic growth*.

Proses tercapainya *post-traumatic growth* pada individu diawali ketika individu mengalami kejadian yang menimbulkan stres yang berat, terlihat pada awalnya individu mungkin merasa sangat tertekan, namun perasaan tertekan tersebut menimbulkan evaluasi dan tantangan terhadap keyakinan individu tentang dunia beserta posisi individu tersebut di dunia. Tantangan terhadap keyakinan individu tersebut memunculkan pemrosesan kognitif berupa perenungan yang mendalam dengan terus memikirkan kejadian yang dialami serta mencari cara untuk keluar dari masalah tersebut (Calhoun & Tedeschi, 2004).

Proses inilah yang membawa individu sampai pada kondisi *post-traumatic growth*, yang dalam prosesnya dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal individu. Faktor eksternal terdiri dari dukungan sosial, sedangkan faktor internal terdiri dari optimisme, harapan, *reframing* serta spiritual (Sajida, 2017).

Penelitian yang dilakukan oleh (Asiyah & Amalia, 2020) juga menggambarkan proses *post-traumatic growth* menuju perubahan yang positif setelah mengalami kejadian traumatis karna adanya faktor eksternal yaitu dorongan atau motivasi dari orangtua serta dukungan dari teman-teman sehingga memicu penguatan faktor internal yang meliputi faktor peningkatan spiritualitas, kekuatan dalam diri, dan relasi sosial semakin baik.

Berdasarkan data yang peneliti peroleh dari survey awal terhadap salah satu informan penyintas *bullying* pada mahasiswa Fakultas Ushuluddin dan Dakwah. Informan mendapatkan pengalaman *bullying* pertama kali saat menginjak Sekolah Dasar. Informan mendapatkan perlakuan *bullying* verbal dengan dipanggil nama bapaknya. Informan diejek karena menurut teman-temannya informan orang dengan latar belakang ekonomi rendah. Hal ini menjadikan informan merasa rendah diri, menjadi orang yang pendiam. Saat menginjak sekolah menengah pertama, subjek mendapatkan pengalaman *bullying* fisik dilempar besi ke wajah oleh temannya. Saat menginjak sekolah menengah atas subjek juga mendapatkan pengalaman *bullying* yang dilakukan oleh teman-temannya dengan mengatakan bahwa wajah subjek memang pantas untuk di *bully*. Pada saat memasuki jenjang kuliah, informan juga mendapatkan pengalaman *bullying* oleh temannya dengan

membagikan foto bagian tubuh subjek ke dalam sebuah grup *whatsapp* yang menurut informan tidak pantas untuk diperlihatkan ke semua orang.

Berdasarkan pengalaman *bullying* yang subjek dapatkan, subjek merasa bahwa ia adalah orang yang pantas untuk disalahkan, merasa rendah diri. Tetapi dengan pengalaman *bullying* yang telah dialami oleh informan, informan tidak seterusnya menjadikan pengalaman tersebut adalah pengalaman yang buruk. Pada masa sekarang informan menjadi orang yang ceria, telah memiliki pasangan, memiliki seorang anak, dan sedang menyelesaikan skripsinya. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Laksmi Dewi & Susilawati (2022) pada mahasiswa penyintas *bullying* di Bali yang memaknai *bullying* sebagai hal negatif sebelum mencapai *post-traumatic growth* dengan mengalami berbagai guncangan psikologis, yang kemudian melahirkan pemaknaan *bullying* sebagai hal yang membawa hikmah positif setelah melalui proses kognitif.

Berdasarkan penjelasan yang telah dipaparkan, kita dapat mengetahui bahwa individu yang mengalami kejadian penuh stres, kejadian penuh traumatis juga dapat menjadikan individu tersebut tumbuh menjadi individu yang positif atau *post-traumatic growth*. Setelah ia mengalami kejadian-kejadian yang membuat ia merasa tidak berharga, mengalami peristiwa yang menekan atau traumatis dan merasa terisolasi. Penelitian mengenai *post-traumatic growth* khususnya pada penyintas *bullying* menjadi penting karena dapat menemukan faktor proteksi individu dari penderitaan akibat pengalaman traumatis, menemukan strategi untuk bertumbuh setelah trauma, dan membantu individu dalam proses penyembuhan, bahkan dapat menggunakan krisis atau pengalaman traumatis sebagai landasan

untuk memulai awal yang baru (Laksmi Dewi & Susilawati, 2022). maka dari itu peneliti tertarik untuk mengetahui bagaimana gambaran proses *post-traumatic growth* pada perempuan penyintas *bullying*.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dipaparkan diatas, peneliti mengajukan rumusan masalah sebagai berikut, “ Bagaimana Proses Terjadinya *Post-Traumatic Growth* pada Perempuan Penyintas *Bullying*? ”.

C. Tujuan Penelitian

Agar memberikan gambaran konkrit serta arahan yang jelas dalam pelaksanaan penelitian ini, maka tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui *post-traumatic growth* yang terjadi pada perempuan penyintas *bullying*.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan kajian dalam studi kepustakaan, untuk menambah wawasan serta pengembangan disiplin ilmu pengetahuan Psikologi Klinis, Psikologi Pendidikan, Psikologi Sosial terkait informasi mengenai *post-traumatic growth* pada penyintas *bullying*

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi penyintas *bullying*, penelitian ini diharapkan dapat menjadi motivasi terhadap individu penyintas *bullying*, terkait pentingnya *post-traumatic growth* di dalam kehidupan setelah mengalami kejadian yang traumatis menjadi korban *bullying* yang seringkali berdampak negatif pada fisik maupun psikis.

- b. Bagi Masyarakat, diharapkan setelah ada penelitian ini masyarakat dapat menyadari betapa pentingnya untuk saling menghormati, tidak melakukan tindakan yang mendiskriminasi seseorang, terlebih melakukan kekerasan dalam fisik, karena tindakan tersebut sangat berdampak pada kehidupan seseorang.
- c. Bagi Mahasiswa, diharapkan dapat menambah wawasan terkait *bullying* dan *post-traumatic growth*, menyadari bahwa *bullying* memberikan dampak yang cukup serius bagi korban, sebagai *agen of change* mahasiswa diharapkan dapat mengedukasi masyarakat terkait *bullying*.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Tinjauan Pustaka

1. *Post-traumatic Growth*

a. Definisi *Post-traumatic Growth*

Post-traumatic Growth menurut (Tedeschi & Calhoun, 2004) adalah suatu perubahan positif seseorang setelah mengalami peristiwa traumatis menuju ke level yang lebih tinggi. *Post-traumatic growth* membuat pengalaman individu tidak hanya pulih dari trauma, tetapi juga mengalami peningkatan psikologis yang bagi sebagian orang sangat berarti setelah terjadi trauma. Peningkatan psikologis ini terlihat dari tiga dimensi yang telah berkembang yaitu persepsi diri, hubungan dengan orang lain dan falsafah hidup. Sedangkan Meyerson et al dalam (Jannah, 2020) menjelaskan bahwa *post-traumatic growth* adalah suatu pengalaman individu yang berkaitan dengan perubahan positif sebagai hasil dari perjuangan menghadapi kehidupan yang menekankan pada potensi transformasi pengalaman seseorang setelah mengalami peristiwa traumatik.

Post-traumatic growth bukan merupakan hasil langsung yang terjadi setelah trauma, namun merupakan perjuangan individu dalam menghadapi realita baru setelah mengalami kejadian trauma tersebut. Konsep *post-traumatic growth* adalah pengalaman perubahan positif yang signifikan dan timbul dari perjuangan krisis kehidupan yang besar antara lain : apresiasi

hidup, pengaturan hidup dengan prioritas baru, rasa kekuatan pribadi meningkat dan spiritual berubah secara positif (Mawaddah, 2018).

Menurut Calhoun & Tedeschi (2004) proses tercapainya *post-traumatic growth* pada individu diawali ketika individu mengalami kejadian yang menimbulkan stres yang berat, terlihat pada awalnya individu mungkin merasa sangat tertekan, namun perasaan tertekan tersebut menimbulkan evaluasi dan tantangan terhadap keyakinan individu tentang dunia beserta posisi individu tersebut di dunia. Tantangan terhadap keyakinan individu tersebut memunculkan pemrosesan kognitif berupa perenungan yang mendalam dengan terus memikirkan kejadian yang dialami serta mencari cara untuk keluar dari masalah tersebut. Proses inilah yang membawa individu sampai pada kondisi *post-traumatic growth*, yang dalam prosesnya dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal individu. faktor eksternal meliputi dorongan dan motivasi serta dukungan dari orang-orang terdekat sehingga memicu penguatan faktor internal yang meliputi faktor peningkatan spiritualitas, kekuatan dalam diri dan relasi sosial semakin baik (Asiyah & Amalia, 2020).

Dari penjelasan yang telah dipaparkan dapat disimpulkan bahwa *post-traumatic growth* merupakan suatu pengalaman perubahan dari individu menuju arah yang positif sebagai hasil dari usaha untuk bangkit setelah mengalami pengalaman traumatis. *Post-traumatic growth* yang terjadi tidak hanya menjadikan individu kembali ke keadaan normal bahkan lebih baik dari keadaan sebelum pengalaman traumatis itu terjadi.

b. Aspek-aspek *post-traumatic growth*

Ramos & Leal (2013) menyatakan bahwa terdapat 5 aspek dalam *post-traumatic growth*, antara lain :

- a. Penghargaan terhadap hidup dan perubahan prioritas (*greater appreciation of life and changed sense of priorities*)

Sebagai hasil dari rekonstruksi kognitif karena resistensi terhadap trauma. Subjek memiliki rasa kerentanan dan memahami bahwa ia tidak dapat memprediksi dan mengontrol peristiwa tertentu (Calhoun & Tedeschi, 2004). Individu juga menyadari ketidakstabilan hidup. Secara berkala mereka mulai mengubah dan memprioritaskan hal-hal yang dianggap penting dan tidak penting yang mengarah pada perubahan prioritas hidup dan apresiasi kehidupan yang lebih besar (Lindstrom et al., 2013). Calhoun & Tedeschi (2004) juga menjelaskan bahwa salah satu dari indikator *Posttraumatic Growth* pada penghargaan terkait kehidupan adalah individu mengalami perasaan bahagia terkecil yang bermakna bagi diri individu tersebut.

- b. Hubungan dengan orang lain (*relating to other*)

Saat individu mendapatkan suatu permasalahan, ia akan memahami situasi yang sedang dialaminya, sebagai peningkatan diri, ia mungkin akan mencari bantuan ataupun dukungan dari orang terdekatnya seperti keluarga, teman, ataupun orang yang dianggap bisa dipercaya untuk mengungkapkan pengalaman-pengalaman negatifnya (Tedeschi & Calhoun, 1996).

Individu mungkin juga merasakan hubungan yang lebih emosional dengan orang lain, serta perasaan kedekatan dan keintiman didalam hubungan interpersonal (Tedeschi & Calhoun, 1996). Ia juga mulai menerima dengan lebih baik bantuan yang diberikan oleh orang lain dan membangun hubungan yang lebih baik dengan lingkungan sekitarnya, membuat jejaring sosial atau memulai pertemanan yang baru.

c. Kekuatan dalam diri yang lebih besar (*A greater sense of personal strength*)

Saat individu mengalami pengalaman yang traumatis, individu mempunyai kekuatan personal yang bertambah, mempunyai rasa optimisme dan mengembangkan perasaan aman serta kekuatan yang diekspresikan seperti ada dalam diri mengatakan “jika aku bisa melewati ini semua, aku bisa mengatasi hal ini, pasti aku akan bisa mengatasi apapun yang lebih dari ini”.

Menurut Malhotra & Chebiban (2016) *personal strength* adalah individu yang mampu mengatasi trauma dan akan bangkit menjadi individu yang lebih kuat, percaya diri, terbuka, empati, kreatif, dewasa dan memiliki rasa kemanusiaan. Individu yang mempunyai kekuatan dalam diri yang besar pasti mempunyai rasa optimisme. Individu harus memiliki pengakuan bahwa ia mampu untuk menghadapi tantangan-tantangan di masa depan dan mampu untuk mengubah situasi menjadi lebih baik.

d. Kemungkinan baru (*new possibilities*)

Saat individu dihadapkan dengan berbagai situasi yang sulit, berbagai resiko hidup yang negatif, ia mampu mencari kemungkinan-kemungkinan baru untuk mencari jalan keluar. Ia mempunyai keinginan untuk mengubah tujuan hidupnya dan fokus pada keadaannya disini dan sekarang (*here and now*).

e. Peningkatan spiritualitas (*spiritual development*)

Merupakan perubahan berupa perkembangan pada aspek spiritualitas dan hal-hal yang bersifat eksistensial. Individu yang religius akan mengalami perubahan spiritual yang membuat individu lebih memaknai spiritual yang dimilikinya untuk dapat mempengaruhi pengalaman *posttraumatic growth* (Ristyana, 2017).

c. Faktor-faktor yang mempengaruhi *post-traumatic growth*

Asiyah & Amalia (2020) menyebutkan bahwa faktor yang mempengaruhi *posttraumatic growth* ada dua yaitu faktor internal dan eksternal individu. faktor eksternal meliputi dorongan dan motivasi serta dukungan dari orang-orang terdekat sehingga memicu penguatan faktor internal yang meliputi faktor peningkatan spiritualitas, kekuatan dalam diri dan relasi sosial semakin baik.

Sedangkan menurut para ahli, faktor yang dapat mempengaruhi adanya *post-traumatic growth* diantaranya yaitu:

1. Faktor internal

a. Harapan

Ho et al dalam (Sajida, 2017) menemukan bahwa harapan memegang peran dalam perkembangan *post-traumatic growth*, harapan dapat menjadi sebuah *coping* positif saat menghadapi situasi stressfull. Saat seseorang mempunyai harapan, ia akan membayangkan cara mencapai tujuan tersebut.

b. Usia dan jenis kelamin

Usia seseorang mempengaruhi bagaimana perkembangan *post-traumatic growth*. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa seseorang dengan usia yang lebih muda memiliki *post-traumatic growth* yang lebih besar daripada usia yang lebih tua, karena seseorang dengan usia muda mungkin lebih fleksibel dan terbuka terhadap perubahan dalam hidup mereka (Diggins, 2003).

Diggins (2003) juga menjelaskan bahwa wanita memiliki perkembangan *post-traumatic growth* yang lebih baik dibandingkan pria.

c. Agama dan spiritual

Sajida (2017) menyatakan bahwa ada korelasi antara agama dan spiritualitas dengan trauma. Agama dan spiritualitas dapat membantu seseorang mengatasi traumanya dan dapat membantu meningkatkan perkembangan *post-traumatic growth*. Aspek intrinsik agama dan spiritualitas memiliki hubungan dengan *post-traumatic growth* dalam menciptakan makna, tujuan dan keseimbangan dalam hidup. Diggins (2003) juga menyatakan bahwa kepercayaan agama dan spiritualitas dapat

mempengaruhi *posttraumatic growth* khususnya pada *spiritual change* (perubahan spiritual).

d. Optimisme

Optimisme memiliki hubungan yang positif dengan *post-traumatic growth*. Optimisme memberikan pengaruh pada individu yang mengalami kejadian traumatik, individu yang optimis mendapatkan keuntungan dan perubahan ketika mengalami kejadian traumatik karena memiliki pandangan positif akan masa depannya (Sajida, 2017).

2. Faktor eksternal

a. Dukungan sosial

Tedeschi & Calhoun (2004) menyebutkan bahwa dukungan sosial merupakan salah satu faktor yang dapat mendukung perkembangan *post-traumatic growth* pada seseorang. Seseorang dapat mengatasi dan beradaptasi dengan trauma dengan mendapat bantuan dari lingkungan sosial terdekat seperti keluarga, teman, atau orang-orang terdekat.

b. *Time since event* dan karakteristik kejadian traumatik

Jarak waktu antara kejadian traumatik dengan keadaan saat ini juga merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi perkembangan *posttraumatic growth*. Akan tetapi setiap orang mengalami proses *posttraumatic growth* yang berbeda-beda, ada yang setelah kejadian stressfull *posttraumatic growth* dapat terjadi segera, ada yang beberapa kejadian tidak langsung menimbulkan *posttraumatic growth*. hal ini

disebabkan juga oleh jenis kejadian traumatik ataupun karakteristik individu yang mengalaminya (Tedeschi & Calhoun, 1996).

Dari beberapa literatur yang telah dipaparkan, terdapat faktor yang mempengaruhi terjadinya *posttraumatic growth* yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal terdiri dari : harapan, usia dan jenis kelamin, agama dan spiritualitas, optimisme. Faktor eksternal terdiri dari dukungan sosial dan *time since event*.

d. Proses Terjadinya *Post-traumatic Growth*

Tedeschi & Calhoun (2004) mengatakan bahwa proses terjadinya *post-traumatic growth* antara lain :

a. Karakteristik personal atau individu (*personal characteristics*)

Tingkat trauma yang dialami seseorang tentunya akan sangat mempengaruhi perkembangan *posttraumatic growth*. Namun demikian, karakteristik pribadi seseorang dalam mengatasi trauma juga dapat mempengaruhi proses *post-traumatic growth*.

Penelitian yang dilakukan oleh Costa & Mc Crae dalam (Calhoun & Tedeschi, 2004) menyatakan bahwa keterbukaan seseorang terhadap pengalaman hidup dan kepribadian yang *ekstrovert* berhubungan dengan perkembangan *post-traumatic growth*. Orang dengan tipe ini akan lebih memperhatikan emosi positifnya daripada emosi negatifnya meskipun berada pada situasi yang sulit, yang kemudian dapat membantu mereka memahami informasi tentang pengalaman yang telah mereka jalani dengan lebih efektif dan menciptakan perubahan positif dalam diri mereka (*post-*

traumatic growth). Selain itu, orang yang mempunyai karakteristik lain seperti optimisme juga mempengaruhi perkembangan *posttraumatic growth*, karna orang yang optimis dapat lebih mudah memperhatikan apa yang penting bagi mereka dan terlepas dari keadaan yang tidak terkontrol. Ini penting untuk proses kognitif yang terjadi setelah seseorang mengalami peristiwa traumatis.

b. Mengolah emosi berbahaya atau negatif (*managing distressing emotion*)

Ketika seseorang mengalami krisis dalam hidupnya, ia harus mampu mengolah emosi yang negatif yang dapat melemahkannya. Karena dengan mengolah emosi yang negatif, seseorang dapat membuat pola perubahan dalam diri dan membantu proses kognitif yang kemudian dapat membentuk *post-traumatic growth*. Pada tahap awal trauma, proses kognitif atau pemikiran seseorang biasanya lebih otomatis dan mengandung banyak pikiran dan gambaran yang merusak. Selain itu, refleksi negatif dan destruktif juga muncul. Tetapi pada akhirnya, jika prosesnya efektif, seseorang akan terlepas dari tujuan dan asumsi sebelumnya yang kemudian membuatnya berfikir bahwa cara lama yang dia jalani tidak lagi tepat untuk mengubah situasi (Calhoun & Tedeschi, 2004).

c. Dukungan dan keterbukaan (*support and disclosure*)

Dukungan dari orang lain dapat membantu perkembangan *post-traumatic growth*, khususnya dengan memberikan kesempatan kepada orang-orang yang pernah mengalami trauma (*trauma survivors*) untuk berbagi cerita

tentang perubahan yang telah terjadi dalam hidup mereka dan memberikan perspektif yang dapat membantu mereka melakukan perubahan yang positif.

Menceritakan tentang trauma dan usaha untuk mencoba bertahan hidup juga dapat membantu para penyintas trauma untuk mengungkapkan sisi emosional mereka tentang kejadian yang mereka alami. Melalui cerita, orang akan merasa diterima oleh orang lain (Calhoun & Tedeschi, 2004).

d. Proses kognitif dan perkembangan (*cognitive processing and growth*)

Keyakinan dalam mengatasi dan memutuskan apakah seseorang akan terus berjuang atau menyerah juga dapat membantu proses *posttraumatic growth*. Orang dengan kepercayaan yang tinggi dapat mengurangi ketidaksesuaian situasi dan memberikan fungsi yang optimal dari *coping* yang digunakan.

Ketika seseorang mengalami perubahan, dia akan melepaskan tujuan atau asumsi awalnya yang kemudian dalam keadaan yang sama, dia akan mencoba membentuk pola, tujuan dan makna baru dalam hidupnya (Calhoun & Tedeschi, 2004).

e. Perenungan atau proses kognitif (*ruminati on or cognitife processing*)

Asumsi seseorang tentang dunia dan pola yang telah dihancurkan oleh peristiwa traumatis harus dibangun kembali agar berguna bagi tingkah laku dan pengambilan keputusan. Restrukturisasi skema tersebut dapat menuntun seseorang yang memiliki pengalaman traumatis untuk memikirkan kembali situasi yang mereka hadapi. Menurut Martin & Tesser dalam (Calhoun & Tedeschi, 2004), bentuk proses kognitif ini memiliki karakteristik yang

meliputi: masuk akal (*making sense*), pemecahan masalah (*problem solving*), mengenang (*reminiscence*) dan antisipasi (*antisipasi*).

f. Kebijakan dan cerita kehidupan (*Wisdom and life narrative*)

Pengalaman *posttraumatic growth* seseorang adalah proses perubahan yang mempengaruhi kebijakan seseorang ketika merenungkan hidupnya, dan juga perkembangan pola pikirnya ketika memikirkan kehidupan. Kemampuan seseorang untuk pulih ketika berhadapan dengan peristiwa traumatis dapat membentuk *posttraumatic growth* dan dapat memperbaiki kehidupan mereka (Calhoun & Tedeschi, 2004).

2. Penyintas *Bullying*

a. Definisi *bullying*

Secara bahasa, kata *bully* dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) berarti rundung atau perundungan yang memiliki arti mengganggu, mengusik terus menerus. Novarini (2013) menyatakan bahwa *bullying* adalah sebuah perilaku atau tindakan negatif yang dilakukan secara berulang-ulang dimana tindakan tersebut sengaja dilakukan dengan tujuan untuk melukai dan membuat seseorang merasa tidak nyaman.

Menurut SEJIWA (2008) *bullying* adalah sebuah situasi dimana terjadinya penyalahgunaan kekuatan atau kekuasaan yang dilakukan oleh seseorang atau sekelompok yang dianggap lebih kuat baik secara fisik maupun mental kepada orang yang dianggap lebih lemah secara fisik maupun mental.

Bullying didefinisikan sebagai bentuk-bentuk perilaku kekerasan dimana terjadi pemaksaan secara psikologis ataupun fisik terhadap seseorang atau sekelompok orang yang lebih “lemah” oleh seseorang atau sekelompok orang pelaku *bullying* yang biasa disebut *bully* bisa seseorang, bisa juga sekelompok orang, dan ia atau mereka mempersepsikan dirinya memiliki kekuasaan untuk melakukan apa saja terhadap korbannya (Zakiyah et al., 2017).

Dari beberapa definisi diatas, dapat disimpulkan bahwa *bullying* adalah sebuah perilaku intimidasi yang terjadi secara berulang-ulang terhadap seseorang yang dianggap lebih lemah baik secara psikologis maupun secara fisik.

b. Definisi penyintas *bullying*

Kata penyintas memiliki kata dasar sintas yang artinya bertahan hidup dalam kondisi yang tidak diinginkan dalam jangka waktu yang lama. Seseorang yang mengalami keadaan tersebutlah yang disebut sebagai penyintas. Seperti penderita suatu penyakit yang berkepanjangan, orang yang mengalami perlakuan tidak adil dalam waktu yang lama, atau orang yang bertahan selama dalam pengasingan atau peperangan.

Istilah kata penyintas pertama kali muncul sekitar tahun 2005 yang dipopulerkan oleh para aktivis kemanusiaan dan relawan saat terjadi bencana. Istilah penyintas berasal dari bahasa inggris *survivor* yang berarti “orang yang selamat”, perbedaan istilah penyintas dengan korban adalah walaupun sama-sama mengalami penderitaan pada suatu kejadian tertentu,

korban pada umumnya tidak memiliki kemampuan untuk bertahan dalam suatu kondisi, sedangkan penyintas adalah seseorang yang berhasil bangkit dari suatu kejadian atau bencana. Dari penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa penyintas adalah bagian dari korban.

Korban *bullying* merupakan seseorang yang mendapat perlakuan agresi dari teman sebayanya berupa bentuk serangan fisik, serangan verbal atau dapat pula berupa kekerasan psikologis. Pada dasarnya tidak seorangpun didunia ini yang mau atau pantas menjadi korban *bullying*, setiap orang memiliki hak untuk diperlakukan dan dihargai secara pantas dan wajar. *Bullying* akan berdampak buruk dan menyakitkan bagi korban, dapat menimbulkan efek traumatis di sepanjang hidupnya (Habibah, 2018).

Dari penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa penyintas *bullying* adalah seseorang yang dapat bangkit atau bertahan dalam hidupnya setelah mengalami perlakuan agresi yang menyakitkan bagi korban.

c. Bentuk-bentuk *bullying*

Ariobimo, (2008) menyatakan bahwa beberapa bentuk *bullying* yang sering terjadi, antara lain :

1) *Bullying* fisik

Bullying fisik adalah bentuk *bullying* yang berupa kontak fisik antara pelaku dan korban *bullying* atau perilakunya bisa dilihat secara kasat mata. Contohnya : menampar, menimpuk, menginjak kaki, menjegal, meludahi, melempar dengan barang dan lain sebagainya.

2) *Bullying* verbal

Bullying verbal adalah bentuk *bullying* yang berupa kata-kata yang ditujukan kepada korban *bullying*, bentuk *bullying* ini juga bisa terdeteksi karna bisa tertangkap indera pendengaran. Contohnya : memaki, menghina, menjuluki, meneriaki, mempermalukan didepan umum, menuduh, menyoraki dan lain sebagainya.

3) *Bullying* psikologis

Bullying psikologis berupa tindakan tersirat yang menyerang psikologis korban *bullying*. Contohnya : memandang sinis, memandang penuh ancaman, mempermalukan didepan umum, mendiamkan, mengucilkan, memandang yang merendahkan, memelototi, mencibir dan lain sebagainya.

d. Dampak perilaku *bullying*

Hasil studi yang dilakukan oleh *The National Youth Violence Prevention Resourche Center* dalam (Novrian, 2017) menunjukkan bahwa dampak yang ditimbulkan dari perilaku *bullying* baik bagi pelaku, korban serta yang menyaksikan yaitu :

- 1) Bagi pelaku : pelaku merasa harga dirinya tinggi dan mempunyai tingkat kepercayaan diri yang sangat tinggi sehingga menjadikan mereka berwatak keras, tidak memiliki empati dan emosi yang tidak terkontrol. Mereka mempunyai keinginan untuk mendominasi dalam segala hal sehingga merasa memiliki kekuasaan. Apabila pelaku hanya didiamkan tanpa diintervensi dari pihak tertentu dapat terbentuknya perilaku lain

seperti penyalahgunaan wewenang antar sesama teman, memiliki prestasi rendah, dampak lainnya yaitu merokok, menggunakan narkoba, tindakan anarkis seperti tawuran, bolos sekolah, menentang orangtua atau guru dan lain-lain.

- 2) Bagi korban : korban selalu merasa cemas dan takut, hal ini bisa mempengaruhi konsentrasi belajar disekolah. Bahkan dalam waktu panjang hal ini dapat mempengaruhi kepercayaan diri, korban menjadi menghindari sekolah, memunculkan perilaku menarik diri dari lingkungan pergaulannya, merasa depresi, merasa dirinya sendiri, merasa tidak ada orang lain yang menolongnya, bahkan pada tahap yang ekstrim korban mungkin akan melakukan bunuh diri karna menurutnya dapat menyelesaikan masalah.

Dalam jangka pendek *bullying* dapat menimbulkan perasaan tidak aman, takut pergi ke sekolah, merasa terisolasi, perasaan harga diri yang rendah, depresi atau bahkan menderita stress yang dapat berakhir bunuh diri. Sedangkan dalam jangka panjang, korban *bullying* dapat menderita masalah gangguan emosional dan perilaku (Prasetya, 2017).

- 3) Bagi yang menonton : mereka akan berasumsi bahwa *bullying* adalah perilaku yang dapat diterima secara sosial. Dalam kondisi ini, seseorang mungkin akan bergabung dengan pelaku karna takut menjadi sasaran berikutnya dan beberapa lainnya akan diam saja tanpa melakukan apapun dan yang paling parah mereka merasa tidak perlu menghentikannya.

e. Faktor-faktor yang mempengaruhi *bullying*

Ponny Retno dalam (Ambarwati, 2014) menyebutkan bahwa faktor yang mempengaruhi *bullying*, antara lain :

- 1) Perbedaan kelas (senioritas), ekonomi, agama, gender, etnisitas atau rasisme.

Perbedaan kelas seringkali menimbulkan anggapan antara senior dengan junior. Dalam hal ini, senior sering disalah artikan sebagai yang berkuasa sehingga dapat memperlakukan adik-adik juniornya sesuai kehendak hati. Maka timbullah *bullying* dengan perbedaan status sosial serta ekonomi dalam suatu kelompok rentan menjadi sasaran tindakan *bullying*.

- 2) Keluarga

Pola asuh orangtua merupakan faktor yang sangat mempengaruhi *bullying*, pola asuh otoriter berpengaruh positif pada perilaku *bullying*, karna pola asuh otoriter ditunjukkan dengan orangtua yang melakukan penghukuman baik dengan hukuman secara fisik maupun psikologis, melakukan kekerasan untuk menyelesaikan konflik sehingga anak merasa bahwa orangtuanya tidak mampu memahami perasaan anaknya. Hal tersebut membuat anak tidak mampu mengembangkan empati terhadap orang lain dan menjadi lebih agresif dengan teman sebayanya.

Rendahnya fungsi keluarga juga mempengaruhi perilaku *bullying*, seperti anak yang mengalami pengabaian dirumah ia akan mengalami

perkembangan yang lebih buruk daripada anak yang tidak mengalami pengabaian, adanya kekerasan di dalam rumah, pola attachment keluarga yang buruk, dan juga tidak adanya kepercayaan pada orangtua.

3) Lingkungan sekolah

Lingkungan sekolah yang tidak kondusif dapat mempengaruhi *bullying*, misalnya pergaulan antar siswa yang membeda-bedakan status sosial dan ekonomi, diskriminatif terhadap kelompok yang tidak disukai, guru-guru yang tidak memberikan ruang untuk berkontribusi dalam pembentukan lingkungan belajar mengajar yang sehat.

4) Karakter individu atau kelompok

Adanya rasa dendam atau iri hati, adanya semangat ingin menguasai korban dengan kekuatan fisik dan daya tarik seksual, untuk meningkatkan popularitas pelaku dikalangan teman sepermainan (*peer-group*)-nya

5) Persepsi nilai yang salah atas perilaku korban

Kesalah pahaman antara persepsi pelaku terhadap korban yang mengakibatkan terjadinya tindakan *bullying* karena kurang adanya ruang untuk berkomunikasi.

B. Telaah Pustaka

Beberapa penelitian mengenai *post-traumatic growth* telah dilakukan oleh peneliti-peneliti sebelumnya, namun, belum banyak yang meneliti tentang *post-traumatic growth* terutama pada penyintas *bullying*. Adapun beberapa penelitian terdahulu yang sejenis dengan penelitian penulis adalah sebagai berikut:

1. Jurnal Penelitian Oleh Laksmi Dewi & Susilawati (2022) yang berjudul “Kajian Fenomenologi Tentang Makna Bullying dan Pencapaian *Posttraumatic Growth* Pada Mahasiswa Penyintas *Bullying* di Bali”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui dan menggali lebih dalam tentang makna pengalaman *bullying* dan bagaimana proses pencapaian *posttraumatic growth* pada mahasiswa penyintas bullying. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan desain analisis deskriptif fenomenologi. Subjek dari penelitian ini adalah tiga mahasiswa yang merupakan dari Bali, dengan usia 18-21 tahun dan pernah mengalami *bullying* semasa sekolah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa makna *bullying* bagi mahasiswa penyintas *bullying* memiliki dua sisi berbeda, yaitu *bullying* sebagai hal yang negatif dan *bullying* sebagai hal yang membawa hikmah positif. Proses yang dilalui untuk mencapai *posttraumatic growth* yaitu mengalami guncangan psikologis, pemaknaan *bullying*, transformasi diri, dan kemunculan *posttraumatic growth*. *Posttraumatic growth* yang muncul pada mahasiswa penyintas *bullying* di Bali juga erat kaitannya dengan budaya Bali.
2. Penelitian oleh Sestiani & Muhid (2022) yang berjudul “Pentingnya Dukungan Sosial Terhadap Kepercayaan Diri Penyintas Bullying: *Literature Review*”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pentingnya dukungan sosial terhadap kepercayaan diri penyintas bullying. Studi ini memakai metode literature review untuk meningkatkan dukungan sosial terhadap kepercayaan diri seorang korban bullying sebab strategi ini bisa menjadi aset fundamental bagi pengembangan aktualitas dirinya. Hasil penelitian menunjukkan berkat

dukungan sosial yang tinggi, anak memiliki rasa percaya diri yang tinggi, karena dengan dukungan sosial yang tinggi anak merasa dihargai dan dicintai oleh orang lain, sehingga hal ini dapat mengembangkan rasa percaya diri sendiri bagi korban.

3. Penelitian oleh Sajida (2017) yang berjudul “Proses *Posttraumatic Growth* Pada Dewasa Awal yang Orangnya Bercerai”. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui bagaimana proses *posttraumatic growth* pada anak yang orangnya bercerai. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Subjek dari penelitian ini adalah anak yang orangnya bercerai dengan rentang usia 19-27 tahun, dengan masa perceraian orangtua minimal 5 tahun dan mengalami trauma akibat perceraian orangtua. Hasil dari penelitian ini adalah ada beberapa tahap terjadinya *posttraumatic growth* pada anak yang orangnya bercerai yaitu tahap 1). Traumatic event. 2). Tahap krisis. 3). Tahap perenungan. 4). Tahap keterbukaan/pengungkapan diri. 5). Tahap penerimaan masa lalu dan proses memaafkan. 6). Tahap perubahan, adanya perubahan-perubahan yang terjadi, semakin terlihatnya aspek PTG pada individu. Ada dua faktor yang mempengaruhi individu untuk tumbuh dan berkembang secara positif serta bisa melalui proses PTG yaitu faktor eksternal dan faktor internal. Faktor eksternal terdiri dari dukungan sosial, sedangkan faktor internal meliputi optimisme, harapan, *reframing* serta spiritual.
4. Penelitian oleh Zidni Nuris Yuhbaba, Indah Winarni dan Retno Lestari pada tahun 2017 yang berjudul “Studi Fenomenologi : *Post Traumatic Growth* Pada

Orangtua Anak Penderita Kanker”. Tujuan dari penelitian ini adalah mengeksplorasi makna pengalaman orangtua anak penderita kanker tentang *post traumatic growth*. Penelitian ini menggunakan desain penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi interpretif. Subjek dalam penelitian ini yaitu 5 orangtua yang anaknya menderita kanker. Hasil dari penelitian ini menghasilkan 9 tema yang mewakili pengalaman *posttraumatic growth* orangtua anak penderita kanker yaitu 1) memahami kanker sebagai penyakit yang mengancam kehidupan, 2) mengalami tekanan secara batin 3) mengalami krisis dalam kehidupannya 4) menilai bahwa kanker merupakan takdir dan ujian dari Tuhan 5) berusaha mengatasi krisis yang dialami 6) mendapat dukungan dari orang sekitar 7) menemukan harapan baru 8) merasakan perubahan hubungan yang bermakna 9) mengalami perkembangan spiritualitas. Pengalaman partisipan tentang *post traumatic growth* dirasakan partisipan sebagai suatu perubahan positif dalam hidupnya. Namun untuk mencapai hal tersebut partisipan melakukan perjuangan yang tidak mudah untuk keluar dari krisis yang dialaminya.

5. Penelitian oleh Chintya Devyna pada tahun 2017 yang berjudul “Proses *Posttraumatic Growth* pada Remaja yang diabaikan Orangtua.” Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana proses *posttraumatic growth* pada remaja yang ditinggalkan orangtua. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Subjek dari penelitian ini adalah remaja akhir dengan rentang usia 18-21 tahun yang telah ditinggalkan orangtua sejak kecil dikarenakan

pekerjaan yang jauh, perceraian ataupun hal lain. Hasil penelitian didapatkan bahwa ada beberapa tahap dalam proses terjadinya *posttraumatic growth* pada remaja yang ditinggalkan orangtua yaitu tahap krisis, perenungan, pengungkapan diri, manajemen emosi, dan perubahan, hingga pada akhirnya mencapai *posttraumatic growth*. Terdapat tiga faktor yang mempengaruhi *posttraumatic growth* yaitu *time and type*, dibutuhkan waktu yang tidak sebentar bagi remaja untuk dapat tumbuh dan berkembang setelah mengalami keterpurukan. Faktor yang selanjutnya yaitu *social support*, dukungan sosial yang didapat dari nenek, sanak keluarga, dan teman-teman setelah remaja dapat mengungkapkan diri secara baik. Faktor yang terakhir yaitu *copyng styles*, dimana *copyng styles* yang bersifat aktif dapat membantu remaja dalam proses *posttraumatic growth*.

6. Penelitian oleh Lia Zairoh Siska Mawaddah pada tahun 2018 yang berjudul “*Posttraumatic Growth* pada Wanita Dewasa Madya Penderita Kanker Payudara”. Tujuan dari penelitian ini untuk menggambarkan bagaimana perkembangan *posttraumatic growth* pada wanita dewasa madya penderita kanker payudara. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Hasil dari penelitian ini yaitu *posttraumatic growth* pada subjek penelitian sangat dipengaruhi oleh dukungan keluarga. Aspek yang sangat berkembang dengan baik pada semua subjek adalah pendekatan diri kepada Tuhan yang berupa sholat, mendalami al-qur’an, mengaji dan bersedekah.

7. Penelitian yang berjudul “Gambaran *Posttraumatic Growth* pada Korban Pemerkosaan” yang dilakukan oleh Martina Monika Rumlaan pada Tahun 2019 dari Universitas Pelita Harapan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran *posttraumatic growth* pada korban pemerkosaan. Penelitian ini menggunakan pendekatan penelitian kualitatif dengan metode studi kasus. Subjek penelitian ini adalah wanita berusia 20 tahun yang menjadi korban pemerkosaan. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa korban dari kasus pemerkosaan dapat berjuang dan tumbuh menjadi seseorang yang lebih positif setelah mengalami pengalaman traumatis.
8. Jurnal penelitian oleh Cokorde Istri dan Tience Dorbe yang berjudul “*Posttraumatic Growth* pada Remaja Penyintas *Bullying*” pada tahun 2020 dari Universitas Udayana. Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan *posttraumatic growth* diantara korban *bullying*, menjabarkan beberapa indikator dan faktor pendorong *posttraumatic growth* di kalangan remaja yang pernah menjadi korban *bullying*. Remaja yang mengalami *bullying* dapat mencapai *posttraumatic growth*, yang terlihat dari beberapa indikator *posttraumatic growth*. Remaja penyintas *bullying* yang mengalami *posttraumatic growth* dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu: faktor karakteristik personal dan strategi *coping* adaptif untuk mengatasi *bullying*, serta faktor dukungan sosial dari orangtua dan teman. Penelitian ini memberikan gambaran untuk mengembangkan kekuatan kepribadian remaja, strategi *coping* adaptif dan pelibatan dukungan sosial dari orang terdekat remaja seperti orangtua bagi

program intervensi terhadap remaja penyintas *bullying* untuk membangun *posttraumatic growth*.

9. Jurnal penelitian oleh Siti Nur Asiyah dan Risma Amalia pada tahun 2020 dari Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya yang berjudul “*Posttraumatic Growth* pada Wanita yang Bercerai”. Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan *posttraumatic growth* menuju perubahan hidup yang positif pada individu setelah perceraian. Subjek dalam penelitian ini adalah 3 perempuan dewasa awal berumur 20-30 tahun yang sudah bercerai dan telah mengalami *posttraumatic growth*. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Hasil penelitian menunjukkan terdapat beberapa hal yang menunjang gambaran *posttraumatic growth* dan faktor-faktor yang mempengaruhi *posttraumatic growth* yang meliputi pengolahan emosi yang baik serta menumbuhkan motivasi dalam diri akan kemungkinan-kemungkinan baru. Terdapat dua faktor utama yang mempengaruhi aspek post traumatic growth pada wanita yang bercerai, yang pertama faktor eksternal yaitu dorongan dan motivasi kedua orangtua serta dukungan dari teman-teman terdekat sehingga memicu penguatan faktor internal yang meliputi faktor peningkatan spiritulitas, kekuatan dalam diri dan relasi sosial semakin baik.
10. Jurnal Penelitian Oleh Fadillah et al., (2022) yang berjudul “Perkembangan Psikologi Anak Karena Dampak *Bullying*” penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dampak psikososial korban *bullying* dalam kehidupan sehari-hari, serta memberikan edukasi kepada orangtua korban untuk lebih peka terhadap

perkembangan dan permasalahan yang dihadapi oleh anak terlebih lagi untuk tetap memantau pergaulan anak. Hasil dari penelitian ini dapat disimpulkan, yaitu kasus *bullying* tersebut menimbulkan dampak negative terhadap korban *bullying* yaitu: pertama, anak korban *bullying* bersikap anti sosial terhadap lingkungan bermain, korban menarik diri dari lingkungan sosial dan untuk berinteraksi sosial menjadi acuh tak acuh akan apa yang terjadi di lingkungan sekitarnya. Kedua, dampak bagi psikologis korban yaitu adanya depresi yang mendalam yang bermula adanya rasa trauma yang dialami kemudian berubah menjadi depresi.

11. Jurnal Penelitian Oleh Harahap & Ika Saputri (2019) yang berjudul “ Dampak Psikologis Korban Bullying di SMA NEGERI 1 BARUMUN”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui dampak psikologis korban bullying pada siswa SMA Negeri 1 Barumun. Responden dalam penelitian ini adalah dua orang yang diambil secara purposive dengan kriteria : a) perempuan/laki-laki korban bullying, b) kelas X da XI. Informan dalam penelitian ini adalah orangtua, guru dan satu orang teman dari setiap responden penelitian. Metode penelitian ini adalah kualitatif dengan pendekatan fenomenologis. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan observasi, wawancara, dan dokumentasi. Tahapan analisis data fenomenologi adalah : 1) organisasi data, 2) koding dan analisis, 3) pengujian terhadap dugaan, 4) hal-hal penting sebagai strategi analisis. Hasil penelitian adalah: 1) bentuk bullying yang dialami subjek di sekolah adalah ketiga bentuk bullying yaitu bullying fisik, verbal, dan psikologis; 2) faktor yang menyebabkan siswa dibully yaitu cenderung

dikarenakan adanya siswa yang mempunyai fisik kecil dan lemah, siswa yang kurang percaya diri, susah menyesuaikan dengan lingkungan, dan dianggap tidak menarik di lingkungan usia remaja seperti siswa yang mempunyai kulit sawo matang, rambut ikal, dan lain sebagainya; 3) bullying di sekolah mempunyai dampak yang dapat menghambat perkembangan siswa di sekolah, korban bullying merasa takut lalu menarik diri dari teman-teman di kelas nya, menjadi pasif dan merasa kurang fokus mengikuti kegiatan belajar mengajar di kelas.

12. Jurnal Penelitian Oleh Lintang et al., (2023) yang berjudul “Gambaran *Self-compassion* pada Remaja Penyintas *Bullying*”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran dinamika *self-compassion* pada remaja penyintas *bullying*. Penelitian ini memaparkan dampak yang dirasakan akibat *bullying* pada *selfcompassion* subjek penyintas *bullying*. Teknik pemilihan subjek menggunakan *purposive sampling* dengan diperoleh subjek berjumlah 3 orang dengan 1 *significant others* pada masing masing subjek. Karakteristik subjek adalah berusia 15-18 tahun dan remaja penyintas *bullying*. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif dengan pendekatan jenis studi kasus. Teknik pengumpulan data melalui observasi dan wawancara semi-terstruktur serta dilanjutkan dengan tahapan analisis studi kasus, yaitu mengolah data dan mempersiapkan data untuk dianalisis, membaca data secara keseluruhan, memulai coding semua data, deskripsi coding, dan menyajikan kembali hasil deskripsi dalam laporan hasil kualitatif, serta memaknai data. Kriteria keabsahan data menggunakan teknik triangulasi sumber dan bahan

referensi. Hasil penelitian yang diperoleh adalah self-compassion pada remaja penyintas bullying berdampak negatif sampai sekarang setelah melewati masa bullying. Hal tersebut dapat diketahui dari kurang tercerminnya self-compassion pada ketiga subjek, yaitu pada subjek JA yang masih kesulitan untuk mengendalikan emosi kemudian subjek AAW yang masih memiliki kecemasan dalam berinteraksi dengan orang lain, dan subjek RA yang masih merenungi serta menyalahkan diri sendiri atas kejadian bullying yang pernah menimpanya.

13. Jurnal Penelitian Oleh Malhotra & Chebiyyam (2016) yang berjudul "*Posttraumatic Growth: Positive Changes Following Adversity -An Overview*". Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui lebih dalam tentang definisi post-traumatic growth, faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya post-traumatic growth, menyajikan gambaran umum tentang post-traumatic growth sebagai peristiwa pasca trauma dan merangkum temuan penelitian yang berkaitan dengan respon terhadap peristiwa traumatis dan PTG. Metode penelitian ini menggunakan *literature review*. Berdasarkan hasil dari analisis terkait *post-traumatic growth*, menunjukkan bahwa berbagai faktor dapat mempengaruhi seseorang untuk mencapai perkembangan *post-traumatic growth* seperti karakteristik individu, *coping*, resiliensi, hubungan dengan orang lain, spiritualitas dan optimisme. Hal ini juga dapat memberi gambaran *post-traumatic growth* sebagai strategi *coping* untuk menghadapi trauma. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pertumbuhan pasca trauma dihasilkan dari

perjuangan untuk mengatasi peristiwa traumatis dan menemukan makna dari peristiwa traumatis itu sendiri.

14. Jurnal Penelitian Oleh Jayawickreme et al., (2022) yang berjudul “*Post-Traumatic Growth as Positive Personality Change: Challenges, Opportunities and Recommendations*”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menggambarkan pertumbuhan pasca-trauma yang umumnya mengacu pada perubahan psikologis positif jangka panjang yang dialami sebagai akibat dari kesulitan, trauma, atau keadaan hidup yang sangat sulit. Kritikus telah menantang gagasan dari sebagian besar studi sebelumnya tentang topik tersebut, dengan menunjuk pada keterbatasan metodologisnya yang penting. Menanggapi kritik ini, peneliti mencoba mengusulkan tentang pertumbuhan pasca-trauma. Kecocokan dapat ditangkap dengan lebih akurat dari perubahan kepribadian, sebuah pendekatan yang memberikan pemeriksaan fenomena yang lebih teliti. Peneliti memberikan serangkaian rekomendasi untuk peneliti dari seluruh disiplin ilmu klinis/konseling, perkembangan, kesehatan, kepribadian, dan psikologi sosial dan seterusnya, yang tertarik untuk meningkatkan kualitas penelitian yang meneliti ketahanan dan pertumbuhan saat dalam masa sulit.
15. Jurnal Penelitian Oleh Burke (2016) yang berjudul “*Post Traumatic Growth: Examining an Increase of Optimism Amongst Targets of Bullying in Ireland*”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengukur tingkat optimisme pada korban *bullying*. Penelitian ini melibatkan 2.441 siswa di 13 sekolah di Irlandia. 312 siswa mengalami korban *bullying* setiap hari, sementara 454 mengalami kejadian menjadi korban *bullying* sebulan sekali atau seminggu sekali. Hasil

penelitian menunjukkan bahwa target *bullying* mendapatkan skor lebih rendah pada tingkat optimisme secara keseluruhan, dibandingkan dengan mereka yang tidak pernah di-*bully*. Namun, analisis lebih lanjut menemukan bahwa anak muda yang setiap hari terintimidasi mempunyai optimisme yang tinggi saat mengalami kejadian negatif. Hasil ini menunjukkan bahwa mengalami *bullying* telah membantu mereka mengembangkan gejala *post-traumatic growth*.

Penelitian-penelitian yang telah dilakukan di atas memiliki kesamaan dengan penelitian yang akan dilakukan penulis terkait *post-traumatic growth*. Meskipun demikian, penelitian yang akan dilakukan ini berbeda dengan penelitian di atas terkait dengan subjek dan juga permasalahan yang dihadapi, yaitu korban *bullying* dan juga mengenai gambaran dari *posttraumatic growth* itu sendiri. Sejauh ini peneliti belum menemukan penelitian yang serupa atau sama dengan penelitian yang hendak dilakukan yaitu “ **Proses *Post-traumatic Growth* pada Perempuan Penyintas *Bullying*”**. Maka dari itu penelitian ini dapat dipertanggung jawabkan keasliannya.

C. Kerangka Berpikir

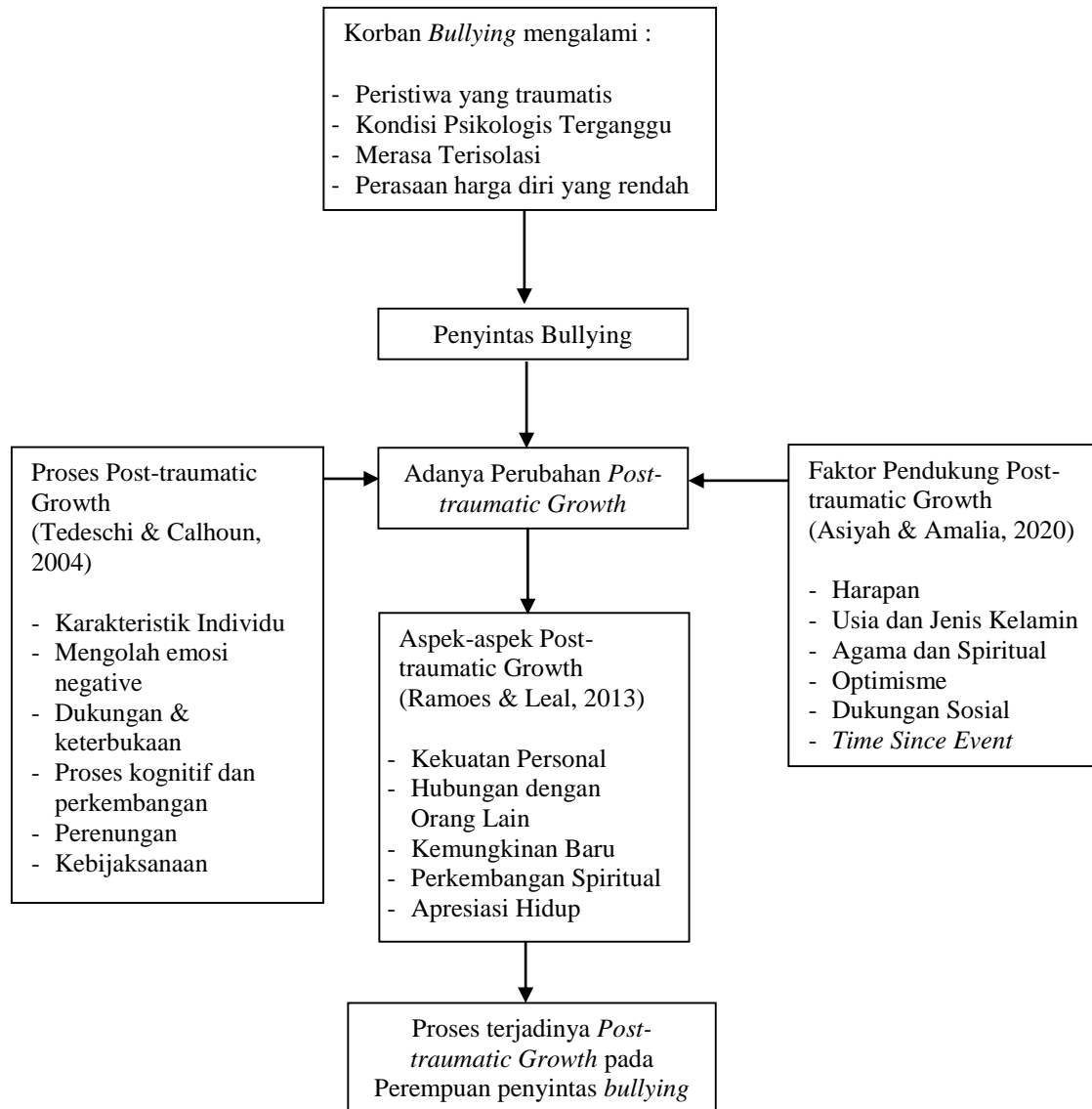
Penelitian yang dikonsepsi peneliti bertujuan untuk mendeskripsikan perilaku *post-traumatic growth* dalam diri individu setelah mengalami kejadian traumatis yaitu menjadi korban *bullying*. Menjadi korban *bullying* tentunya tidak ada yang menginginkannya, karena setiap orang pasti menginginkan untuk diperlakukan dengan wajar dan memiliki hak yang sama. *Bullying* sendiri memberikan dampak yang sangat serius bagi para korban, antara lain menimbulkan perasaan tidak aman, takut pergi ke sekolah, merasa terisolasi, perasaan harga diri yang rendah, depresi,

menderita stress yang dapat berakhir bunuh diri, menderita masalah gangguan emosional dan perilaku (Prasetya, 2017). Menurut Habibah (2018) *Bullying* juga akan berdampak buruk dan menyakitkan bagi korban, dapat menimbulkan efek traumatis di sepanjang hidupnya.

Akan tetapi, ada juga yang dapat memaknai berbeda pada beberapa individu yang mengalami *bullying* sehingga menghasilkan dampak yang berbeda. Menurut Calhoun dan Tedeschi dalam (Dewi & Valentina, 2020) bagi beberapa individu, pengalaman menghadapi *bullying* dapat berubah menjadi suatu pengalaman hidup yang berharga yang dapat memicu individu tersebut untuk berjuang sehingga mencapai perubahan psikologis yang positif, seperti menjadi pribadi yang lebih baik, lebih sukses, lebih kuat, dan lebih bahagia. Individu yang demikian disebut sebagai individu yang mengalami *posttraumatic growth*.

Pengertian *posttraumatic growth* menurut Calhoun & Tedeschi (2004) adalah suatu perubahan positif seseorang setelah mengalami peristiwa traumatis menuju ke level yang lebih tinggi. *Post traumatic growth* membuat pengalaman individu tidak hanya pulih dari trauma, tetapi juga mengalami peningkatan psikologis yang bagi sebagian orang sangat berarti setelah terjadi trauma. Peningkatan ini terlihat dari tiga dimensi yang telah berkembang yaitu persepsi diri, hubungan dengan orang lain dan falsafah hidup.

Adapun kerangka berpikir dapat dipahami melalui bagan berikut :



Bagan 1.1 Kerangka Berfikir

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Pendekatan Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif. Jenis penelitian kualitatif bertujuan untuk memahami fenomena, mencoba memperoleh gambaran/deskripsi yang lebih mendalam dan memandang peristiwa secara keseluruhan dalam konteksnya agar mendapat pemahaman secara menyeluruh dalam bentuk verbal maupun numerik.

Pendekatan penelitian menggunakan studi fenomenologi. Menurut (Creswell, 2015) studi fenomenologi menggambarkan makna dari pengalaman hidup bagi beberapa individu tentang suatu konsep atau fenomena. Fenomenologi adalah suatu metode pemikiran untuk memperoleh ilmu pengetahuan baru atau mengembangkan pengetahuan yang ada dengan langkah-langkah yang logis, sistematis kritis, tidak berdasarkan prasangka, dan tidak dogmatis. Dalam pendekatan fenomenologi melibatkan pengujian yang teliti dan seksama pada kesadaran pengalaman manusia (Hajaroh, 2018).

Menurut Moelong peneliti fenomenologi berusaha memasuki dunia konseptual subjek yang ditelitinya sehingga mereka memahami apa dan bagaimana suatu makna pada peristiwa yang terjadi dalam kehidupan sehari-hari mereka. Penelitian yang menggunakan pendekatan fenomenologi ini berupaya untuk memahami makna peristiwa dan interaksi antar manusia dalam interaksi tertentu.

Pendekatan ini menghendaki adanya asumsi yang berlainan dengan cara yang digunakan untuk mendekati perilaku orang untuk menemukan “fakta” atau “penyebab”. Singkatnya, peneliti mencoba memahami subjek dari sudut pandang subjek itu sendiri, tidak mengabaikan untuk membuat interpretasi, dengan membangun skema konseptual. Hasil akhir dari studi komprehensif adalah narasi deskriptif yang mencakup interpretasi yang menafsirkan semua aspek kehidupan dan menggambarkan kompleksitas kehidupan.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi dan memfokuskan pada proses *post-traumatic growth* pada mahasiswa perempuan penyintas *bullying*. Alasan dipilihnya pendekatan fenomenologi adalah karena dalam penelitian ini mengungkapkan suatu fenomena pengalaman yang mana terjadi pada konteks tertentu dan memiliki makna yang merupakan isi penting yang muncul dari kesadaran manusia.

B. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian yang ditentukan oleh peneliti yakni pada informan adalah wanita yang pernah mengalami kejadian traumatis menjadi korban *bullying*, penentuan lokasi informan pada penelitian ini yakni mencakup daerah Karesidenan Surakarta atau Solo Raya. Penentuan lokasi tersebut didasari karena peneliti mulanya mengamati fenomena yang terdapat dilingkungan sekitarnya, dan peneliti telah melakukan studi pendahuluan dimana responden serta informan pada penelitian ini berada di area wilayah Karesidenan Surakarta, serta fenomena yang diteliti mulanya berawal dari

sekitaran wilayah terdekat peneliti, untuk itu peneliti memutuskan untuk memilih lokasi tersebut guna melakukan penelitian.

C. Sumber Data Penelitian

Teknik yang digunakan untuk menentukan informan dan responden dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu, sesuai dengan apa yang peneliti harapkan atau hanya sampel tersebut yang menguasai obyek/situasi sosial yang akan diteliti (Sugiyono, 2013).

Adapun karakteristik informan yang akan menjadi pertimbangan dalam proses pengambilan data adalah sebagai berikut :

1. Pernah mengalami trauma menjadi korban *bullying*

Peneliti tertarik akan hal ini karena penelitian-penelitian sebelumnya belum ada yang meneliti tentang *post-traumatic growth* pada penyintas *bullying*.

2. Perempuan dengan rentang usia 19 – 25 tahun, sebanyak 3 orang

Subjek yang dipilih dalam penelitian ini adalah subjek perempuan yang telah memasuki dewasa awal. Menurut (Diggins, 2003) wanita memiliki perkembangan *post-traumatic growth* yang lebih baik dibandingkan pria. Pada usia dewasa awal seseorang sudah mendapatkan identitas diri dan mengenali realitas dengan baik, ia mengalami kematangan secara fisik maupun psikologis sehingga dapat mengenali diri dengan baik (Diggins, 2003).

3. Pernah menjadi korban *bullying* dalam kurun waktu yang lama minimal 5 tahun

Maercker dan Zoellner telah menunjukkan bahwa semakin lama periode *post traumatic growth*, maka akan semakin memunculkan hasil positif dan keberfungsian, artinya semakin aktif korban dalam berdamai dengan peristiwa traumatis yang ada, semakin banyak *posttraumatic stress syndrom* dihilangkan (Calhoun & Tedeschi, 2004).

4. Bersedia menjadi subjek dalam penelitian, memberikan informasi yang sesuai dengan apa yang dibutuhkan dalam penelitian.

Peneliti memilih sumber informasi atau informan karena individu tersebut sesuai dengan kriteria yang peneliti tetapkan sehingga informan tersebut mampu menjadi sumber data primer. Sedangkan sumber data sekunder diperoleh dari teman atau orang terdekat subjek yang mengenal dan mengetahui informan dengan baik, yang biasa disebut *significant others*. Kriteria *signhificant other* dalam penelitian ini adalah :

- a. Seseorang yang kesehariannya dekat dengan informan
- b. Mengetahui perkembangan informan dan keseharian informan.

D. Teknik Pengumpulan Data

Menurut Sugiyono (2013) teknik penggalan data merupakan langkah yang paling strategis dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah untuk mendapatkan data. Pengumpulan data dapat dilakukan dalam berbagai *setting*, berbagai sumber, dan berbagai cara. Bila dilihat dari segi cara

atau teknik pengumpulan data, teknik pengumpulan data dapat dilakukan dengan observasi (pengamatan), interview (wawancara) dan dokumentasi .

Penggalian atau pengumpulan data dalam penelitian ini akan dilakukan dengan menggunakan beberapa teknik, yaitu :

1. Wawancara

Menurut Sugiyono (2013) wawancara merupakan pertemuan dua orang untuk bertukar informasi dan ide melalui tanya jawab, sehingga dapat dikonstruksikan makna dalam suatu topik tertentu. Wawancara digunakan sebagai teknik pengumpulan data untuk menemukan hal-hal dari responden secara mendalam. Wawancara dalam penelitian ini menggunakan wawancara semi terstruktur yang menggunakan pertanyaan terbuka namun ada batasan tema dan alur pembicaraan dengan tetap menggunakan pedoman wawancara. Sifat wawancara ini fleksibel tetapi terkontrol, agar peneliti mendapatkan jawaban yang lebih mendalam dari responden.

2. Observasi

Observasi merupakan pengamatan secara langsung kepada obyek dan sumber data yang akan diteliti, peneliti melakukan pengamatan atas perilaku seseorang dan mendengar perilaku seseorang selama beberapa waktu tanpa melakukan manipulasi atau pengendalian, serta mencatat penemuan yang memungkinkan atau memenuhi syarat untuk digunakan kedalam tingkat penafsiran analisis (Sajida, 2017).

Dalam penelitian ini observasi dilakukan dengan terus terang atau tersamar. Peneliti menyatakan terus terang kepada sumber data, bahwa

sedang melakukan penelitian, jadi subjek yang diteliti mengetahui dari awal sampai akhir tentang aktivitas peneliti. Tetapi, terkadang peneliti juga tidak berterus terang saat observasi, hal ini untuk menghindari kalau suatu data yang dicari merupakan data yang masih dirahasiakan.

3. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan catatan peristiwa yang sudah berlalu, dapat berupa tulisan, gambar atau karya-karya monumental dari diri seseorang. Teknik dokumentasi yaitu mengumpulkan seluruh data dan ditafsirkan oleh peneliti yang didukung oleh instrumen sekunder, yaitu : foto, catatan dan dokumen-dokumen yang berkaitan dengan fokus penelitian (Salim & Syahrur, 2012).

Dalam penelitian ini, yang memungkinkan menjadi dokumentasi adalah catatan lapangan saat penelitian.

E. Teknik Analisis Data

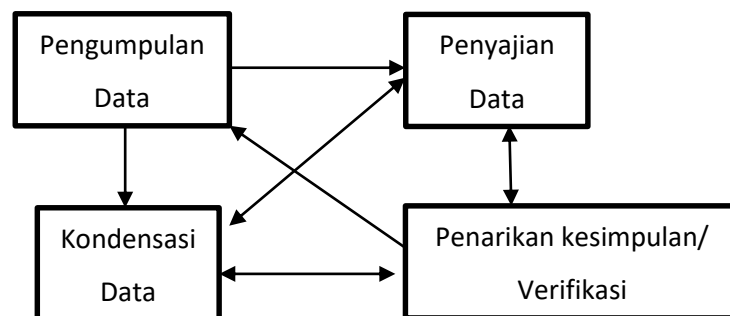
Pengorganisasian data yang akan peneliti lakukan dalam melakukan penelitian adalah sebagai berikut :

1. Peneliti datang ke lokasi pengambilan data dengan membawa panduan wawancara atau *guide interview*, pengambilan data selanjutnya dilakukan berupa wawancara, dan dokumentasi.
2. Selama proses pengambilan data, peneliti akan menggunakan alat perekam suara dalam merekam wawancara bersama informan.
3. Untuk kebutuhan data-data penelitian, peneliti membuat suatu folder dalam laptop peneliti. Dalam folder tersebut akan dibuat folder-folder khusus yang

akan memisahkan bagian-bagian data seperti folder referensi, verbatim, audio, foto, field note dan lain-lain.

Menurut Moelong dalam (Salim & Syahrur, 2012) analisis data adalah proses mengorganisasikan dan mengurutkan data ke dalam pola, kategori dan satuan uraian dasar sehingga dapat ditemukan tema dan dapat dirumuskan hipotesis kerja seperti yang disarankan oleh data. Analisis data digunakan untuk menemukan unsur-unsur atau bagian-bagian yang berisikan kategori yang lebih kecil dari data penelitian. Data yang baru didapat terdiri dari catatan lapangan yang diperoleh melalui observasi, wawancara dan studi dokumen harus dianalisis dulu agar dapat diketahui maknanya dengan cara menyusun data, menghubungkan data, mereduksi data, penyajian data, penarikan kesimpulan atau verifikasi selama dan sesudah pengumpulan data.

Teknis analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah mengacu pada teori Miles et al., (2014) yaitu menganalisis data dengan tiga langkah: kondensasi data (data condensation), menyajikan data (data display), dan menarik kesimpulan atau verifikasi (conclusion drawing and verification). Secara lebih terperinci, langkah-langkah sesuai teori Miles et al., (2014) sebagai berikut:



Bagan 2. Komponen-komponen Analisis Data Model Interaktif

Dari gambar model analisa data menurut Miles et al., (2014) diatas dapat dijelaskan sebagai berikut :

1. Pengumpulan Data

Data yang diperoleh dari hasil wawancara dan dokumentasi dicatat dalam catatan lapangan, yang terdiri dari dua bagian yaitu deskriptif dan reflektif. Catatan deskriptif adalah catatan alami tentang apa yang dilihat, didengar, disaksikan dan dialami sendiri oleh peneliti tanpa adanya pendapat dan penafsiran dari peneliti terhadap fenomena yang dialami.

Catatan reflektif adalah catatan yang berisi tafsiran peneliti tentang temuan yang dijumpai, dan merupakan bahan rencana pengumpulan data untuk tahap berikutnya.

2. Kondensasi Data (*Data Condensation*)

Kondensasi data merujuk kepada proses menyeleksi, memfokuskan, mengabstraksi, menyederhanakan dan mentransformasi data yang terdapat pada catatan lapangan maupun transkrip wawancara dalam penelitian ini diuraikan sebagai berikut :

a. Pemilihan (*Selecting*)

Dalam pemilihan data, peneliti harus bertindak selektif, yaitu menentukan dimensi-dimensi mana yang lebih penting, hubungan-hubungan mana yang lebih bermakna, dan informasi apa yang dapat dikumpulkan dan dianalisis.

b. Pengerucutan (*Focusing*)

Memfokuskan data merupakan bentuk pra-analisis, pada tahap ini, peneliti memfokuskan data yang berhubungan dengan rumusan masalah penelitian. Tahap ini merupakan kelanjutan dari tahap seleksi data. Peneliti hanya membatasi data yang berdasarkan rumusan masalah.

c. Peringkasan (*Abstracting*)

Peringkasan pada tahap ini yakni membuat rangkuman yang inti, proses dan pernyataan-pernyataan yang perlu dijaga sehingga tetap berada didalamnya. Pada tahap ini, data yang telah terkumpul dievaluasi khususnya yang berkaitan dengan kualitas dan cukupnya data.

d. Penyederhanaan dan Transformasi (*Data Simplifying dan Transforming*)

Data dalam penelitian ini selanjutnya disederhanakan dan ditransformasikan dalam berbagai cara yakni melalui seleksi yang ketat melalui ringkasan atau uraian singkat, menggolongkan data dalam satu pola yang lebih luas.

4. Penyajian Data (*Display Data*)

Penyajian data merupakan sekumpulan informasi tersusun yang memberi kemungkinan adanya penarikan kesimpulan dan pengambilan tindakan. Dengan mencermati penyajian data tersebut, peneliti akan lebih mudah memahami apa yang sedang terjadi dan apa yang harus dilakukan. Artinya apakah peneliti meneruskan analisisnya atau mencoba untuk mengambil sebuah tindakan dengan memperdalam temuan tersebut.

5. Penarikan Kesimpulan atau Verifikasi

Dari beberapa tahap yang telah dilakukan, yang terakhir adalah penarikan kesimpulan dari analisis yang telah dilakukan serta mengecek ulang dengan bukti yang telah ditemukan di lapangan. Peneliti akan mengambil kesimpulan terkait bagaimana proses *posttraumatic growth* pada mahasiswa perempuan penyintas *bullying* berdasarkan bukti, data dan juga temuan yang valid berdasarkan studi lapangan yang telah dilakukan.

F. Kredibilitas Penelitian

Menurut Salim & Syahrums (2012) dalam penelitian kualitatif faktor keabsahan data juga sangat diperhatikan karena suatu hasil penelitian tidak ada artinya jika tidak mendapat pengakuan atau terpercaya atau disebut kredibilitas. Menurut Ahyar et al., (2020) agar hasil penelitian memperoleh hasil kredibilitas yang tinggi, ada teknik yang harus dilakukan, yaitu : *triangulation* (melihat sesuatu dari berbagai sudut), *negative case analysis* (menganalisis kesimpulan dengan baik), *referencial adequacy checks* (pengarsipan data yang dikumpulkan selama penelitian).

Pada penelitian ini, proses triangulasi dilakukan dengan melakukan teknik pengumpulan data yang sama kepada informan lain, yakni *significant other* subjek. Proses wawancara dilakukan kepada *significant other* dari subjek yang akan menjadi narasumber tambahan. *Significant other* yang dipilih pada informan DF merupakan adik kandung yang telah mengenal subjek dari kecil dan mengetahui keseharian subjek. Pada informan VNA *significant other* yang dipilih merupakan suami dari informan yang juga mengetahui keseharian informan. Pada informan

NA *significant other* yang dipilih merupakan teman dekat dari informan yang juga mengetahui keseharian informan karena satu kos dengan informan.

G. Peran Peneliti

Kedudukan atau peran peneliti dalam penelitian kualitatif yakni sebagai perencana atau perancang penelitian, yang berperan sebagai pelaksana penelitian dan sebagai alat instrument (Sugiyono, 2016). Berdasarkan penjelasan tersebut dapat diketahui bahwasanya peneliti tidak hanya memiliki tugas di lapangan namun juga berperan penting dalam proses penelitian dari awal sampai akhir. Menurut Sugiyono (2016) peneliti kualitatif sebagai *human instrument*, berfungsi menetapkan fokus penelitian, memilih informan sebagai sumber data, melakukan pengumpulan data, menilai kualitas data, analisis data, menafsirkan data dan membuat kesimpulan atas temuannya.

H. Etika Penelitian

Etika penelitian menurut Johnson & Christensen (2020) adalah serangkaian prinsip yang dikembangkan untuk memandu dan membantu peneliti dalam melakukan penelitian berlandaskan etika (Hansen et al., 2023). Etika penelitian menjadi bagian penting pada sebuah penelitian karena ada partisipan atau responden yang terlihat sebagai sumber data. Kewajiban moral dan profesional untuk menjaga etika penelitian berlaku setiap saat bahkan jika partisipan tidak menyadari adanya etika dalam proses penelitian. Etika penelitian dimaksudkan untuk menjaga kredibilitas serta profesionalisme seorang peneliti serta dapat melindungi sumber data yang digunakan. Pada penelitian kali ini peneliti mematuhi etika guna melindungi informan dengan melindungi identitasnya. Hal tersebut

dapat dilakukan dengan menyamarkan nama informan utama menggunakan inisial (Creswell, 2009).

Pada etika pengumpulan data, hendaknya melibatkan persetujuan kepada informan dalam penelitian. dalam hal ini dapat dilakukan dengan melakukan ijin terlebih dahulu dengan memberikan surat pernyataan persetujuan untuk mengikuti penelitian (*informed consent*), penyamaran wajah pada dokumentasi jika diperlukan. Dalam hal ini, etika seorang peneliti juga dapat diterapkan dengan mengizinkan informan untuk mempertahankan kepemilikan suara mereka.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Setting Penelitian

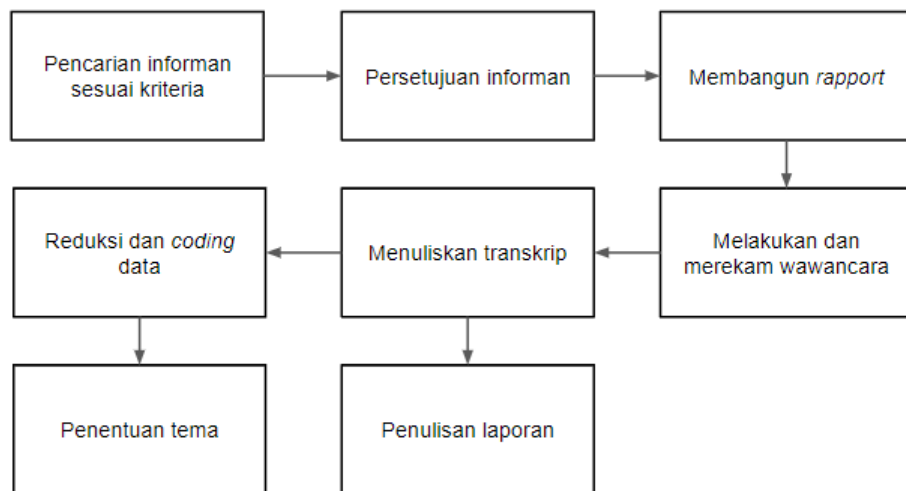
Penelitian dilakukan dengan mencari informan melalui *story* di *whatsapp* yang kemudian ada beberapa orang yang membalas *story* dari peneliti, kemudian peneliti memilih informan sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan sebelumnya, serta bersedia untuk menjadi partisipan dalam penelitian ini. Kriteria yang ditentukan adalah individu berusia antara 19-25 tahun, pernah mengalami kejadian *bullying* selama tidak kurang dari 5 tahun, dan mengalami perubahan yang lebih baik setelah kejadian tersebut. Dari kriteria tersebut, didapatkan tiga informan, yaitu berinisial NA dengan usia 25 tahun, DF dengan usia 24 tahun, dan VNA dengan usia 25 tahun. Peneliti menghubungi terlebih dahulu ketiga informan mengenai tujuan dari penelitian untuk menanyakan kesediaan para informan. Setelah informan menyetujui untuk berpartisipasi, maka peneliti menentukan waktu dan tempat yang sesuai dengan kesediaan para informan.

Sebelum melakukan wawancara, peneliti telah merancang kerangka pertanyaan yang akan diajukan terhadap para informan. Peneliti juga menyiapkan alat perekam berupa *handphone* yang akan digunakan saat wawancara. Setelah terdapat waktu yang tepat, peneliti menemui informan untuk melakukan wawancara tersebut. Peneliti merekam dan melakukan observasi terhadap para informan selama kurang lebih 30 menit untuk masing-masing informan. Dalam wawancara ini, peneliti meminta izin untuk

merekam dan kemudian melakukan *rapport* atau pendekatan untuk mengetahui kegiatan para informan sebelum melanjutkan ke inti wawancara.

Setelah semua data telah dikumpulkan, peneliti mencatat percakapan dari hasil rekaman ke dalam bentuk transkrip. Sesuai dengan teknik fenomenologi yang digunakan, peneliti menelaah kembali percakapan dari para informan dan mencari tema-tema besar beserta sub-temanya dari proses *post-traumatic growth* para informan. Peneliti kemudian melakukan *coding* untuk menentukan tema-tema yang muncul. Setelah menentukan tema dan sub-tema yang akan dibahas, peneliti mulai menulis laporan mengenai hasil yang didapatkan dan mengambil kesimpulan dari hasil penelitian.

Selama penelitian berlangsung, kendala yang dialami oleh peneliti yakni pada *significant other* informan yang tidak memiliki waktu untuk melakukan wawancara secara langsung. Pada *significant other* informan DF, mengatakan kesibukannya bekerja sehingga tidak bisa bertemu. Kemudian pada *significant other* informan VNA yang juga bekerja di luar kota, dan pada *significant other* informan NA yang pulang ke luar kota karena adanya liburan di masa kuliahnya sehingga wawancara pada *significant other* dilakukan dengan menggunakan Video Call Whatsapp. Proses tahapan penelitian dapat dilihat pada gambar 4.1.



Gambar 4.1 Tahapan Penelitian

B. Temuan Hasil Penelitian

Bagian ini menggambarkan hasil wawancara dari para informan korban *bullying* yang mengalami *post-traumatic growth*. Bagian ini meliputi deskripsi dilakukannya wawancara dan observasi karakteristik para informan beserta kejadian *bullying* yang dialami, serta hasil analisis data utama dari penelitian dengan pendekatan kualitatif fenomenologi.

1. Deskripsi Temuan Hasil Informan

Tabel 4.1 menunjukkan informasi dari informan beserta lokasi dan kapan dilakukannya wawancara.

Tabel 4.1 Identitas Informan

Inisial	Usia	Hari & Tanggal	Durasi	Tempat	Lama <i>Bullying</i>
DF	24 tahun	Sabtu, 27 Mei 2023	28 menit	Taman Pasar Mojo, Juwiring Klaten	5 tahun

NA	25 tahun	Kamis, 9 Februari 2023	38 menit	Kost 3 Putri, Kartasura	7 tahun
VNA	25 tahun	Selasa, 28 Maret 203	30 menit	Seafood Lamongan Dua Cabang, Kartasura	+10 tahun

Tabel 4.2 Identitas *Significant Other*

Inisial	Usia	Hari & Tanggal	Durasi	Hubungan dengan Informan	Tempat
W	23 tahun	Jum'at, 16 Juni 2023	20 menit	Adik Kandung	Whatsapp Video Call
NA	22 tahun	Senin, 19 Juni 2023	18 menit	Teman Dekat	Whatsapp Video Call
VNA	26 tahun	Sabtu, 17 Juni 2023	23 menit	Suami	Whatsapp Video Call

a. Karakteristik Informan DF

Informan DF adalah seorang perempuan berusia 24 tahun yang saat ini tengah menjalani tugas skripsinya. DF mengalami kejadian *bullying* sejak saat ia SD hingga SMP selama kurang lebih 5 tahun. Pelaku *bullying* tersebut adalah teman satu sekolahnya, yang selama itu sering mengolok atau mengejek kondisi fisik dari DF. Perlakuan *bullying* ini dimulai ketika informan DF jatuh dari motor hingga memerlukan alat bantuan untuk berjalan. Melihat hal tersebut, pelaku *bullying* dari DF mengejek ketidakmampuan DF untuk berjalan, serta menyebutnya sebagai si pincang.

Alasan dari *bullying* yang dilakukan, menurut DF, adalah karena sang pelaku tidak menyukai DF. Namun, DF sendiri juga tidak memahami apa alasan pelaku tersebut tidak menyukainya. Informan DF namun berhasil untuk memberanikan diri untuk melawan pelaku *bullying* tersebut, sehingga akhirnya perlakuan itu dapat terselesaikan. Walau begitu, DF masih merasakan dampak dari *bullying* hingga saat ini.

b. Karakteristik Informan NA

Informan NA adalah seorang perempuan berusia 25 tahun yang saat ini sedang menjalani skripsi. Informan NA tidak memiliki orang tua sejak ia kecil, sehingga informan tumbuh di rumah adik dari ayahnya. NA memiliki kondisi fisik dimana terdapat salah satu kelopak mata yang membengkak dan berwarna hitam. Menurut NA, rupanya yang dianggap tidak cantik dan memiliki kondisi fisik tertentu, tidak memiliki orang tua, serta kondisi hidup yang tidak mencukupi, membuat NA mendapat perlakuan *bullying* dari sekolah maupun tempat tinggalnya.

Bullying yang terjadi pada NA berkisar selama 7 tahun, mulai dari SD hingga Madrasah Tsanawiyah (MTS). Pelaku *bullying* tersebut adalah teman-teman di sekolahnya, termasuk kakak kelas, dan juga keluarganya sendiri, yaitu adik dari ayahnya yang merupakan tempat ia tinggal. Bentuk *bullying* yang terjadi adalah bentuk verbal, yaitu mengejek mengenai kondisi tidak memiliki ayah dan kondisi fisiknya. Selain itu, NA juga mengalami *bullying* dengan cara disuruh untuk membelikan makanan bagi

kakak kelasnya. Saat kecil, NA juga dikucilkan karena teman-temannya tidak ingin bermain dengannya.

Tidak hanya di sekolah, NA juga mengalami *bullying* di rumah tempat tinggalnya. Pelaku *bullying* tersebut adalah adik dari ayahnya sendiri. NA mengalami diskriminasi dan provokasi karena keadaannya yang tidak memiliki orang tua dan tidak memiliki tingkat ekonomi yang baik. NA sering menerima kata-kata ejekan dan juga sering menjadi bahan pembicaraan dengan tetangga tempat tinggalnya. Hal ini membuat NA mengalami dampak negatif dan memiliki hubungan yang tidak baik dengan anggota keluarganya tersebut.

c. Karakteristik Informan VNA

Informan VNA adalah seorang perempuan berusia 25 tahun yang telah memiliki seorang suami dan anak. Saat ini, selain mengurus rumah tangga, VNA sedang berada di tengah penyelesaian skripsinya pula. Informan VNA telah mengalami kejadian *bullying* sejak ia berada di jenjang TK hingga kuliah pada semester 1, yaitu yang telah terjadi lebih dari 10 tahun.

Bentuk *bullying* yang dialami oleh VNA adalah *bullying* fisik dan mental. Saat TK, *bullying* yang dirasakan adalah ia dikucilkan oleh teman-temannya ketika terdapat pertikaian, sehingga VNA tidak memiliki teman bermain. Pada jenjang SD, *bullying* yang didapatkan oleh VNA serupa, yaitu dikucilkan karena alasan tidak mau memberikan contekan kepada teman satu kelasnya. Karena itu, teman satu kelasnya memprovokasi

teman-teman lain untuk mendiamkan VNA dan menjauhinya. Pada jenjang SMP, *bullying* fisik didapatkan oleh VNA, yaitu terdapat ketua geng motor yang melemparkan kunci inggris untuk membenarkan motor ke arahnya hingga mengenai pipinya. Selain itu, ketua geng tersebut juga memberikan ancaman bagi VNA dan tidak ada temannya yang mau membantu VNA. Dari SMA hingga kuliah semester 1, VNA masih merasa mendapat perlakuan dikucilkan dari lingkungan tempat tinggalnya.

Menurut VNA, alasan ia mendapat perlakuan *bullying* tersebut adalah karena sifatnya yang penakut. Walaupun ia mendapat perlakuan *bullying* dan ancaman dari temannya, VNA tidak memiliki keberanian untuk melawan ataupun melaporkan kepada pihak yang berwenang. VNA juga menyatakan bahwa dirinya adalah orang biasa dan bukan orang yang memiliki kekayaan ataupun kecantikan yang luar biasa. Di sisi lain, VNA merupakan seseorang yang *extrovert* dan suka berbincang, sehingga hal ini dapat dianggap seperti mencari perhatian oleh teman-temannya.

C. Hasil Analisis Data Informan

a. Dampak *Bullying*

Dari informasi yang diberikan oleh informan, dapat dilihat bahwa terdapat beberapa dampak yang dirasakan dari kejadian *bullying* yang informan alami.

a) Rasa sedih

Dampak dari perlakuan *bullying* yang dirasakan dapat menyebabkan rasa sedih atau sakit hati yang dialami oleh para

informan. Informan DF merasakan kesedihan karena tidak mengerti mengapa ia yang menjadi korban dari *bullying* yang dialaminya.

"Pas jadi di-bully itu ya... perasaan e sedih sih mba. Kok kenapa sih, aku yang di-bully sama dia, padahal kan, ada teman-teman yang lain gitu lho. Kenapa harus aku yang di-bully sama dia gitu. Suka ngerasa sedih aja gitu." (W1.I1.48-52)

Perasaan sedih juga dirasakan oleh informan NA, dimana ia merasakan sedih ketika mengalami ejekan dan caci maki yang dihadapi, hingga, ia memilih untuk diam dan mengurung diri.

"Ya pasti sedih sih. Tapi aku orangnya lebih, cenderung diem. Jadi, kayak, kan aku emang suka di kamar to, jadi yaudah aku diem di kamar kalau gak ya nangis atau apa kayak gitu. Jadi, gak mau ngelawan waktu pas SD." (W1.I2.53-57)

Pada informan VNA, rasa sedih juga dialami saat ia mulai tumbuh dewasa. Hal ini hingga informan merasa sakit hati dan masih mengingat kejadian serta pelaku *bullying* hingga saat ini dengan jelas. *Bullying* tersebut juga membuat mental informan VNA merasa *down* karena tidak dapat bermain dengan teman-temannya.

"Kalo yang SMP SMA tu aku.. bener-bener ngerasain karena udah gedhe kali ya, udah paham perasaan aku yang sakit hati, sakit hati sangat, sampe sekarang aku gak lupa orangnya, aku gak lupa harinya, gak lupanya kata-katanya gimana, semuanya masih inget aku ya ampun..." (W1.I3.74-80)

"Lebih ke mental aku yang down, down ya, pasti down lah, maksudnya aku lagi pengen main, tapi ternyata, oh, karena aku lagi marahan sama si A, si B sama C jadi gak mau main sama aku juga, karena udah diprovokasi sama si A, gitu lho." (W1.I3.185-189)

b) Dikucilkan

Dampak lain yang dirasakan dari *bullying* adalah adanya rasa dikucilkan, sehingga informan tidak berani untuk melawan atau membicarakan masalah ini dengan orang lain. Informan juga biasanya merasa tidak memiliki teman dan merasa tidak ada yang mau membantu mereka saat mereka mengalami kejadian *bullying*.

Pada informan NA, hal ini ditunjukkan dengan merasa bahwa orang lain akan menyepelekan masalah *bullying* yang dirasakan, sehingga ia segan untuk menceritakan masalahnya kepada orang lain. Selain itu, NA juga merasa dikucilkan dan tidak dapat berbaur dengan keluarganya, dikarenakan *bullying* yang kerabatnya sendiri lakukan kepadanya.

"Soalnya kalau misal mereka ngomong tuh, orang sekitar tuh nganggap, "alah cuman kayak gitu aja kok". Mungkin cuman bercanda atau apa, mereka mikirnya pasti gitu."
(W1.I2.59-62)

"Ada anaknya, aku pun gak dekat lho sama anaknya, sampe sekarang. Jadi, kalo aku pulang serumah, cuman kita ngomong i kalo butuh aja. Paham gak? Yang kayak, ya udah, aku di kamarku. Aku pulang lho ke Solo, dari Solo ya, di kamar terus. Gak pernah kayak ikut ngobrol gitu, atau apa. Karena, kayak aku males gitu. Males ngomong apapun."
(W1.I2.397-403)

"Ya, soal e kadang ki saudaraku ya... menikung. Jadi paham gak sih? Kayak, maksud e aku takut cerita ngene ngko diceritakno neng kono, ngko crita ngene beda. Jadi aku lebih memilih untuk diem." (W1.I2.408-411)

Pada informan VNA, rasa dikucilkan dialami ketika ia mendapat perlakuan *bullying* secara fisik oleh salah satu teman kelasnya di depan teman-teman lain. Namun, dari semua teman kelasnya, menurut

VNA, tidak ada satupun yang membela dirinya. Tidak hanya dari temannya saja, namun pelaku juga memberikan ancaman kepada VNA, sehingga VNA merasa tidak mampu untuk membicarakan masalahnya ke pihak yang berwenang. VNA bahkan merasa lebih terancam jika ia melaporkan masalahnya ke orang tua atau gurunya. Tidak hanya itu, dampak ini juga dirasakan ketika berada di desa, di mana VNA tidak memiliki teman main karena dijauhi oleh teman-temannya.

*”gak ada yang belain aku, gak ada yang berani ngelawan dia gitu lho, karena dia itu emang udah, dia itu, anaknya tu vokal gitu lho. Kayak, seumpama, apa, aku tuh kan diem ya, setelah dilempar itu, dia aja bisa bilang begini, padahal aku diem, ”mau kamu laporin polisi atau siapa juga aku gak takut”. Jadi aku gak ngomong apa-apa karena saking takutnya, tapi dia udah ngasih statement kayak gitu, ya aku makin kayak yang... hah... *menghela nafas*, gak karu-karuan pokoknya cuman nangis tok. Dan itu dari dua puluh, eh sembilan belas temenku yang lain gak ada yang belain aku lho, pada diem semua, hening, bayangin..”* (W1.I3.108-119)

”Karena... ee, kalo seumpama aku lapor ke orang tua atau lapor ke guru, aku tahu ini bakal jadi masalah serius dan mengancam aku lebih... lebih buruk gitu lho.” (W1.I3.147-150)

”Lebih ke mental ya. Mental... soalnya emang ya itu, seumpama dia gak suka sama aku, ee, gak suka sama tingkahan ku atau apa, ya... ya nanti ngabarin temen-temen lainnya biar gak ngobrol sama aku, itu beda kelas, tapi satu desa. Jadi, nanti pas di desa juga aku gak punya temen main, gak ada yang mau main sama aku.” (W1.I3.172-178)

c) Trauma

Dampak *bullying* yang terasa, bahkan hingga saat wawancara bagi para responden adalah rasa trauma, yaitu perasaan malu dan takut.

Responden DF merasa bahwa dampak yang dirasakan lebih kepada rasa malu harus mendapat perkataan dan ejekan di depan orang lain.

"...malu aja sama temen-temen sih. Ga takut sama orang itu yang nge-bully gak, cuman, malu aja di-bully, dikatain kayak gitu.." (W1.I1.164-166)

Pada responden NA, rasa trauma diutarakannya saat berada di kampung halamannya, dikarenakan perilaku *bullying* dilakukan oleh kerabat dekatnya sendiri. Ia merasa bahwa kerabatnya tersebut sering melakukan provokasi kepada lingkungan sekitar tempat tinggal NA, sehingga informan menjadi merasa takut untuk keluar dari kamarnya, karena merasa takut orang lain akan berbicara yang tidak benar mengenai dirinya. Bahkan, NA yang merupakan seorang *extrovert*, merasa tidak ingin bersosialisasi dengan lingkungan rumahnya karena rasa takut tersebut.

"Dampaknya itu tak rasa-in sampe sekarang. Aku gak terlalu suka sama lingkungan sekitar rumah bulik ku. Kalau misalnya aku pulang, aku kayak lebih memilih di rumah aja daripada keluar, kayak aku takut gitu lho. Aku takutnya kayak mereka nanti ngomongin aku yang gak-gak, atau apa, kayak gitu. Walaupun ya emang pasti diomongin." (W1.I2.98-105)

"Kalau misal yang di lingkungan itu, aku ngerasanya, masih gitu lho. Masih, aku masih takut. Aku juga gak berani ini sih, kayak, berso- bersosialisasi itu gak berani. Padahal aku kan anaknya extrovert. Tapi aku kalo di lingkungan rumah bulik ku aku bener-bener jadi introvert." (W1.I2.108-114)

"Kalo aku pulang ke Pati ki, kalau lebaran aku bingung gitu. Aku harus berso, bersosialisasi sama masyarakat sekitar, kayak, aku tu di situ masih, was-was kayak, ini mereka... masih, apa ya, masih kayak... benci aku gak ya? Mereka

masih sering ngomongin aku gak ya? Aku mikirnya kayak gitu mba.” (W1.I2.141-147)

”Otomatis yang di rumah ya, karena jadinya aku takut keluar, takut sosialisasi, bahkan aku tipe orang yang kalo ketemu orang ki nyapa yo. Tapi kalo aku di rumah, aku gak pernah nyapa. Karena kayak setakut itu, kayak, ya udah gitu.” (W1.I2.376-381)

”Ini aku, mentalku jadi ciut untuk bersosialisasi dengan lingkungan sekitar rumah lho. Justru aku malah lebih enjoy komunikasi dengan yang di luar lingkungan rumah gitu.” (W1.I2.496-499)

Selain itu, informan NA juga merasakan dampaknya saat menjalin hubungan dengan orang lain pada masa kecilnya. Trauma yang dirasakannya membuatnya takut untuk ditinggalkan oleh teman-temannya, sehingga jika ada yang ingin berteman dengannya, NA akan melakukan apapun untuk mempertahankan teman tersebut.

”Karena, aku bener-bener gak ada temen cerita, kalo misalnya aku dekat sama orang nih, aku bakal ini, lakuin apapun yang orang itu mau, atau inginkan, biar dia gak pergi gitu lho. Karena kan temenku yang sebelumnya, yang kakak kelasku ini kan pindah kan ke Purworejo, jadinya aku ngerasa kayak sendiri gitu.” (W1.I2.303-308)

Pada informan VNA, rasa trauma masih dirasakannya hingga saat menjalin pernikahan dengan suaminya saat ini. Ketika terdapat ketidaksetujuan antar ia dengan suaminya, VNA akan merasa takut berlebihan hingga berpikir bahwa suaminya akan marah dan akan mengatakan hal-hal yang tidak diinginkan. Hal ini membuat VNA berperilaku panik, sehingga memicu emosi dari suaminya. Selain itu, informan VNA juga merasa takut ketika harus berhadapan dengan orang lain, seperti orang tua siswa teman dari anaknya. Walaupun

terdapat masalah mengenai anaknya, VNA merasa takut untuk dikucilkan atau dibicarakan jika harus melakukan konfrontasi terhadap ibu dari teman anaknya tersebut.

” Jadi, suamiku ini, ketika beliau itu belum marah, jadi beliau itu belum marah, tapi di pikiranku, oh beliau nanti bakal marah, aku udah ketakutan dulu. Ee, beliau nanti bakal ngomong, ngomong abcd, dan akhirnya itu jadi kenyataan karena aku udah takut duluan gitu lho. Karena aku takut duluan, jadi, entah emosi yang aku sampaikan, raut mukaku, gerak-gerik tubuhku itu sudah memperlihatkan bahwa, ee, aku ketakutan, sehingga memicu emosinya suamiku. Padahal sebenarnya dia gak mau emosi, dia gak mau marah.” (W1.I3.232-242)

”Itu aku masih ada rasa ketakutan, kayak, harusnya kan aku berani bilang ke ibunya anak yang lain, oh anakmu begini, harusnya gak begini, harusnya, ee, seperti ini, gak boleh memukul, harusnya aku sebagai ibu seperti itu dong, nah, sampe sekarang pun aku masih kesusahan, karena aku takut nanti kalo orang itu gak suka sama aku jadinya aku takut kalo... ee, apa, ee, apa ya? Hubunganku sama dia nanti rusak jadinya, gitu-gitu. Jadi, punya ketakutan tersendiri buat melindungi diri.” (W1.I3.252-261)

Menurut suami informan, VNA mempunyai perasaan takut jika di marahi saat melakukan kesalahan kecil.

”awal-awal nikah tu saya juga kaget, soalnya VNA itu orangnya misal ada kesalahan kecil gitu ya, dia tu kayak yang tiba-tiba ketakutan gitu, takut saya marah.” (W1.S03.33-37)

Tabel 4.3 Ringkasan Dampak *Bullying*

Aspek	DF	NA	VNA
Sedih	Informan merasa sedih dan mempertanyakan alasan dirinya harus di- <i>bully</i>	Informan merasa sedih sehingga memilih untuk mengurung diri	Informan merasa sakit hati dan <i>down</i> , bahkan hingga masih mengingat

			kejadian yang dirasakan
Dikucilkan	-	Informan merasa tidak memiliki orang yang mau mendengarkan dirinya dan merasa dijauhi oleh lingkungan tempat tinggalnya	Informan merasa tidak ada yang membela dirinya ketika mengalami <i>bullying</i> , dan dijauhi oleh teman-temannya
Trauma	Informan merasa dipermalukan di depan teman-teman yang lainnya	Informan merasa takut untuk bersosialisasi di tempat ia di- <i>bully</i>	Informan merasa tidak dapat membela diri dan memiliki rasa takut berlebihan, hingga pada suami sendiri dan orang lain di sekitarnya

Dari tabel ringkasan dampak *bullying* tersebut, dapat disimpulkan bahwa *bullying* memiliki dampak yang buruk terhadap kondisi mental para partisipan. Partisipan merasakan rasa sedih dan sakit hati ketika mendapat perlakuan tidak menyenangkan dan tidak adil dari para pelaku *bullying*. Partisipan juga merasa dikucilkan, tidak dapat bercerita kepada siapapun, tidak memiliki teman untuk bermain, dan juga merasa tidak ada yang mau membela mereka ketika terdapat masalah *bullying*. Dampak jangka panjang dari *bullying* tersebut adalah rasa trauma, dimana partisipan menjadi mudah merasa malu

dan takut dalam kehidupan sehari-harinya. Partisipan merasa takut terutama karena pemikiran negatif dari orang lain, yang membuat informan tidak dapat berperilaku seperti biasanya ataupun menyelesaikan masalah dengan tenang.

b. Proses *Post-traumatic Growth*

Menurut Tedeschi dan Calhoun (2004), individu akan mengalami proses dan tahapan tertentu untuk menuju *post-traumatic growth*. Sesuai dengan teorinya, para informan mengalami beberapa tahapan dari *post-traumatic growth* sebagai berikut.

a) Karakteristik personal

Dalam teori proses *post-traumatic growth*, karakteristik personal, seperti sifat dari individu dapat memengaruhi proses pertumbuhan untuk menangani trauma mereka. Pada informan DF, karakteristik personal yang ditunjukkan adalah sifat yang *introvert* dan cenderung memendam masalah sendiri. Namun, DF juga menunjukkan sisi optimisnya yang menjadi landasan proses untuk tumbuh dewasa dari kejadian yang dialami.

"Aku, orangnya introvert mba, gak begitu banyak sosialisasi ke orang-orang sih, lebih ke diri sendiri aja... Gak begitu banyak, anu... cerita ke orang lain" (W1.II.196-199)

"Intinya sih... biar bisa mela- melewati itu dengan cara optimis sih, dan yakin, aku bisa melewati... kehidupan tersulit itu, gitu sih mba." (W1.II.297-299)

Berbeda dengan DF, informan NA merupakan seseorang yang memiliki sifat *extrovert*, sehingga ia banyak melakukan kegiatan-kegiatan di luar rumah untuk menenangkan dirinya.

"...kan karena aku tuh extrovert, aku gak bisa kalo harus di dalam terus, di dalam kamar terus, keluar. Keluar bukan yang kayak di cafe, enggak. Di kampus, duduk, gitu, ya udah, nanti pulang-pulang ya udah gitu" (W1.I2.572-576)

Informan VNA menyebutkan karakteristik personalnya sebagai seseorang yang penakut, sehingga ia cenderung tidak memiliki keberanian untuk melaporkan kejadian *bullying* yang dialaminya, dan cenderung memendam perasaannya sendiri. Namun, di sisi lain, VNA juga menyatakan bahwa dirinya adalah orang *extrovert* yang ceria dan suka mengobrol.

"Emang aku orangnya tu takut. Maksud e kan kayak ngerasa terintimidasi, dan aku tu gak, gak lapor orang tua, gitu lho mba. Aku gak lapor orang tua, gak lapor guru, jadi memang.. aku tu karena penakut, aku pendem sendiri. Jadi meskipun di sekolah ya.., ya tetep ada bully kok ternyata, apa lagi masa-masa itu, gak tahu internet, gak tahu apa, pokok e cuman tak pendem sendiri." (W1.I3.35-42)

*"...ketika aku di-bully aku diem, aku gak ngomong apa-apa, aku gak ngelawan sama sekali. Aku setakut itu! Itu yang bener-bener aku SMP dan SD, SMP aku takut banget *terkekeh*, mungkin jadinya orang tu..., oiya di sisi lain mungkin, em, aku tu takut ketika di-bully ya, tapi di sisi lain, aku memang orangnya sangat-sangat ceria, suka ngomong, suka cerewet, ngomongin apa aja. Mungkin ada orang yang gak suka sama aku, karena aku terlalu... eem, extrovert atau apa."* (W1.I3.209-218)

Hal tersebut juga diungkapkan oleh suami dari VNA yang mengatakan bahwa VNA adalah orang yang ceria, suka banyak bicara dan pekerja keras.

“..dia itu orang yang ceria, banyak ngomongnya juga, pekerja keras.”(W1.SO3.86-87)

b) Perenungan

Proses *post-traumatic growth* setelah karakteristik personal adalah perenungan, dimana individu biasanya memikirkan kembali masalah mereka untuk menyelesaikannya. Hal ini juga dialami oleh para responden dalam menghadapi kejadian *bullying* tersebut.

Pada informan DF, perenungan terjadi sebelum mengambil tindakan untuk menyelesaikan permasalahannya, yaitu dengan melakukan konfrontasi terhadap pelaku yang melakukan *bullying* terhadapnya.

”*Sampe bangkit dari permasalahan itu... aku... intinya, gini mba. Malu lah, kalau di-bully terus sama dia, di-ejek sama dia terus kan, temen-temen lain kan, jadi, kan malah jadi ikut-ikutan. Lha, aku memberaniin diri bertanya pada dia, ”kenapa sih kok kamu mem-bully aku, masalahnya apa?” Gitu.*” (W1.II.134-140)

Pada informan NA, perenungan dilakukan untuk memotivasi diri dan meningkatkan diri sendiri. NA merasa bahwa *bullying* yang dialaminya mendorongnya untuk meraih prestasi dan kemajuan dalam hidupnya.

”...kalo dilihat-lihat saat ini, kemajuan mereka yang mem-bully aku, sama kemajuanku, itu lebih majuan aku gitu lho, dalam misal, dalam hal pendidikan, dalam hal mental, kayak gitu, itu lebih maju aku kan. Jadi ya udah. Malah sekarang aku kayak, emm, ya... ngerasa kayak, ya... ngerasa... kalo mungkin dulu aku gak di-bully mereka, bisa jadi aku gak jadi aku yang sekarang gitu..” (W1.I2.271-278)

Pada informan VNA, perenungan dilakukan dalam bentuk memahami apa yang terjadi dalam kasus *bullying* yang dirasakannya. VNA menggunakan proses perenungan untuk menerima kondisinya, memaafkan, dan mencoba memahami bahwa setiap orang memiliki masalah mereka masing-masing.

"...aku akan lebih berpikir lebih panjang, sebenarnya di belakang diri mereka itu ada apa. Kayak, kenapa mereka memilih untuk mem-bully, bisa jadi di rumah dia tidak nyaman, tidak disayang kedua orang tuanya, terus tidak... tidak apa, tidak mendapatkan apa yang dia mau, sehingga dia berperilaku, ee abusive ke orang lain" (W1.I3.348-354)
"...ya ngapain, maksudnya setelah paham, oh ternyata aku di masa kecil sampe dewasa awal itu kan rasanya kayak yang, hampir gak pernah luput di-bully sama orang, gak disukai sama orang, ya memang dunia ini tempatnya capek gitu kan..." (W1.I3.384-389)
"...sering baca tentang motivasi, kan banyak tuh buku-buku motivasi atau apa ya. Aku... aku jadi paham kalau ternyata, gapapa kalo hidupnya pahit-pahit dulu gitu kan." (W1.I3.453-456)

c) Dukungan dan keterbukaan

Proses setelah perenungan adalah adanya proses menerima dukungan sosial dari orang lain dan mulai keterbukaan individu untuk bercerita dan menerima motivasi orang lain dalam menghadapi traumanya.

Informan DF mengalami hal ini dengan membuka diri untuk bercerita dengan saudaranya dan mendapat dukungan dari saudaranya. Hal ini juga yang mendorong DF untuk lebih menguatkan diri dalam menyelesaikan permasalahannya.

"Tanggapan.. orang terdekat tentang permasalahan yang aku alami, katanya sih, "kamu hebat, bisa melalui permasalahan itu dengan cara kamu sendiri, menyelesaikan sendiri, dan tanpa, tanpa ada solusi dari orang lain" sih, gitu." (W1.II.122-126)

Informan NA memiliki seorang guru pada masa sekolahnya yang menjadi tempat NA untuk berkeluh kesah. Guru dari NA tersebut berkontribusi besar terhadap motivasi NA untuk menghadapi pelaku *bullying* dan untuk terus melanjutkan pendidikannya. Selain itu, dukungan dari teman-teman informan NA membantu NA untuk mengurangi mendapat *bullying* dari orang lain.

"...Selalu ngomong yaudah sabar, atau apa. Tapi, ee, dia bener-bener dengerin gitu lho, bukan yang malah menghakimin aku, atau kayak, alah kamu paling cuman alay atau apa gitu enggak. Ya, gitu paling. Seperti orang pada umumnya pasti kan bilang sabar apa lah gitu. Kayak gitu aja sih. Terus ya itu tadi, aku dipacu untuk kayak, berprestasi di ituin, gitu. Karena kan, kalau semakin kamu prestasinya baik, kamu juga berprestasi baik kan, mereka semua malah semakin ini toh, kayak iri, kayak gitu, nah gitu. Itu dipacu, dibantu." (W1.I2.209-219)

"...kalo pas SMA ini aku punya temen yang emang masih komunikasi sampe sekarang, masih, yaa, ada rasa keluarga gitu. Yang dia memang udah tahu aku, jadi, dia, pokoknya aku udah gak ngalamin bully sejak SMA itu karena temen-temenku itu. Ya.. ya udah, itu. Aku kayak jadi klop gitu sama mereka. Kayak keluarga... tapi kalo kuliah aku prinsipnya, aku berteman sama sapa aja tapi yang... apa ya, deket sama aku tu cuman satu aja, gitu." (W1.I2.331-339)

Informan VNA mendapat dukungan terbesar dari sang suami. VNA merasa bahwa dukungan dan pengertian dari suaminya mengenai trauma dan ketakutan akibat *bullying*

membuatnya lebih terbuka untuk mengubah dirinya dan menjadi orang yang lebih baik.

"Hampir setiap hari aku denger beliau support aku untuk berpikir positif, kalo sebenarnya, emm, "ketakutanmu itu isa kamu lawan, gitu. Kalo kamu takut terus, ya, yang kamu takutin itu kejadian, coba dibangun berpikir positifnya, kalo.. em, mau semarah-marahnya aku pun juga aku, aku suamimu, kayak gitu kan". Maksudnya, emm... bukan, apa ya, "ini tu bukan suatu hal yang mengerikan. Aku gak kayak orang-orang di.. di masa kecilmu dulu, ataupun orang-orang yang ngepruki kamu, enggak, aku gak ada niatan sama sekali ke sana." Jadi menurutku salah satunya sih, aku bisa, bisa mendingan di akhir-akhir pernikahan ku ini karena suamiku support, dan akunya udah mulai membuka diri untuk... oh, menyadari semuanya dan menerima, bahwasanya, emm, ketakutan ku itu harusnya aku terima." (W1.I3.288-303)

d) Mengolah emosi negatif

Proses setelah mendapat dukungan dan keinginan untuk membuka diri adalah adanya proses mengolah emosi negatif yang dirasakan untuk dapat mengatasi trauma yang dirasakan untuk berkembang menjadi orang yang lebih baik dan positif.

Pada informan DF pengolahan emosi negatif dilakukan dengan menyabarkan diri dan mencoba untuk melupakan kejadian itu supaya tidak tercipta dendam terhadap pelaku. Selain itu, pada saat mengalami kejadian *bullying*, informan DF mengolah emosi takutnya dengan memberanikan diri untuk melakukan konfrontasi terhadap pelaku, sehingga masalahnya dapat diselesaikan.

"...Aku... harus bisa melupakan kejadian itu mba. Tapi ya.. melupakannya ya... sulit sih, harus bertahap." (W1.I1.55-57)

"Cara mengontrol itu, aku cuma bilang, "ya Allah, gini amat, harus bersabar-sabar kamu jangan dendam sama orang tersebut", gitu sih mba aku." (W1.I1.78-80)

"...tanya sama yang mem-bully aku dulu. Permasalahannya apa, kok aku di-bully gitu... .memberaniin diri bertanya kepada.. si pem-bully." (W1.I1.103-107)

Pada informan NA pengolahan emosi negatif mengalami peningkatan dari saat informan masih kecil dan diperlakukan secara negatif dengan teman-temannya. Pada saat kecil, NA belum dapat mengatur emosi sehingga lebih memendam perasaan. Namun, saat ini NA sudah dapat menemukan jalan yang efektif untuk dapat mengolah emosinya menjadi lebih baik.

"...Kalo sekarang mungkin emosiku, aku bisa ngelola emosiku ya kalo aku lagi marah gimana gitu. Tapi kalo dulu kan, aku belum belajar tentang pengelolaan emosi kayak apa. Aku lebih men.. diem mba. Iya, kalau emosinya sebenarnya lebih diem gitu, jadi... sebenarnya gak bagus juga kan ya, itu kan kayak ditumpuk gitu ya.." (W1.I2.180-186)

Pada informan VNA pengolahan emosi negatif dilakukan dengan mengubah pola pikirnya setelah dapat memercayai suaminya yang selalu mendukung dan meningkatkan kepercayaan VNA. Informan VNA akhirnya mencoba mengubah pandangannya menjadi lebih positif, sehingga permasalahannya dapat diselesaikan dengan baik.

"...aku terima, jangan... jangan dilawan, jangan dilawan banget. Tapi kamu harus berdamai gitu lho, gimana biar, ee, kamu bisa ngontrol ketakutanmu itu tadi, jadi... eemm, hal yang positif aja gitu, kayak, pas sebenarnya suami mintanya diskusi, dia lagi memberikan nasihat ya... kamu ubah pikiranmu kalo, oh suamimu ini gak lagi marah, dia lagi ngomong, ee, nasihat in kamu, maunya yang terbaik buat

kamu, bukan marah gitu. Soalnya kalo aku udah takut... itu nanti, responsku sambil nangis-nangis, ngomongnya gak jelas, terus kayak nge-counter terus omongannya suamiku,” (W1.I3.303-314)

”...pembelaanku itu memicu suamiku marah, marah yang bener-bener marah gitu. Sebelumnya cuma nasihatin biasa. Tapi karena aku melakukan pembelaan yang berlebihan, itu memicu kemarahannya dia, akhirnya marah beneran, ya, wah... ya begitu lah. Tapi akhirnya, Alhamdulillah, sudah di fase yang seperti sekarang.” (W1.I3.321-327)

e) Proses kognitif dan berkembang

Proses berikutnya adalah terdapat proses perubahan kognitif untuk berkembang. Proses ini biasanya ditandai dengan adanya perubahan cara berpikir yang lebih adaptif untuk menggunakan strategi yang tepat dalam menghadapi masalah yang dialami.

Pada informan DF proses kognitif dan perkembangan ditunjukkan dengan belajar dari pengalamannya dan mencari solusi dari akar timbulnya permasalahan, sehingga dapat mengaplikasikan strategi yang tepat untuk menyelesaikannya.

”...Aku bisa belajar sih mba, bagaimana cara menyikapi masalah yang aku hadapi itu.” (W1.I1.89-91)

”Aku cari solusi-solusi aja sih. Permasalahannya itu timbulnya dari apa gitu, nah dari itu kan, bisa, bisa.. anu.. keluar dari permasalahan itu..” (W1.I1.97-100)

Pada informan NA proses kognitif untuk berkembang ditunjukkan dengan motivasi dari NA untuk menjadi lebih baik dari perlakuan yang memperlakukan *bullying* terhadapnya. Selain itu, NA juga memandang bahwa masalah *bullying* yang dihadapinya masih dapat diselesaikan dan bukanlah akhir dari segala di kehidupannya.

*"... dorongannya itu aku, waktu itu pengen lebih pinter dari... Ketua gengnya *tertawa*, ya gitu. Karena ketua gengnya ini bisa dikatakan, yaa, pinter. Ketua gengnya itu kan, anaknya orang punya. Terus katakanlah dia anak perempuan satu-satunya punya kakak kan otomatis sekolahnya ya terjamin, pasti gak bakal mikir susahny sekolah gimana kan. Nah, aku juga dorongannya juga ini, pengen sekolah sama kayak ketua gengnya gitu lho ."*
(W1.I2.239-245)

"...Aku.. dari kecil.. iku aku wes ditumpuki berbagai masalah. Jadi, kadang itu ada masalah yang... kecil lah, kecil, gitu lah. Nah, kadang kok kowe kayak nyepelekn gitu lho, kayak, em, masih berat, masih beratan masalahku yang lain gitu. Jadi menurutku bullying ini, kan mental e orang tuh beda-beda. Nah, kan karena mentalku dah terbentuk dari aku kecil kan kayak, dipaksakan untuk dirasa sejak kecil gitu lho. Jadi, ya... menurut aku kasus bully, bully ku tu kayak, berapa ya... paling... gak nyampe... berapa ya. Gak nyampe 50%. Apa ya kayak menurutku berat gitu gak nyampe gitu."
(W1.I2.362-373)

Pada informan VNA proses kognitif untuk berkembang ditunjukkan dengan adanya perubahan cara pandang terhadap pelaku perlakuan *bullying*. Informan VNA mencoba untuk lebih memahami masalah dan karakter orang lain. Informan mengubah pandangan bahwa tidak semuanya dalam kehidupan dapat dikendalikan olehnya, sehingga informan dapat memaafkan dan memahami orang yang melakukan *bullying* padanya.

"...Aku jadi lebih paham untuk memahami pribadi orang lain" (W1.I3.343-344)

"...Orang itu... akan... sesuai dengan karakter mereka sesuai dengan masa lalu mereka, gitu. Jadi... kamu mau, kamu gak bisa ngontrol apa yang mereka perbuat, yang bisa kamu kontrol adalah dirimu sendiri. Jadi kalo ada orang lain marah sama kamu, orang lain gak suka sama kamu, it's okay, itu bukanlah akhir dunia ini." (W1.I3.356-362)

f) Kebijaksanaan

Proses terakhir adalah adanya kebijaksanaan, yaitu adanya perkembangan diri dan perubahan dalam cara memandang kehidupan yang dialami setelah berhasil melewati kesulitan.

Pada informan DF, kebijaksanaan ditunjukkan dengan memaafkan para pelaku yang melakukan *bullying* terhadapnya, dan juga pembelajaran bagi diri untuk tidak memperlakukan orang lain secara buruk atau mengejek, terutama fisik orang lain.

"... Kalau orangnya inget sih mba. Rumahnya juga enggak jauh dari rumahku. Tapi, aku udah ngelupain permasalahannya, ah, ngapain sih diinget-inget itu cuma, masa lalu lah, dimaafin aja." (W1.I1.148-151)

"...hikmahnya sih, mungkin aku lebih bela-belajar sih mba. Anu, "jangan sampai kamu mem-bully orang lain tentang fisik gitu lho", itu sih.." (W1.I1.155-157)

"Iya, Alhamdulillah, bisa memaafkan lah dari kejadian itu, aku bisa belajar jangan sampe nge-bully orang, apapun fisiknya tetap jangan mem-bully." (W1.I1.499-501)

Pada informan NA kebijaksanaan dipelajari dengan merasa bahwa apa yang dilakukan, baik itu buruk maupun baik, akan terdapat karma tersendiri bagi mereka yang melakukannya.

"... apa yang kita tanam ya, kita bakal metik itu kan. Jadi, kalo mereka ngelakuin itu ke aku kan pasti ada karmanya toh." (W1.I2.267-269)

Pada informan VNA kebijaksanaan terlihat dengan menunjukkan keikhlasan dan memahami bahwa apa yang orang lain lakukan ada di luar kendali informan. Sehingga, informan VNA mempelajari bahwa yang dapat dikendalikan hanyalah perilaku dirinya sendiri.

”...Kamu punya dua tangan yang bisa nutup dua telinga kamu. Kamu gak bakal bisa nutup omongan mereka, dan sebagainya. Dan itu, aku tahu, itu gak gampang, cuman ya, yang aku tangkep sejauh ini tu seperti itu. Jadi seperti ketika ada orang yang marah-marah sama aku, misuh-misuh atau apa lah. Sebisa mungkin ya, ya udah, didengerin, senyum, dan sebagainya... dan lihat ke belakang, ada apa di... balik pribadi dia, seperti itu. Jadi yang aku bisa ya mengontrol diri sendiri, responku, sebenarnya ya yang dipertanggungjawabkan kan respon kita kan di akhirat tu... nah, mau orang lain gimana ke kita ya... itu tanggungjawab mereka, dan bisa jadi, Allah itu nguji kita dari orang lain itu, maka dari itu, yang dihisap itu, apa sih... ini, respon kita ke mereka. Kalo aku boleh ambil hikmah nya seperti itu. Jadi, lebih mawas diri lah ketika, ketika interaksi sama orang lain tu enggak kaget lagi gitu lho mba.” (W1.I3.363-380)

”...terus, kalo emang kamu mau nge-wujud-in semua permintaan manusia atau kebahagiaan orang lain itu gak akan ada habisnya, dan yang ada kamu bakal sakit sendiri, jadi, sakit sendiri gitu, jadi ya udah, fokus aja satu yaitu Allah.” (W1.I3.389-393)

Tabel 4.4 Ringkasan Proses *Post-Traumatic Growth*

Aspek	DF	NA	VNA
Karakteristik Personal	Informan merupakan orang yang <i>introvert</i> namun optimis dalam menghadapi masalah	Informan merupakan orang yang <i>extrovert</i> , sehingga sering beraktivitas untuk menyelesaikan masalah	Informan merupakan orang yang penakut, namun juga adalah orang yang <i>extrovert</i> dan suka bercerita
Perenungan	Informan melakukan refleksi sehingga memberanikan diri untuk mencari solusi dari masalah	Informan melakukan refleksi bahwa masalah yang dihadapi dapat memotivasi dan membentuk dirinya saat ini	Informan melakukan refleksi untuk lebih memahami orang lain dan mengerti bahwa masalah akan berlalu
Dukungan dan Keterbukaan	Informan membuka diri terhadap orang terdekat dan mendapat dukungan dari mereka	Informan memiliki sumber untuk bercerita dan mendapat motivasi untuk maju dalam kehidupannya	Informan memiliki suami yang selalu memberi dukungan dan membantu informan untuk menghadapi traumanya
Mengolah Emosi Negatif	Informan dapat tetap sabar dan melupakan kejadian untuk tidak menuai dendam	Informan saat ini dapat mengelola emosi menjadi lebih baik dibandingkan saat dahulu	Informan berdamai dengan diri sendiri dan mengatur ketakutan yang dirasakan agar dapat menjadi lebih baik

Proses Kognitif dan Berkembang	Informan dapat belajar dari pengalamannya untuk mencari solusi dari permasalahan yang dihadapi	Informan menetapkan suatu tujuan untuk menggapai suatu prestasi yang lebih dari orang yang mem- <i>bully</i> nya	Informan mengubah cara berpikir sehingga memahami bahwa ia tidak dapat mengatur perilaku orang lain
Kebijaksanaan	Informan mau memaafkan pelaku <i>bullying</i> dan belajar untuk tidak melakukan hal yang sama terhadap orang lain	Informan belajar bahwa terdapat bahwa sesuatu yang buruk akan mendapat karma tersendiri	Informan lebih berfokus pada respon dirinya dan bagaimana ia berperilaku, daripada menuntut orang lain berubah

Dari karakteristik personal ketiga informan, dapat disimpulkan bahwa kepribadian *extrovert* dan optimisme dapat mempengaruhi perkembangan *post-traumatic growth*. ketiga informan mengalami proses *post-traumatic growth* secara keseluruhan, dari karakteristik personal, perenungan masalah, dukungan dan keterbukaan pada orang terdekat, pengolahan emosi yang negatif menjadi hal yang lebih baik, perubahan proses kognitif dan berkembang, hingga kebijaksanaan untuk mendapat pelajaran yang diterapkan pada saat ini. Ketiganya menunjukkan bahwa, walaupun terdapat dampak negatif dari *bullying*, melalui proses *post-traumatic growth*, informan dapat bangkit dan meraih kebijaksanaan dalam memandang kehidupan.

c. Faktor *Post-traumatic Growth*

Dalam mencapai *post-traumatic growth*, terdapat faktor-faktor yang dapat memengaruhi keberhasilan *post-traumatic growth*. Menurut Asiyah & Amalia (2020) faktor yang mempengaruhi adalah faktor internal dan eksternal.

a) Internal

Sesuai dengan teori yang dikemukakan, faktor internal dapat memengaruhi proses *post-traumatic growth* dari para informan. Faktor internal yang ditunjukkan oleh para informan adalah kekuatan dalam diri dan spiritualitas.

Informan DF menunjukkan adanya faktor kekuatan dalam diri dengan menunjukkan adanya keberanian untuk menyelesaikan masalah *bullying* yang dihadapinya. Hal ini tidak dipicu oleh pengaruh dari luar, melainkan dipengaruhi oleh kekuatan dalam dirinya sendiri.

"Gak ada orang lain sih, yang... nemani aku tanya apa sih motif dia nge-bully aku, gak. Cuma langsung tak tanyain apa motifnya, gitu." (W1.II.468-470)

Selain itu, informan DF juga menunjukkan bahwa terdapat faktor spiritualitas yang memengaruhi perkembangan *post-traumatic growth* sejak mengalami kejadian *bullying* tersebut.

"Daripada sebelum di-bully itu, ibadahnya masih... yaa... masih bolong-bolong lah. Sejak kejadian itu, mungkin, mendekatkan diri kepada Allah sih.." (W1.II.187-189)

Kekuatan dalam diri juga ditunjukkan oleh informan NA, dimana ia mengalihkan fokusnya dan motivasinya untuk meraih prestasi demi mengurangi perlakuan *bullying* yang dihadapi.

"Kalau pas SD itu, aku lebih fokus ke... ini, prestasi. Karena, pas, ee, aku ngerasanya kalau misal nilaiku bagus atau apa, kayak temen-temenku itu minta bantuan atau apa, jadi itu mengurangi mereka untuk mem-bully ku." (W1.I2.75-79)

Informan NA juga menyebutkan bahwa spiritualitas menjadi salah satu faktor yang memengaruhi dirinya untuk dapat mengurangi rasa negatif dari *bullying*.

"Karena kalo, ya mungkin, aku kan lebih ke diem gitu. Kalo misalnya... sholat, atau apa, itu ngerasanya lebih tenang gitu.." (W1.I2.289-291)

Pada informan VNA, kekuatan dalam diri diinformasikan dengan ketertarikannya dalam membaca buku sebagai salah satu faktor yang membuatnya dapat merefleksikan diri dalam menghadapi dampak negatif dari *bullying*, serta membantunya dalam proses perenungan *post-traumatic growth*.

"Mungkin ini ya, karena aku tu dulu suka membaca buku pas, ya kan, aku tadi bilang, di SD aku sering gak punya temen, sering yang dimusuhin, sering gak diajak ngobrol. Dari SD itu muncul kebiasaan yang mana aku jadi suka membaca buku karena gak punya temen. Nah itu, dibawa sampe SMP, jadi SMP tu banyak ke perpustakaan, pinjem buku, dua atau tiga. SMA juga begitu. Nah, mungkin sampe kuliah dibawa gitu kan. Kan, setelah itu kan gak cuman buku, di HP pun, banyak aplikasi yang bisa dibaca." (W1.I3.439-449)

"Hee, jadi karena sering, hee, sering baca tentang motivasi, kan banyak tuh buku-buku motivasi atau apa ya. Aku... aku

jadi paham kalau ternyata, gapapa kalo hidupnya pahit-pahit dulu gitu kan.” (W1.I3.453-456)

b) Eksternal

Faktor eksternal juga berperan penting dalam terjalannya proses *post-traumatic growth* yang baik, yaitu pada informan penelitian ini adalah dukungan sosial dari orang sekitar.

Pada informan DF, dukungan sosial dirasakan dari teman dekat di sekolah, yang memberikan kata-kata bijaksana untuk menguatkan informan.

”Teman sekolah ya, ada yang bilang gini, ’kamu kalau di-bully gak usah, gak usah, apa, em, bales nge-bully, udah biarin aja. Nanti yaa, orang yang nge-bully itu akan capek sendiri, gitu lho’, gitu.” (W1.I1.216-220)

Informan NA, yang mengalami kejadian *bullying* dari lingkungan sekolah maupun keluarga, juga menunjukkan bahwa mendapat dukungan sosial dari orang lain memengaruhi kenyamanan informan dan proses *post-traumatic growth* yang dialaminya.

”Terus di Brebes juga kan di rumahnya Ikoh karena, ya aku ngerasa di rumahnya Ikoh itu aku dapet sosok keluarga, kayak oh, kayak gini ternyata rasanya punya keluarga, kayak gitu.” (W1.I2.121-124)

”Aku lebaran dari 2018 sampe kemarin itu di tempat Ikoh, dan InsyaAllah ini juga di tempat Ikoh lagi. Yaa karena aku nyamannya di situ, gitu.” (W1.I2.138-140)

”...kan akhirnya dia pindah ke Purworejo, jadi aku kayak ngerasa aku ini sendiri nih, ndak tau bingung mau cerita ke siapa kan. Nah, pas aku MTS juga gitu. Kayak, semua tu... gak terlalu dekat gitu lho sama aku. Aku malah dekatnya sama guru TU.” (W1.I2.195-200)

Pada informan VNA, dukungan berasal dari suami yang mau memahami kondisinya dan selalu mencoba untuk membantu VNA dalam proses *post-traumatic growth* untuk menghadapi ketakutannya.

”...Suamiku paham kan, kalo, dalam artian, ee... sebelum, dua puluh tahun sebelum aku bertemu dengan dia tu, aku tumbuh di lingkungan yang toxic gitu kan, entah di sekolah, entah di keluarga, dia paham kalo enggak, gak gampang jadi orang kayak aku gitu. Maka dari itu, em... setiap dia... sebenarnya niatnya nasihat in aku.” (W1.I3.275-281)

Tabel 4.5 Ringkasan Faktor yang Memengaruhi *Post-Traumatic Growth*

Aspek	DF	NA	VNA
Internal	Informan memiliki kekuatan dalam diri berupa keberanian, serta kekuatan spiritual dalam menyelesaikan masalahnya	Informan memiliki dorongan atau motivasi dalam diri untuk mencapai prestasi dan mendekatkan diri pada Allah untuk mengatasi masalahnya	Informan memiliki kesenangan membaca yang memotivasinya dalam berkembang, serta mengatasi masalahnya
Eksternal	Informan mendapat dukungan dari teman sekelas mengenai <i>bullying</i> yang dialami	Informan mendapat dukungan dari keluarga lain dan juga guru di sekolahnya	Informan mendapat dukungan dari suaminya yang berusaha membantunya

Dari penjelasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa faktor internal dan eksternal dapat memengaruhi perkembangan *post-*

traumatic growth dari para informan. Faktor internal seperti kekuatan dalam diri dapat memotivasi para informan untuk menyelesaikan masalah yang dihadapinya. Selain itu, faktor internal lain seperti spiritualitas juga membantu informan untuk menghadapi dampak negatif dari *bullying*. Faktor eksternal berupa dukungan sosial juga membantu para informan untuk menjalani proses *post-traumatic growth* secara lebih optimal.

d. Aspek *Post-traumatic Growth*

Setelah individu mengalami proses dan pencapaian dari *post-traumatic growth*, individu akan menunjukkan beberapa karakteristik yang merupakan perubahan dari sebelum dan sesudah terjadinya *post-traumatic growth* tersebut dalam memandang permasalahan yang dihadapinya. Menurut Ramos & Leal (2013) terdapat 5 aspek dalam *post-traumatic growth*.

a) Penghargaan terhadap hidup dan perubahan prioritas

Individu yang telah mencapai *post-traumatic growth* akan menunjukkan apresiasi terhadap kehidupannya saat ini dan memiliki prioritas pasti dalam kehidupannya.

Pada informan DF yang cenderung memendam permasalahannya, penghargaan diri ditunjukkan dengan mulai membuka diri kepada teman-teman mengenai permasalahan yang dihadapi, sehingga tidak menyimpannya seorang diri.

*"Mengapresiasi diri sih, mungkin... dengan cara... anu sih mba. Apa... *berdecak*... lebih... berbaaur ke... temen sih..."*

temen dekat. Lebih mencari temen dekat lagi, gitu lho, biar ada, kalau ada permasalahan kan bisa cerita. Kalau dulu sih, kalau ada masalah cuman dipendem sendiri, itu, kadang suka... bingung cari... solusinya gitu lho.” (W1.I1.243-249)

Pada informan NA, penghargaan hidup ditunjukkan dengan lebih mencintai diri sendiri dan menghindari hal-hal yang merugikan informan. Informan NA juga memiliki prioritas untuk melakukan *healing* dengan cara *journaling*, serta menempatkan diri untuk apa yang terjadi pada saat ini. Informan juga ingin mencapai cita-citanya, sehingga tidak berfokus hanya pada dampak dari *bullying* yang dialaminya saja, dan memiliki tujuan yang ingin diselesaikan.

”Soalnya aku masih punya cita-cita. Jadi kalau aku masih fokus di hal itu aja ya, ya... buat apa gitu.” (W1.I2.417-419)

”Aku memberikan ruang untuk diriku sendiri, gak mau terlalu memaksakannya diriku sendiri. Terus, apa ya, berusaha mencintai diriku sendiri dengan meninggalkan hal-hal yang menurutku toxic.” (W1.I2.429-433)

*”Banyak mencintai diriku sendiri, yah, gitu lah pokok e. Lebih nyaman lah. Terus, kalo semisal aku lagi sedih, aku lagi, dulu kalo aku lagi sedih atau lagi apa kan aku lebih diem, mendem, atau apa. Nah sekarang aku tuh belajar *journaling*.” (W1.I2.437-441)*

”Iya punya, punya kayak suatu tujuan gitu. Cuman kayak, gak yang, oh, aku harus banget ini, enggak. Jadi yang dekat dulu kayak skripsi yang kayak, pada saat ini. Jadi, aku kan pernah belajar, eh ya salah satu mencintai diri ku tadi itu, dengan tidak memikirkan masa depan yang terlalu jauh. Jadi aku belajar untuk hidup di sini, gini. Nah, di sini gini, aku skripsian. Ya udah, berarti aku harus selesaikan skripsi dulu, gitu.” (W1.I2.461-468)

Pada informan VNA penghargaan hidup juga dikemukakan serupa, yaitu untuk hidup pada kondisi saat ini dan mengapresiasi hal-hal di sekitarnya, yaitu suami dan anaknya. Informan merasa

bahagia dalam menjalani kehidupan dan aktivitas sehari-harinya, serta tidak memiliki pandangan yang muluk terhadap kehidupannya.

"Mengapresiasi yaa.. dengan aku mencukupkan diriku dengan keluargaku... ee, maksudku gini ya, kadang kan ada orang yang menikah, mereka, masih butuh, oh, aku mau jalan-jalan sendiri ke sana, aku mau nongkrong sendiri buat healing, buat me-time dan sebagainya. Tapi ternyata, menurutku apresiasi untuk diriku sendiri ya, ketika aku bersama suami dan anak." (W1.I3.400-406)

"Jadi, ketika aku masak, aku mencuci piring, mencuci baju, mengurus rumah semuanya, ah, itu bikin appreciate for me, gitu." (W1.I3.419-421)

b) Hubungan dengan orang lain

Pada individu yang telah meraih *post-traumatic growth* dengan baik, maka individu akan dapat menjalin hubungan yang lebih baik pula dengan orang lain.

Pada informan DF, perubahan ini diperlihatkan dari bagaimana dirinya yang dahulu *introvert* dan suka memendam masalah sendiri, sekarang memiliki teman dekat yang menjadi tempatnya bercerita dan mendapatkan solusi dari permasalahannya.

"...Temen dekat itu mempengaruhi sih, perubahan... perubahan ku sekarang daripada yang dulu sih. Kan, dulu kan, aku lebih introvert, lebih pendiem banget, gak.. apa-apa gak mau cerita. Sekarang udah punya temen dekat, yaa, ada permasalahan sedikit ya cerita sama temenku sendiri sih. Itu kayak lebih ke... hati plong gitu..." (W1.I1.275-281)

"Orang terdekat itu bagiku... sekarang sih, orang yang spesial sih mba. Soalnya, dia itu mampu... memberi solusi-solusi permasalahan dari aku ketika, ketika.. aku memiliki masalah." (W1.I1.284-287)

Pada informan NA, hal serupa juga terjadi, yaitu adanya perubahan mengenai hubungan dengan orang lain dimana informan menjadi lebih terbuka untuk bercerita kepada pasangan ataupun teman. Informan yang dahulunya memendam permasalahannya saat ini dapat mengutarakan perasaan dan permasalahannya kepada orang lain.

"...Karena sekarang aku dah ada Zulmi kan, aku.. kayak mengekspresikan ke Zulmi, aku ki lagi sedih, atau apa, dan Alhamdulillah ki Zulmi bukan tipe orang yang kayak, "nopo sedih, gak usah sedih", enggak. Dia lebih milih dengerin aku dulu, gitu. Gitu sih." (W1.I2.441-446)

"...temen SMA itu ya. SMA itu tu aku punya temen yang... memang mereka baik banget gitu lho. Jadi mereka itu mau berteman sama aku tuh, karena iya, mereka udah tahu kondisiku, pokoknya keadaanku kayak gimana, mereka udah tahu, dan mereka itu mengerti gitu lho." (W1.I2.517-522)

Pada informan VNA, hubungan dengan orang lain nampak pada keluarganya, yaitu anak dan suaminya. Walaupun merasakan dampak *bullying*, namun VNA dapat menjalin hubungan yang bermakna dengan suami dan anaknya, serta hal itu sangat membuatnya bahagia.

"...ketika aku bersama suami dan anak, udah di rumah kita ngobrol, kita, apa, bermain bersama, atau mungkin sekedar jalan-jalan ke taman, kita bermain bersama, ya. Menurutku itu sudah... ee, lebih dari cukup gitu lho." (W1.I3.406-410)

"Kan sudah, sudah berumah tangga, sudah ada anak, Alhamdulillah, terus suami juga apapun itu support sama aku, apapun yang aku obrolin sama dia ya, Alhamdulillah, sekarang semuanya dari A sampe Z udah nyambung semuanya." (W1.I3.412-416)

c) Kekuatan dalam diri yang lebih besar

Individu juga akan menunjukkan aspek yaitu memiliki kekuatan dalam diri yang lebih besar ketika telah meraih *post-traumatic growth* dengan baik. Individu akan memiliki ketangguhan dalam menghadapi masalahnya dan mampu untuk melewati kesulitan-kesulitan di dalam hidup.

Pada informan DF, kekuatan dalam diri ditunjukkan dengan kata-kata motivasi yang disampaikan kepada diri sendiri untuk dapat melewati kesulitan terbesarnya.

"...gini sih, motivasinya, 'kamu, kamu harus bisa. Kamu harus bisa melewati... melewatinya,' gitu sih.." (W1.I1.303-305)

Pada informan NA, kekuatan dalam diri ditunjukkan dengan motivasi yang besar untuk mengatasi hal yang sulit. Informan memiliki kepercayaan kepada diri sendiri bahwa ia dapat menyelesaikan masalahnya, walaupun berat.

"...kalo bikin aku down justru malah enggak, karena kalau mereka semakin mencaci aku, ya tadi, semakin aku malah... lari ku jauh.." (W1.I2.500-502)

"karena... aku kemarin-kemarin aja yang sulit, aku bisa ngelewat, pasti ini aku bisa, walaupun, tingkatannya itu.. akan lebih berat. Itu aja sih, mba, aku mikirnya." (W1.I2.547-550)

"Walaupun, aku kan pernah memang ada di kondisi itu. Ee, aku kayak gini, ya oke deh, istirahat dulu gitu. Tapi, aku jadi ngomong sama diriku sendiri, tapi janji ya, nanti, kayak, harus balik lagi mood nya atau gimana gitu.." (W1.I2.567-571)

Pada informan VNA, kekuatan dalam diri yang lebih besar ditunjukkan dari motivasi terhadap diri sendiri, terutama adanya

harapan pada masa depan. VNA menunjukkan bahwa dengan bersabar dalam menghadapi kesulitannya, maka ia nantinya akan memiliki masa dimana ia akan bahagia.

"Aku tu ngomong sama diriku sendiri, gapapa, kamu hidupnya pahit, kamu berjuang dan sebagainya, gapapa temen-temenmu jam kosong main ke mall, temen-temenmu waktu pulang, pulang ke rumah, tapi kamu harus cari uang, tapi kamu ternyata, di sisi lain gak disukai orang lain, gapapa. Suatu saat nanti, kamu pasti bakal bahagia.."
(W1.I3.463-469)

d) Kemungkinan baru

Dengan adanya *post-traumatic growth*, maka individu akan lebih terbuka terhadap kemungkinan-kemungkinan baru, dan akan memiliki semangat untuk meraih kemungkinan-kemungkinan tersebut.

Informan DF menunjukkan bahwa dirinya tidak ingin mengulangi permasalahan *bullying* yang dihadapinya dan lebih ingin terbuka pada kesempatan lain di kehidupannya.

"... kalau diulang kembali sih, kayaknya enggak mau lagi deh. Itu soalnya... anu, ke.. kena ke mental sih, soalnya ya... bikin sakit hati sih, kata-katanya." (W1.I1.408-411)

Informan NA sangat terbuka dengan adanya keinginan untuk mendapat kesempatan-kesempatan baru dalam kehidupan, salah satunya adalah pekerjaan. Informan merasa dengan adanya kesempatan baru, maka dirinya akan dapat menjad individu yang dipandang secara lebih baik daripada para pelaku *bullying* nya.

"... Ya, karena... biar apa ya. Soal e kan orang-orang desa, yang di Pati, menganggap bahwa, aku kuliah. Orang desa menganggap orang kuliah itu, ya harus bisa kerja, kerja kantor, PNS, gini lah, apa lah. Ekspektasinya udah terlalu tinggi gitu kan... Nah, kalau misal aku ditawarin kerja ya, aku mau. Karena kan, dengan begitu kayak aku bisa membungkam mereka semua gitu lho mba." (W1.I2.621-629)

Pada informan VNA, kemungkinan baru telah ia temui ketika menikah dengan suaminya. Menurutnya, dengan bertemu dengan suami serta menjalin keluarga, VNA mendapat kebahagiaan yang dinantikannya.

"... Aku nikah sama suamiku yang sekarang, aku rasa itu semua jawabannya dari Allah sih. Jadi... jadi, awalnya aku mikir gapapa, kamu mau hidupnya pahit, kamu pasti bisa, gitu kan. Nanti bakal dikasih kebahagiaan sama Allah, dan itu terjawab sampe sekarang." (W1.I3.470-475)

e) Peningkatan spiritualitas

Aspek *post-traumatic growth* lain adalah adanya peningkatan spiritualitas. Individu akan lebih membuka diri dan mendekatkan diri kepada kepercayaan mereka sebagai bukti dari perkembangan diri.

Pada informan DF, peningkatan spiritualitas ditunjukkan dari penguatan ibadah dan pendekatan pada Allah sebagai salah satu pembelajaran dari kejadian traumatis yang dialaminya.

"...bisa belajar e bisa dapet kesabaran, makannya, aku itu harus mendakatkan diri kepada Allah, ibadahnya tambah... kuat lagi, sih." (W1.I1.424-426)

"...sejak kejadian trauma di-bully itu malah lebih... ibadahnya lebih dikuatin lagi sih, daripada sebelumnya." (W1.I1.444-446)

Pada informan NA, kebiasaan beribadah dan membuka diri menjadi lebih baik lagi setelah kejadian traumatisnya, dan kepercayaannya tersebut menjadi salah satu pendukung untuk bercerita mengenai masalahnya.

"... jadi kalo misal, kan aku dulu gak punya temen. Yaa, otomatis aku ngadunya sama sapa lagi? Kan ke Allah." (W1.I2.642-6448)

Pada informan VNA, perubahan spiritualitas sangat dirasakannya pada masa ini dibandingkan dahulu. Menurutnya, kebahagiaan yang dialami VNA saat ini lebih terasa kuat dikarenakan adanya pendekatan diri ke Allah, ibadah, dan juga rasa syukur yang disampaikannya.

"... mungkin dulu kan, ee.. aku juga ngerasa mungkin di saat itu juga aku bahagia, cuman ini tuh rasanya beda kali ya. Mungkin karena kebahagiaanku melibatkan Allah. Kalo dulu kan bahagia ya sebatas, oh aku jajan, aku punya duit, aku bisa beli ini itu udah" (W1.I3.493-497)

"Nah sekarang tuh karena, ee, karena oh, ketika bahagia, ketika kamu dikasi kenikmatan itu kamu bersyukur, kamu jangan lupa pas, pas sholat tu, ya Allah, Alhamdulillah, hari ini dikasi ini, dikasi itu, terimakasih banyak atas hikmat yang diberikan hari itu. Setiap aku habis sholat, aku ngucapin itu. Karena emang, bahagianya itu beda aja gitu. Mungkin karena sudah, sudah paham makna bersyukur, makna sebagai seorang hamba juga gitu kali ya. Meskipun kelihatannya sederhana, tapi menurutku itu tu mewah banget, gitu lho. Karena sudah melibatkan Allah itu tadi sih." (W1.I3.500-511)

Tabel 4.6 Ringkasan Aspek *Post-traumatic Growth*

Aspek	DF	NA	VNA
Penghargaan terhadap hidup dan perubahan prioritas	Informan menghargai diri dengan mengubah cara penyelesaian masalahnya	Informan mengambil langkah untuk lebih mencintai dirinya, serta menetapkan tujuan yang ingin diraih	Informan mengapresiasi hal-hal sederhana dalam hidupnya, seperti waktu dengan keluarga dan rutinitas rumah
Hubungan dengan orang lain	Informan lebih terbuka untuk menceritakan masalah dan mencari solusi kepada temannya	Informan memiliki orang yang dipercayai sebagai tempat berkeluh-kesah	Informan puas dengan dukungan yang diberikan suami dan keluarganya
Kekuatan dalam diri yang lebih besar	Informan memotivasi diri sendiri untuk dapat melewati kesulitannya	Informan membuat kejadian traumatis menjadi dorongan untuk berprestasi	Informan memotivasi diri untuk melewati hal yang sulit dengan adanya harapan ke masa depan
Kemungkinan baru	Informan tidak terpaku pada masa lalu	Informan ingin mengambil kesempatan untuk meningkatkan diri	Informan menganggap keluarganya merupakan suatu kemungkinan baru di kebahagiaannya
Peningkatan spiritualitas	Informan lebih mendekatkan diri ke Allah	Informan lebih membuka diri kepada Allah	Informan lebih bersyukur dan bahagia pada Allah

Dari penjelasan tersebut, dapat disimpulkan ketiga informan menunjukkan aspek-aspek dari proses *post-traumatic growth* dengan optimal, yaitu adanya apresiasi yang lebih besar terhadap kehidupannya serta lebih mencintai diri sendiri dan fokus kepada perkembangan diri, adanya keterbukaan dari yang tidak mau bercerita hingga mau membangun hubungan yang berkualitas, adanya kekuatan dalam diri yang lebih besar untuk memotivasi dalam menjalani kesulitan, mengambil kemungkinan baru dan tidak terjebak di masa lalu, serta mengalami peningkatan spiritualitas dengan mendekatkan diri, membuka diri dan bersyukur kepada Allah. Ketiganya menunjukkan telah mengalami *post-traumatic growth* dari pengalaman traumatis *bullying*.

D. Pembahasan

1. Dampak *Bullying*

Seperti yang dikemukakan sebelumnya pada bagian teori, dalam jangka pendek *bullying* dapat menimbulkan perasaan tidak aman, takut pergi ke sekolah, merasa terisolasi, perasaan harga diri yang rendah, depresi atau bahkan menderita stress yang dapat berakhir bunuh diri. Sedangkan dalam jangka panjang, korban *bullying* dapat menderita masalah gangguan emosional dan perilaku (Prasetya, 2017). Dalam penelitian ini, dampak dari *bullying* dirasakan oleh para informan, baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang, yaitu rasa sedih, dikucilkan, dan trauma jangka panjang.

Ketiga responden melaporkan mengalami rasa sedih, mental yang *down*, ataupun sakit hati akibat perlakuan *bullying* yang dihadapi. Informan DF merasa sedih hingga mempertanyakan mengapa harus dirinya yang menjadi korban *bullying*. Informan NA merasa sedih hingga memilih untuk diam dan mengurung diri di dalam kamarnya. Sedangkan, informan VNA merasa sakit hati hingga masih mengingat kejadiannya hingga masa dewasa. Hal ini menunjukkan bahwa *bullying* dapat memberikan dampak negatif terhadap keadaan emosional dan suasana hati informan.

Rasa dan perilaku dikucilkan juga dirasakan oleh para responden, terutama informan NA dan VNA. Dikarenakan kejadian *bullying* tersebut, kedua informan merasa dijauhi oleh teman-temannya dan merasa tidak memiliki tempat untuk bercerita. Hal ini membuat para informan memilih untuk diam dan memendam perasaan yang dialaminya. Selain itu, informan juga tidak memiliki teman ataupun orang yang dapat dipercaya pada masa *bullying* terjadi. Informan NA tidak dapat memercayai anak dari adik ayahnya sebagai tempat cerita, dan informan VNA juga melaporkan bahwa tidak ada satupun teman kelasnya yang mau membela saat ia sedang mengalami *bullying*.

Secara jangka panjang, dampak *bullying* ini dapat menyebabkan adanya trauma, yaitu rasa malu dan takut. Informan DF merasa malu ketika diejek oleh pelaku *bullying* di depan teman-teman lainnya, yang dapat membuat kepercayaan diri seseorang menurun. Informan NA merasa trauma berbentuk ketakutan kepada orang-orang di lingkungan rumah

tempat *bullying* terjadi, sehingga membuatnya menjadi orang yang pendiam dan tidak mau bersosialisasi pada orang rumahnya hingga saat ini. Informan VNA mengalami trauma dalam bentuk ketakutan pula, yang dirasakan hingga saat ia menikah dengan suaminya. VNA mudah merasa takut saat dalam argumen dan juga tidak mampu untuk melakukan konfrontasi kepada orang lain karena takut untuk dijauhi.

Hasil penelitian ini juga sesuai dengan penelitian dari Eyoboglu et al. (2021) yang menemukan bahwa *bullying* dapat berdampak buruk dalam kesehatan mental para korban. Hal ini bahkan dapat berdampak secara jangka panjang pada kondisi mental para individu hingga dewasa. Individu yang menjadi korban akan lebih mudah untuk merasa tertekan, depresi, dan khawatir secara berlebihan saat menghadapi berbagai situasi sehari-hari. Hal ini sesuai dengan hasil dari wawancara informan, yang merasakan kesehatan mental yang lebih *down*, rasa sedih, dan juga ketakutan secara jangka panjang.

2. Proses *Post-traumatic Growth*

Menurut teori oleh Tedeschi dan Calhoun (2004), individu akan mengalami proses dan tahapan tertentu untuk menuju *post-traumatic growth*. Hal ini meliputi proses karakteristik personal, perenungan, dukungan dan keterbukaan, mengolah emosi negatif, proses kognitif dan berkembang, hingga tercapai kebijaksanaan.

a. Karakteristik Personal

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Costa & Mc Crae dalam (Calhoun & Tedeschi, 2004), terdapat beberapa karakteristik personal yang dapat menunjang untuk mengalami proses *post-traumatic growth* yang lebih positif, yaitu kepribadian *extrovert* dan optimisme. Individu dengan kecenderungan ini akan lebih memperhatikan emosi positifnya daripada emosi negatifnya meskipun berada pada situasi yang sulit, serta lebih mudah memperhatikan apa yang penting bagi mereka dan terlepas dari keadaan yang tidak terkontrol, yang kemudian dapat membantu mereka memahami dan menciptakan perubahan positif dalam diri mereka (*post-traumatic growth*).

Sesuai dengan teori ini, para informan cenderung memiliki kepribadian yang mendorong mereka untuk mengalami proses *post-traumatic growth* secara lebih baik. Informan DF merupakan orang yang *introvert*, namun adalah orang yang optimis. Informan NA adalah orang yang *extrovert* dan suka mencoba hal baru untuk menenangkan pikirannya. Informan VNA adalah orang yang cenderung penakut, namun juga memiliki kepribadian *extrovert*. Karakteristik personal dari para individu ini mungkin dapat memengaruhi proses *post-traumatic growth* menjadi orang yang lebih positif dan terbuka dalam penyelesaian masalahnya.

b. Perenungan

Dalam penelitian Henson et al. (2021), perenungan merupakan salah satu proses positif dalam menuju *post-traumatic growth*. Hal ini karena

kehadiran perenungan yang disengaja setelah suatu peristiwa terjadi adalah bukti dari proses untuk memahami dan rekonstruksi yang berkelanjutan dari representasi seseorang tentang dunia selama periode waktu yang lama, sehingga tingkat perkembangan diri akan lebih tinggi.

Sesuai dengan teori ini, ketiga informan juga menunjukkan adanya perenungan yang menuju ke perkembangan yang lebih baik. Informan DF melakukan perenungan untuk dapat memberanikan diri dalam menyelesaikan masalahnya. Informan NA melakukan perenungan untuk maju dalam kehidupannya dan lebih termotivasi untuk mencapai tujuannya. Informan VNA melakukan perenungan untuk memahami *bullying* yang dialaminya dan lebih mengembangkan empati untuk memahami kondisi orang lain.

Dari ketiga pengalaman informan, dapat dinyatakan bahwa perenungan tersebut membantu para informan untuk memahami permasalahan yang dialami dan mencari solusi yang sesuai dengan para informan. Solusi ini dapat dengan melakukan konfrontasi, mengubah rasa sakit hati dan amarah menjadi motivasi untuk mencapai suatu hal, ataupun mengembangkan empati dan kesabaran dalam menjalani kehidupan. Semua hal ini menunjukkan perubahan ke arah yang positif, di mana para individu lebih mendorong diri untuk mengembangkan dan keluar dari masalah *bullying* yang dihadapinya.

c. Dukungan dan Keterbukaan

Adanya lingkungan yang suportif dan kemauan individu untuk membuka diri dapat meningkatkan proses *post-traumatic growth* yang lebih positif. Individu yang terbuka terhadap lingkungan mengenai masalahnya beserta lingkungan yang suportif dan mau membantu individu berkembang, dapat menjadi landasan yang berperan terhadap perkembangan individu (Henson et al., 2021). Sesuai dengan teori ini, para informan dalam penelitian ini juga menunjukkan adanya perubahan yang lebih baik dengan adanya keterbukaan dan dukungan sosial dari orang terdekat.

Informan DF menyatakan bahwa ketika mengetahui kasus *bullying*, terdapat teman yang memotivasinya dan memberikan dukungan supaya ia dapat merasa lebih baik dan positif. Informan NA juga memiliki dukungan yang membuatnya menjadi lebih terpacu dan termotivasi untuk meraih impiannya dari orang sekitar dan juga gurunya yang mengetahui bahwa ia kesulitan. Informan VNA memiliki suami yang suportif dan mau untuk membantunya menjadi orang yang lebih baik lagi untuk mengatasi trauma dari *bullying*.

Pengalaman dari ketiga informan mendukung teori yang dikemukakan, bahwa adanya keterbukaan dari informan untuk menceritakan kesulitan akibat *bullying* dan pemberian dukungan sosial dari orang terdekat dapat mendorong para informan untuk berkembang secara positif. Dukungan ini dapat menjadi motivasi bagi para informan untuk

menjadi orang yang lebih baik, serta dapat membantu para informan untuk mengatasi trauma ataupun dampak negatif dari *bullying*.

e. Mengolah Emosi Negatif

Adanya perubahan cara pandang dan strategi untuk mengolah emosi negatif menjadi hal yang lebih positif juga dapat mendukung proses *post-traumatic growth* dari individu. Biasanya hal ini diikuti dengan adanya penerimaan mengenai kejadian yang dialami, sehingga memberikan rasa menghibur dalam mengatasi dampak negatif dari kejadian traumatis yang dirasakan (Henson et al., 2021). Adanya pengolahan emosi negatif ditunjukkan oleh para informan dalam penelitian ini sebagai salah satu tahap untuk menerima kejadian *bullying* yang mereka hadapi.

Pengolahan emosi ditunjukkan informan DF dengan bersabar dan melupakan kejadian tersebut supaya tidak menyebabkan rasa dendam. Informan NA juga menyatakan adanya cara pengolahan emosi negatif yang lebih baik untuk mengatur emosi seperti kemarahan. Informan VNA menyatakan pengolahan emosi dengan berdamai kepada diri sendiri, terutama rasa takut yang dialami akibat trauma *bullying*. Ketiga informan menunjukkan proses peningkatan dalam mengolah emosi negatif menjadi hal yang lebih positif. Ketiga informan juga menunjukkan penerimaan serta kerelaan untuk tidak memegang dendam terhadap apa yang terjadi. Walaupun masih mengingatnya dan merasa sakit hati akibat hal tersebut, namun ketiga informan cenderung memiliki sifat yang memaafkan dan ingin melanjutkan kehidupannya dengan lebih positif.

f. Proses Kognitif dan Berkembang

Proses yang menunjang *post-traumatic growth* adalah adanya rekonstruksi kepercayaan atau proses kognitif, yang dilakukan untuk berkembang. Individu dapat menyadari bahwa beberapa representasi dan keyakinan individu tidak lagi mencerminkan dunia secara realistis. Proses kognitif inilah yang akan memungkinkan individu untuk menetapkan tujuan hidup baru untuk berkembang menjadi individu yang lebih maju (Henson et al., 2021).

Informan DF dapat belajar dari pengalamannya untuk mencari solusi dari permasalahan yang dihadapi. Informan NA menetapkan suatu tujuan untuk menggapai suatu prestasi supaya menjadi individu yang lebih baik. Informan VNA mengubah cara berpikir sehingga memahami bahwa ia tidak dapat mengatur perilaku orang lain. Ketiga informan menunjukkan bahwa terdapat perubahan proses kognitif dari kejadian negatif yaitu *bullying* yang dihadapi. Jika ditelaah, maka ketiga respon tersebut menunjukkan adanya perkembangan ke arah yang positif, di mana individu tidak hanya memikirkan mengenai dampak negatif *bullying*, tetapi juga bagaimana untuk belajar dari pengalaman mereka dan menerapkannya pada kehidupan saat ini ataupun pada masa depan.

g. Kebijaksanaan

Hasil kekuatan karakter yang cenderung menunjukkan pertumbuhan setelah adanya proses *post-traumatic growth* adalah aspek karakter yang berhubungan dengan kebijaksanaan, yang meliputi kerendahan hati,

keterbukaan pikiran terhadap beragam perspektif tentang suatu masalah, memahami berbagai cara di mana situasi dapat terungkap, dan empati. Dapat dikatakan bahwa kebijaksanaan adalah karakter akhir yang didapatkan dari proses *post-traumatic growth* (Jayawickreme et al., 2022b).

Para informan pada penelitian ini juga nampaknya menunjukkan kebijaksanaan sebagai hasil dari proses *post-traumatic growth*, terutama dalam memandang permasalahan *bullying* yang mereka hadapi. Informan DF mau memaafkan pelaku *bullying* dan dari pengalamannya ia mengingatkan diri untuk tidak melakukan *bullying* yang sama terhadap orang lain. Informan NA belajar bahwa terdapat bahwa sesuatu yang buruk akan mendapat karma tersendiri, sehingga rasa dendam ataupun hal-hal negatif tidak perlu ia lakukan.

Informan VNA lebih berfokus pada respon dirinya dan bagaimana ia berperilaku, daripada menuntut orang lain untuk berubah. Walaupun orang lain membenci atau mengejeknya, informan VNA merasa bahwa ia memiliki kendali untuk merespon kepada orang-orang tersebut, sehingga tidak terlarut dalam emosi yang negatif. Ketiga informan ini menunjukkan adanya kebijaksanaan untuk dapat mengambil pelajaran dalam mengembangkan diri sendiri. Selain itu pula, ketiga informan nampak telah *move-on* atau merasa tidak perlu untuk mengungkit-ngungkit masalah yang telah terlewati.

3. Faktor yang Memengaruhi *Post-Traumatic Growth*

Menurut teori sebelumnya yang dikemukakan oleh Asiyah & Amalia (2020), terdapat dua macam faktor yang mempengaruhi *posttraumatic growth* yaitu faktor internal dan eksternal individu. Faktor eksternal meliputi dorongan dan motivasi serta dukungan dari orang-orang terdekat sehingga memicu penguatan, sedangkan faktor internal meliputi faktor peningkatan spiritualitas, kekuatan dalam diri dan relasi sosial yang semakin baik. Faktor pendukung ini juga ditemukan pada para informan di penelitian ini.

Faktor eksternal dikemukakan para partisipan mengenai dukungan yang didapatkannya, sehingga dapat memicu motivasi dan perkembangan diri para informan secara lebih baik. Informan DF mendapat dukungan dari teman sekelas mengenai *bullying* yang dialami, sehingga membantunya untuk dapat memaafkan dan menguatkan dirinya. Informan NA mendapat dukungan dari keluarga lain dan juga guru di sekolahnya, yang memberikan kasih sayang kepada dirinya dan memicunya untuk tetap termotivasi dalam mencapai tujuan hidupnya. Informan VNA mendapat dukungan dari suaminya yang berusaha membantunya untuk menghadapi rasa ketakutan akibat trauma *bullying*.

Faktor internal yang berasal dari dalam diri para informan juga ditunjukkan, terutama mengenai kekuatan yang ada dalam diri saat mengatasi masalah mereka, serta kepercayaan spiritualitas yang membantu mereka pula. Informan DF memiliki kekuatan dalam diri

berupa keberanian yang kuat, yang dapat mendorongnya untuk menyelesaikan masalah *bullying* yang dihadapi. Informan DF juga memiliki kepercayaan kepada Allah yang membantunya dalam menyelesaikan masalahnya. Informan NA juga memiliki dorongan atau motivasi dalam diri untuk mencapai prestasinya, serta melakukan pendekatan diri pada Allah untuk mengatasi masalahnya. Informan VNA memiliki kesenangan membaca yang memotivasinya dalam berkembang, serta mengatasi masalahnya.

4. Aspek *Post-Traumatic Growth*

Menurut Ramos & Leal (2013) terdapat 5 aspek yang menggambarkan bahwa seorang individu telah mencapai *post-traumatic growth*, yang juga digambarkan oleh para informan, hal ini akan dijelaskan sebagai berikut.

a. Penghargaan terhadap Hidup dan Perubahan Prioritas

Penghargaan terhadap hidup dan adanya perubahan prioritas adalah proses di mana prioritas seseorang mengalami pergeran dengan seiring berjalannya waktu. Para individu mengembangkan apresiasi yang lebih besar untuk apa yang masih dimiliki, dan mengubah pandangan mengenai yang awalnya dianggap tidak memiliki arti menjadi sesuatu yang bermakna; sehingga individu berkembang menjadi seseorang yang lebih baik (Dewi & Valentina, 2020).

Sesuai dengan penjelasan tersebut, para informan juga telah menunjukkan adanya apresiasi terhadap kehidupannya, sehingga memiliki makna hidup yang lebih positif dari pengalaman *bullying* yang dihadapi sebelumnya. Informan DF menghargai diri dengan mengubah cara penyelesaian masalahnya. Sebelumnya, informan DF cenderung memiliki penyelesaian permasalahan yang menurutnya buruk, yaitu memendam perasaannya sendiri. Namun, saat ini, informan DF dapat mengubah kebiasannya itu untuk lebih membuka diri dan meminta bantuan kepada orang lain.

Informan NA mengambil langkah untuk lebih mencintai dirinya, serta menetapkan tujuan yang ingin diraih. Dari peristiwa *bullying* yang dialami, informan merasa bahwa ia harus lebih mencintai diri sendiri dan belajar mengenai cara yang efektif untuk menyelesaikan masalahnya. Selain itu, informan NA juga tidak berlarut dalam dampak negatif dari *bullying*, dan sebaliknya berfokus untuk menetapkan dan meraih tujuan yang telah ditetapkannya.

Informan VNA mengapresiasi mengenai hal-hal sederhana dalam hidupnya. Informan VNA merasa bahwa untuk merasa bahagia, ia tidak perlu melakukan hal-hal spektakular, namun hanya menghabiskan waktu dengan keluarga saja telah membuatnya puas dan bersyukur terhadap kehidupannya. Selain itu, informan VNA juga menikmati melakukan aktivitas rutinitas rumah, seperti

mencuci dan bersih-bersih. Hal ini menunjukkan bahwa informan VNA mengapresiasi hal kecil di kehidupannya, dan lebih berfokus pada keluarga dan tugasnya sebagai ibu rumah tangga, dibandingkan terlarut dalam dampak negatif dari *bullying*.

b. Hubungan dengan Orang Lain

Indikator lain dari *post-traumatic growth* adalah adanya perubahan hubungan dengan orang lain. Individu akan mengalami kualitas hubungan yang lebih baik, lebih terbuka, dan mampu untuk menjalin relasi yang bermakna dengan orang lain. Individu juga akan mengembangkan perasaan empati dan mau membantu terhadap sesama, sebagai bagian dari proses perkembangan diri (Dewi & Valentina, 2020).

Sesuai dengan teori tersebut, ketiga informan melaporkan adanya peningkatan kualitas dalam hubungan yang terjalin setelah melewati proses perkembangan diri dari peristiwa *bullying* yang dialami. Informan DF menjadi lebih terbuka untuk menceritakan masalah dan mencari solusi kepada teman-temannya. Hal ini merupakan suatu peningkatan, dimana sebelumnya, informan DF cenderung menyimpan masalah sendiri dan menghindari interaksi sosial dengan orang lain. Namun, setelah berjalannya waktu serta melalui proses *post-traumatic growth*, informan DF mulai lebih membuka diri kepada orang lain, memiliki hubungan yang

bermakna dengan teman-temannya, serta dapat menceritakan masalah yang dialaminya.

Informan NA menyatakan bahwa dalam melewati dampak negatif dari *bullying*, informan lebih terbuka kepada orang lain dan memiliki orang yang dipercayai sebagai tempat berkeluh-kesahnya. Pada konteks ini, informan dapat menjalin hubungan yang bermakna dengan pasangan yang selalu mendukungnya, dan juga teman-temannya setelah kejadian *bullying* tersebut berlalu. Selain itu, informan NA juga terbuka dan mau mendengarkan ataupun memiliki kualitas hubungan yang dekat dengan orang-orang yang dipercayainya tersebut.

Informan VNA juga dapat menjalin hubungan yang memuaskan dengan suami dan keluarganya. Walaupun mengalami konflik pada awal pernikahannya karena banyak pertikaian akibat ketakutan berlebihan dari VNA sebagai respon traumatis dari *bullying*, namun VNA tetap mencoba untuk membuka diri dan mendengarkan nasihat dari sang suami. Suami VNA juga terus mendukung perkembangan VNA ke arah yang lebih baik, dan saat ini VNA telah mencatat adanya perubahan dirinya ke arah yang lebih baik, dan juga memiliki hubungan yang lebih harmonis dengan sang suami serta anaknya.

c. Kekuatan dalam Diri yang Lebih Besar

Post-traumatic growth juga ditandai dengan adanya kemampuan untuk mengenali dan mengembangkan kekuatan dari dalam diri menjadi lebih besar. Hal ini ditandai dengan individu mampu dan memiliki keberanian untuk menghadapi masalah yang dihadapinya (Dewi & Valentina, 2020). Sesuai dengan deskripsi ini, para informan juga menunjukkan aspek adanya pengenalan dan menggunakan kekuatan dalam diri secara lebih besar untuk mengatasi masalahnya.

Informan DF menggunakan kekuatan dalam diri untuk memotivasi diri sendiri. Motivasi ini berupa kata-kata yang diucapkan kepada diri sendiri, dalam upaya untuk dapat melewati permasalahan yang dialaminya. Informan NA mengoptimalkan kemampuan dalam diri dengan menjadikan kejadian *bullying* sebagai motivasi untuk mencapai tujuannya dan untuk menggapai prestasi yang diinginkan. Informan VNA mengoptimalkan harapannya yang positif ke masa depan sebagai salah satu pengembangan kekuatan dalam diri. Walaupun merasa kesulitan saat masa-masa tertentu, namun VNA tetap teguh dan mengembangkan kekuatan diri dengan melihat ke masa depan.

d. Kemungkinan Baru

Pada aspek ini, individu dengan *post-traumatic growth* akan dapat mengenali, serta mau mengambil kemungkinan baru dalam

hidupnya untuk mencapai tujuan ataupun cita-cita mereka. Individu tidak akan terjebak dalam masa lalu dan memilih untuk berkembang dengan mengambil kesempatan yang ditawarkan (Dewi & Valentina, 2020). Aspek ini juga tergambar pada ketiga informan yang melihat ke depan dibandingkan menyesali apa yang terjadi di masa lalu.

Informan DF menyatakan bahwa jika terdapat kemungkinan untuk mengulang kejadian yang sama, ia menolaknya, dan memilih untuk meraih masa kini ataupun kemungkinan di masa depan. Informan tidak mau terjebak ataupun terpaku pada apa yang terjadi, karena hal tersebut hanyalah akan berdampak negatif pada dirinya.

Informan NA juga memiliki orientasi ke masa depan, di mana ia selalu ingin meningkatkan dirinya menjadi orang yang lebih dipandang secara positif. Salah satunya, ketika membahas mengenai pekerjaan, informan NA menyatakan kesediaannya untuk mengambil kesempatan kerja di masa depan, terutama jika terdapat kesempatan kerja Pegawai Negeri Sipil (PNS). Salah satunya juga informan NA ingin membuktikan bahwa dirinya mampu, dan tidak seperti apa yang dikatakan orang-orang yang melakukan *bullying* terhadapnya.

Informan VNA juga terbuka terhadap kemungkinan baru, yaitu saat ia menikah. Menurutnya, dengan adanya pertemuan dengan suaminya, pernikahan, hingga membangun keluarga dengan

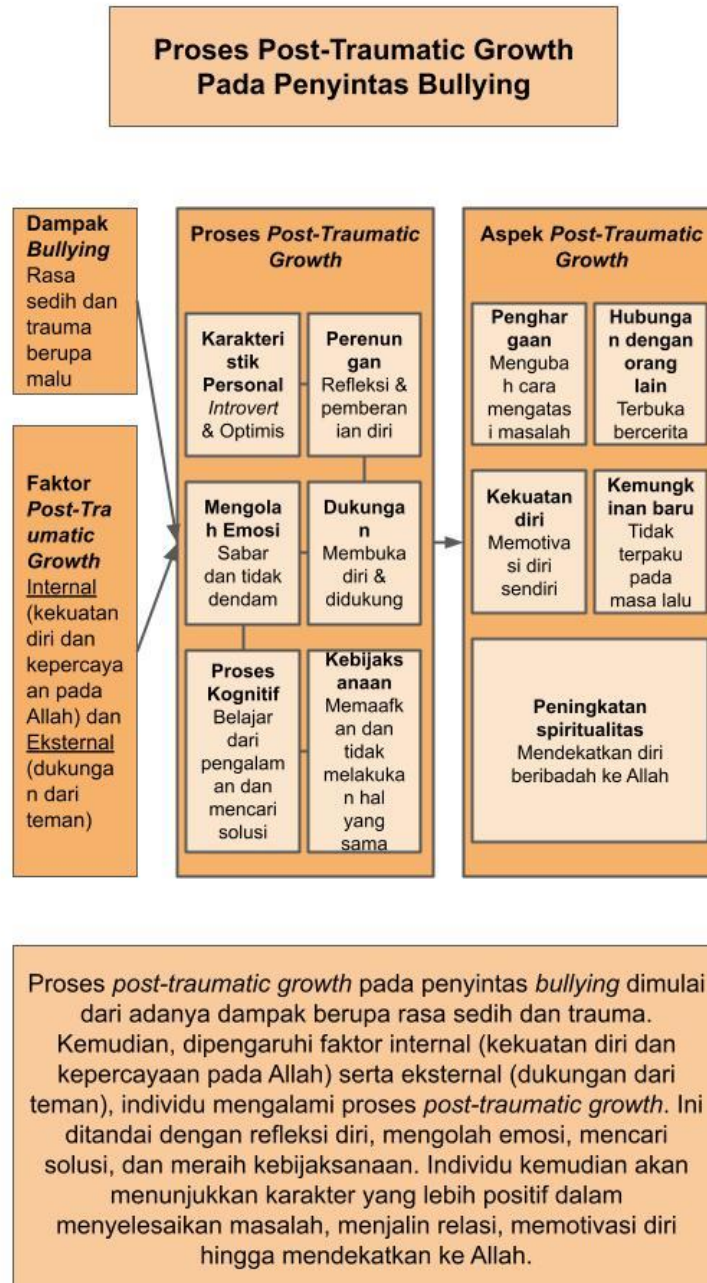
memiliki anak adalah salah satu kemungkinan baru di kehidupannya yang berkontribusi terhadap rasa bahagia dalam kehidupannya saat ini. Maka dari itu, informan VNA sangat puas dan mengapresiasi sumber kebahagiaannya yang tidak dirasakannya pada masa lalunya.

e. Peningkatan Spiritualitas

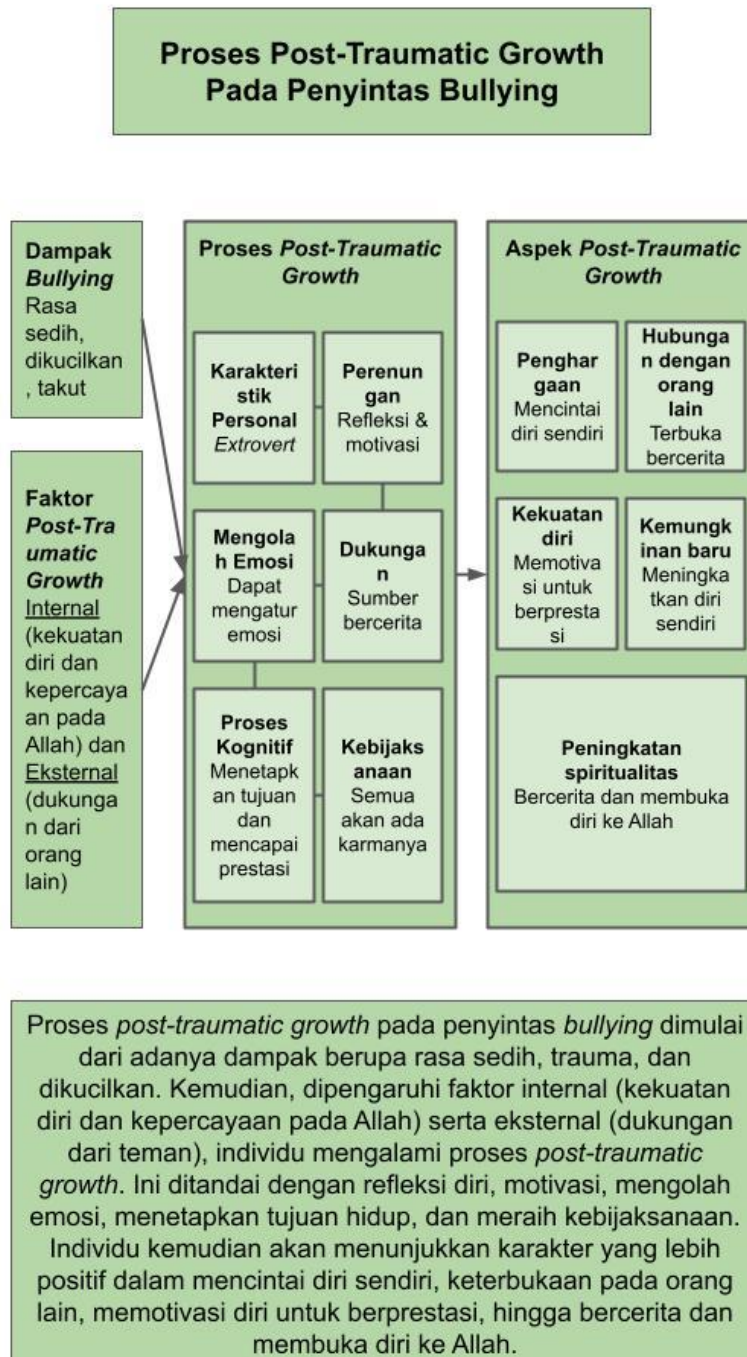
Aspek terakhir dari *post-traumatic growth* adalah adanya peningkatan spiritualitas, yaitu ditandai dengan keterbukaan diri terhadap Tuhan. Hal ini dapat ditunjukkan melalui ibadah yang dilakukan, seperti berdoa, ataupun menyerahkan diri kepada kehendak dari Tuhan dalam menghadapi masalahnya (Dewi & Valentina, 2020). Ketiga informan menyatakan hal yang serupa ketika melihat kehidupannya saat ini dibandingkan saat dahulu mendapatkan perlakuan *bullying*.

Informan DF menyatakan bahwa terdapat peningkatan kepercayaan spiritualitasnya terhadap Allah. Informan merasa lebih mendekatkan diri dibandingkan saat dahulu mengalami peristiwa *bullying*. Informan NA juga menyatakan hal yang sama, yaitu lebih terbuka terhadap Allah, terutama dalam menyelesaikan masalahnya. Hal ini terutama dirasakannya ketika mengalami kejadian *bullying* dan tidak memiliki satupun tempat untuk bercerita. Informan kemudian menyerahkan diri dan berdoa kepada Allah serta menjalani ibadah yang lebih baik.

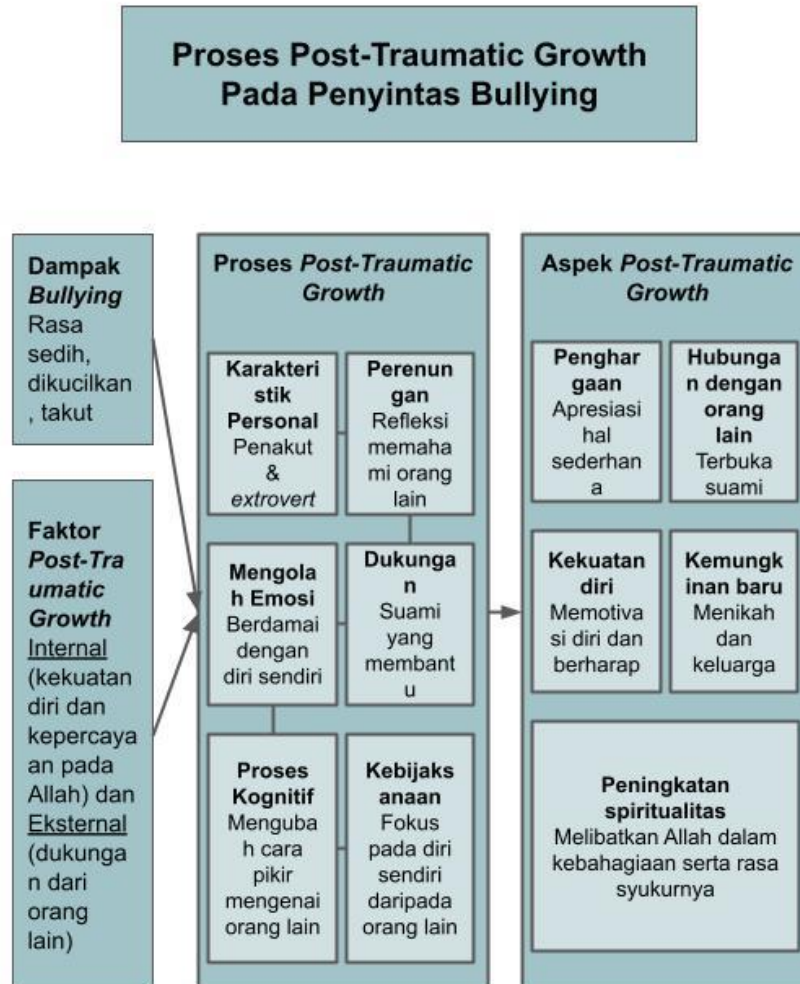
Informan VNA juga menyatakan rasa syukur dan kebahagiaannya yang dirasakan saat mendekati diri kepada Allah. Informan menyatakan adanya perbedaan rasa bahagia saat ini dibandingkan masa lalunya, dikarenakan saat ini ia telah melibatkan Allah dalam segala aktivitasnya. Hal ini dijelaskan lebih lanjut bahwa informan sering mengucapkan syukur dan berserah kepada jalan Allah mengenai kehidupannya saat ini, sehingga ia merasakan kebahagiaan yang lebih besar.



Gambar 4.2 Proses *Post-Traumatic Growth* pada penyintas *bullying* pada informan DF



Gambar 4.3 Proses *Post-Traumatic Growth* pada penyintas *bullying* pada informan NA



Proses *post-traumatic growth* pada penyintas *bullying* dimulai dari adanya dampak berupa rasa sedih, trauma, dan dikucilkan. Dipengaruhi faktor internal (kekuatan diri dan kepercayaan pada Allah) serta eksternal (dukungan dari teman), individu mengalami proses *post-traumatic growth*. Ini ditandai dengan memahami orang lain, mendapat bantuan dari suami, berdamai dengan diri, mengubah cara pikir, dan fokus kepada diri sendiri. Individu akan menunjukkan karakter yang lebih positif dalam bersyukur pada hal yang dimiliki, terbuka pada pasangan, memotivasi diri, dapat menjalin pernikahan yang baik, serta bersyukur pada Allah.

Gambar 4.4 Proses *Post-Traumatic Growth* pada penyintas *bullying*

pada informan VNA

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Dapat disimpulkan bahwa ketiga informan telah melalui proses *post-traumatic growth* yang menunjukkan perkembangan diri ke arah lebih positif setelah mengalami *bullying*. Proses *post-traumatic growth* dari penyintas *bullying* pada ketiga informan diawali dengan adanya dampak negatif dari *bullying*, yang meliputi rasa sedih dan sakit hati, perasaan dikucilkan, hingga trauma dengan merasa malu ataupun takut saat berelasi dengan orang lain. Selain dampak *bullying*, terdapat faktor yang memengaruhi *post-traumatic growth* dari ketiga informan, yaitu adanya faktor internal berupa kekuatan diri dan kepercayaan spiritualitas, serta faktor eksternal berupa adanya dukungan sosial di sekitar informan.

Hal ini memicu adanya proses *post-traumatic growth*, yang juga dimulai dari adanya karakteristik personal seperti sifat yang optimis dan *extrovert*. Kemudian, para informan mulai menunjukkan perkembangan diri mulai dari adanya kemampuan untuk merefleksikan kejadian negatif, mendapatkan bantuan orang lain, mengolah emosi negatif menjadi hal yang positif, mengubah cara pikir sehingga dapat termotivasi untuk suatu tujuan, hingga akhirnya mencapai kebijaksanaan dengan memiliki cara pandang yang tidak terpaku pada masa lalu. Peraihan *post-traumatic growth* kemudian ditandai dengan beberapa aspek yang berkisar pada peningkatan hidup individu. Informan lebih menghargai diri sendiri, membuka diri dan membangun relasi

yang bermakna, mampu mendorong diri sendiri, mengambil kesempatan baru dalam kehidupan, dan semakin mendekatkan diri ke Allah.

B. Saran

Saran yang dapat diberikan dari hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagi Korban Penyintas *Bullying*

Dari hasil penelitian, ditemukan bahwa proses dari *post-traumatic growth* dapat menyebabkan perkembangan diri menuju ke arah yang lebih positif dibandingkan terlarut pada dampak negatif dari *bullying*. Para korban *bullying* dapat mencoba menerapkan proses *post-traumatic growth* untuk mengatasi dampak negatif dari *bullying*. Hal ini dapat dilakukan dengan memaknai kejadian *bullying* yang terjadi, mengambil hal yang dapat ditingkatkan, memotivasi diri, serta mengubah cara pikir untuk lebih berfokus pada pengembangan diri sendiri bahwa bukan korban *bullying* yang salah, akan tetapi pada diri pem-*bully* itu lah yang bermasalah. Para korban juga dapat membuka diri kepada orang terpercaya untuk mendapat dukungan sosial dan bantuan untuk penyelesaian masalah korban.

2. Bagi Pihak Konselor dan Guru

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kasus *bullying* mayoritas terjadi sejak usia dini di lingkungan sekolah, terutama jenjang SD dan SMP. Maka, peran guru dan konselor di sini sangatlah penting untuk melakukan mitigasi dalam mengenali *bullying* yang terjadi di sekolah dan mengambil langkah untuk mengatasinya. Guru dan konselor juga dapat menerapkan langkah-langkah dari *post-traumatic growth* dan memberikan intervensi ataupun

dukungan bagi para korban *bullying* supaya tidak terdampak negatif dari trauma yang dialaminya.

3. Bagi Masyarakat

Hasil dari penelitian menunjukkan bahwa lingkungan sekitar masih menganggap bahwa *bullying* adalah sesuatu hal yang biasa dan wajar. Diharapkan masyarakat memahami bahwa *bullying* mempunyai dampak yang cukup serius terhadap *psikis* korban. Terutama bagi orang terdekat korban *bullying* seperti keluarga, diharapkan untuk selalu memberi dukungan kepada para korban *bullying* dan tidak menganggap remeh hal tersebut.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian selanjutnya dapat menggali lebih dalam kembali mengenai proses *post-traumatic growth* pada korban penyintas *bullying*. Penelitian selanjutnya dapat lebih memperdalam aspek-aspek yang dapat memengaruhi proses *post-traumatic growth* tersebut, seperti lama *bullying*, bentuk *bullying*, ataupun aspek lainnya. Selain itu, informan pada penelitian ini semuanya adalah perempuan dengan usia 24 hingga 25 tahun. Penelitian selanjutnya dapat menggunakan sampel yang lebih beragam, seperti pada jenis kelamin laki-laki, ataupun usia lainnya seperti usia 18 tahun hingga 25 tahun untuk dapat melihat perbandingan penyelesaian masalah secara lebih kaya.

DAFTAR PUSTAKA

- Ambarwati, D. A. (2014). *Dinamika Psikologis Korban Bullying Di Smp Negeri 1 Seyegan* [Universitas Negeri Yogyakarta]. <https://core.ac.uk/download/pdf/33511602.pdf>
- Ariobimo, N. (2008). *Bullying: Mengatasi Kekerasan di Sekolah dan di Lingkungan Sekitar Anak*. PT. Grasindo.
- Asiyah, S. nur, & Amalia, R. (2020). Post Traumatic Growth pada Wanita yang Bercerai. *Indonesian Psychological Research*, 2(1), 22–28. <https://doi.org/10.29080/ipr.v2i1.218>
- Burke, J., & Ph, D. (2016). *Post Traumatic Growth : Examining an Increase of Optimism Amongst Targets of Bullying in Ireland*. 16(2).
- Calhoun, L. G., & Tedeschi, R. G. (2004). The Foundations of Posttraumatic Growth: New Considerations. *Psychological Inquiry*, 15(1), 93–102. https://doi.org/10.1207/s15327965pli1501_03
- Creswell, J. W. (2015). Penelitian Kualitatif & Desain Riset. *Mycological Research*, 94(4), 522.
- Dewi, C. I. A. L., & Valentina, T. D. (2020). Posttraumatic growth among adolescents victims of bullying. *Psikologia: Jurnal Pemikiran Dan Penelitian Psikologi*, 1(15), 13–24.
- Diggins, J. (2003). *Social Support and Posttraumatic Growth Following Diagnosis with Breast Cancer*. The University of Melbourne, Australia.
- Eyuboglu, M., Eyuboglu, D., Pala, S. C., Oktar, D., Demirtas, Z., Arslantas, D., & Unsal, A. (2021). Traditional school bullying and cyberbullying: Prevalence, the effect on mental health problems and self-harm behavior. *Psychiatry Research*, 297(January), 113730. <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2021.113730>
- Fadillah, A. A., Meidanty, C. A., Haniifah, F., Utami, N. K., Amalia, N., Endjid, P., Hasanah, R., Rahman, R. M., Kausar, R. A., & Setiawan, T. P. (2022). Perkembangan Psikologi Anak Karena Dampak Bullying. *Jurnal Riset Pendidikan Dan Pengajaran*, 1(2), 157–164. <https://doi.org/10.55047/jrpp.v1i2.225>
- Habibah, R. (2018). Resiliensi Akademik pada Penyintas Bullying di Pesantren [Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya]. In *Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya*. <http://content.ebscohost.com/ContentServer.asp?EbscoContent=dGJyMNLe8>

0Sep7Q4y9f3OLCmr1Gep7JSsKy4Sa6WxWXS&ContentCustomer=dGJyM
PGptk%2B3rLJNuePfgex43zx1%2B6B&T=P&P=AN&S=R&D=buh&K=1
34748798%0Ahttp://amg.um.dk/~media/amg/Documents/Policies and
Strategies/S

- Hajaroh, M. (2018). Paradigma, Pendekatan dan Metode Penelitian Fenomenologi. *Jurnal Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta*, 1–21.
- Hansen, S., Hansun, S., Setiawan, A. F., Podomoro, U. A., Rostiyanti, S., & Tesis, K. (2023). *Etika penelitian : teori dan praktik*. January.
- Harahap, E., & Ika Saputri, N. M. (2019). Dampak Psikologis Siswa Korban Bullying Di Sma Negeri 1 Barumun. *RISTEKDIK : Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 4(1), 68. <https://doi.org/10.31604/ristekdik.v4i1.68-75>
- Henson, C., Truchot, D., & Canevello, A. (2021). What promotes post traumatic growth? A systematic review. *European Journal of Trauma and Dissociation*, 5(4), 100195. <https://doi.org/10.1016/j.ejtd.2020.100195>
- Ian. (2022). *Pasca Kasus Bullying Siswa SD di Laweyan: Anak Masih Trauma, Orang Tua Waswas*. [Www.jawaposradarsolo.com](http://www.jawaposradarsolo.com). <https://radarsolo.jawapos.com/daerah/solo/23/09/2022/pasca-kasus-bullying-siswa-sd-di-laweyan-anak-masih-trauma-orang-tua-waswas/>
- Irmawan, R. F. (2019). *Nydrn, Tradisi Unik Masyarakat Jawa Sambut Ramadhan*. [GoodsNews From Indonesia](http://www.goodnewsfromindonesia.id). <https://www.goodnewsfromindonesia.id/2019/05/17/nyadran-tradisi-unik/amp>
- Jannah, N. M. (2020). *Hubungan Dukungan Sosial Suami Terhadap Pertumbuhan Pasca Trauma pada Ibu yang Memiliki Anak Autisme* (Vol. 21, Issue 1). Universitas Islam Indonesia Yogyakarta.
- Jayawickreme, E., Infurna, F. J., Alajak, K., Blackie, L. E. R., William, J., Chung, J. M., Dorfman, A., Fleeson, W., Forgeard, M. J. C., Frazier, P., Furr, R. M., Grossmann, I., Heller, A., Laceulle, O. M., Lucas, R. E., Luhmann, M., Luong, G., Meijer, L., Mclean, K. C., ... Tennen, H. (2022a). *HHS Public Access*. 89(1), 145–165. <https://doi.org/10.1111/jopy.12591>. Post-Traumatic
- Jayawickreme, E., Infurna, F. J., Alajak, K., Blackie, L. E. R., William, J., Chung, J. M., Dorfman, A., Fleeson, W., Forgeard, M. J. C., Frazier, P., Furr, R. M., Grossmann, I., Heller, A., Laceulle, O. M., Lucas, R. E., Luhmann, M., Luong, G., Meijer, L., Mclean, K. C., ... Tennen, H. (2022b). Post-traumatic growth as positive personality change: Challenges, opportunities, and recommendations. *J Pers*, 89(1), 145–165. <https://doi.org/10.1111/jopy.12591>. Post-Traumatic

- KPAI. (2020). *Sejumlah kasus bullying sudah warnai catatan masalah anak diawal 2020, begini kata komisioner KPAI*. 10 Februari 2020. <https://www.kpai.go.id/berita/sejumlah-kasus-bullying-sudah-warnai-catatan-masalah-anak-di-awal-2020-begini-kata-komisioner-kpai>
- Laksmi Dewi, C. I. A., & Susilawati, L. K. P. A. (2022). Kajian Fenomenologi Tentang Makna Bullying Dan Pencapaian Posttraumatic Growth Pada Mahasiswa Penyintas Bullying Di Bali. *Psikologi Konseling*, 20(1), 1369. <https://doi.org/10.24114/konseling.v20i1.36767>
- Lindstrom, C. M., Cann, A., Calhoun, L. G., & Tedeschi, R. G. (2013). The relationship of core belief challenge, rumination, disclosure, and sociocultural elements to posttraumatic growth. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 5(1), 50–55. <https://doi.org/10.1037/a0022030>
- Lintang, C., Mutiara, R., & Supradewi, R. (2023). *GAMBARAN SELF-COMPASSION PADA REMAJA*. 583–591.
- Malhotra, M., & Chebiyan, S. (2016). Posttraumatic Growth: Positive Changes Following Adversity-An Overview. *International Journal of Psychology and Behavioral Sciences*, 6(3), 109–118. <https://doi.org/10.5923/j.ijpbs.20160603.03>
- Malhotra, M., & Chebiyyam, S. (2016). Posttraumatic Growth: Positive Changes Following Adversity-An Overview. *International Journal of Psychology and Behavioral Science*, 6(3), 109–118. <https://doi.org/10.5923/j.ijpbs.20160603.03>
- Mawaddah, L. Z. S. (2018). *Posttraumatic Growth Pada Wanita Dewasa Madya Penderita Kanker Payudara*. http://digilib.uinsby.ac.id/26187/2/Lia_Zairoh_Siska_Mawaddah_J01214015.pdf
- Miles, M. B., Huberman, A. M., & Saldana, J. (2014). *Qualitative Data Analysis: A Methods Sourcebook* (H. Salmon (ed.); 3rd ed.). SAGE Publications.
- Novarini. (2013). *Harga Diri dan Perilaku Asertif Siswa Korban Bullying Ditinjau dari Gender di SD Harapan 1 Medan*. Universitas Medan Area.
- Novrian, A. (2017). HUBUNGAN ANTARA FUNGSI KELUARGA DENGAN KECENDERUNGAN PERILAKU BULLYING PADA REMAJA MUSLIM KELAS IX SMP NEGERI 3 PALEMBANG. In *Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang*. Universitas Islam Negeri Raden Fatah Palembang.
- Nurhadiyanto, L. (2020). Analisis Cyber Bullying Dalam Perspektif Teori Aktivitas Rutin Pada Pelajar Sma Di Wilayah Jakarta Selatan. *IKRA-ITH Humaniora*, 4(2), 113–124. <https://core.ac.uk/download/pdf/270194229.pdf>
- Prasetya, R. G. (2017). Optimisme Pada Siswa Korban Bullying. In *Universitas*

Muhammadiyah Surakarta. Universitas Muhammadiyah Surakarta.

- Ramos, C., & Leal, I. (2013). Posttraumatic Growth in the Aftermath of Trauma : A Literature Review About Related Factors and Application Contexts Posttraumatic Growth in the Aftermath of Trauma Posttraumatic Growth : Definition and Characterization of the Concept M. *Psychology, Community & Health*, 2(1), 43–54. <https://doi.org/10.5964/pch.v2i1.39>
- Ristyana, M. (2017). Pengaruh Resiliensi Terhadap Posttraumatic Growth Pada Penderita Diabetes Mellitus. In *Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim*. Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim.
- Sajida, F. (2017). Proses Post Traumatic Pada Dewasa Awal yang Orang Tuanya Bercerai [Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta]. In *Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta* (Vol. 2, Issue 1). <http://linkinghub.elsevier.com/retrieve/pii/S0167273817305726%0Ahttp://dx.doi.org/10.1038/s41467-017-01772-1%0Ahttp://www.ing.unitn.it/~luttero/laboratoriomateriali/RietveldRefinements.pdf%0Ahttp://www.intechopen.com/books/spectroscopic-analyses-developme>
- Salafudin, I. (2023). *Jadi Korban Perundungan di Sekolah, SSR Trauma. Orang Tua Laporkan ke Polisi*. [Www.Suaramerdekasolo.Com](http://www.Suaramerdekasolo.Com). <https://solo.suaramerdeka.com/solo-raja/pr-057188024/jadi-korban-perundungan-di-sekolah-ssr-trauma-orang-tua-laporkan-ke-polisi?page=2>
- Salim, & Syahrums. (2012). *METODOLOGI PENELITIAN KUALITATIF: Konsep dan Aplikasi dalam Ilmu Sosial, Keagamaan dan Pendidikan* (Haidir (ed.)). Citapustaka Media.
- Sestiani, R. A., & Muhid, A. (2022). Pentingnya Dukungan Sosial Terhadap Kepercayaan Diri Penyintas Bullying: Literature Review. *Jurnal Tematik*, 3(2), 245–251. <https://journals.usm.ac.id/index.php/tematik/article/view/4568>
- Sugiyono. (2013). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. In *Alfabeta* (Issue 465).
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. CV ALFABETA.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. (2004a). Posttraumatic Growth : A New Perspective on Psychotraumatology. *Psychiatric Times*, 21(4), 8–14. <https://www.bu.edu/wheelock/files/2018/05/Article-Tedeschi-and-Lawrence-Calhoun-Posttraumatic-Growth-2014.pdf>
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (1996). The posttraumatic growth inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 9(3),

455–471. <https://doi.org/10.1002/jts.2490090305>

Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004b). The Foundations of Posttraumatic Growth: New Considerations of North Carolina-Charlotte. *Psychological Inquiry*, 15(1), 1–18.

Wahyu, T. (2021). *Kasus Perundungan Terhadap Anak di Kota Solo Selama 2020 Meningkat*. www.Bengawannews.Com.
<https://kumparan.com/bengawannews/kasus-perundungan-terhadap-anak-di-kota-solo-selama-2020-meningkat-1vPxsBHpm18/full>

ZAKIYAH, E. Z., HUMAEDI, S., & SANTOSO, M. B. (2017). Faktor Yang Mempengaruhi Remaja Dalam Melakukan Bullying. *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 324–330.
<https://doi.org/10.24198/jppm.v4i2.14352>

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Rianingsih
Tempat, Tanggal Lahir : Boyolali, 06 Juli 1999
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Email : riiariyhull@gmail.com
No. HP : 087884145182
Nama Ayah : Gimin
Nama Ibu : Rusti
Pekerjaan Orang Tua : Petani

Riwayat Pendidikan

2003 TK Perwanida Glinggang
2004-2010 MIN Kendel
2010-2013 SMP Muhammadiyah 10 Andong
2013-2016 SMA Muhammadiyah 04 Andong
2017-Sekarang UIN Raden Mas Said Surakarta Program Studi Psikologi Islam

Lampiran 1. Panduan Wawancara/*Guide Interview*Panduan Wawancara Untuk Mengetahui *Bullying*

Maintema	Deskripsi	Item Pertanyaan
1. Bentuk <i>bullying</i> yang terjadi	Untuk mengetahui bentuk dari <i>bullying</i> yang dirasakan oleh penyintas, mengetahui kapan dan bagaimana terjadinya <i>bullying</i>	1) Sejak kapan anda mengalami menjadi korban <i>bullying</i> 2) Apa saja bentuk <i>bullying</i> yang terjadi pada diri anda?
2. Dampak <i>bullying</i>	Untuk mengetahui dampak apa yang dirasakan oleh penyintas setelah mengalami <i>bullying</i>	1) Bagaimana perasaan anda saat menjadi korban <i>bullying</i> 2) Hal apa yang anda lakukan setelah mengalami kejadian itu?
3. Faktor terjadinya <i>bullying</i>	Untuk mengetahui mengapa dan bagaimana <i>bullying</i> dapat terjadi pada diri penyintas	1) Bagaimana <i>bullying</i> itu bisa terjadi pada diri anda? 2) Mengapa anda yang menjadi korban <i>bullying</i> ?

Panduan Wawancara Untuk Mengetahui Faktor-Faktor *Post-traumatic Growth*

No.	Variabel	Faktor	Deskripsi	Item Pertanyaan
1.	Faktor <i>Post Traumatic Growth</i>	1. Faktor Internal (spiritualitas,	Untuk mengetahui bagaimana	1. Hal apa yang membuat anda ingin bangkit dari

(Asiyah & Amalia, 2020)	kekuatan dalam diri)	faktor dari dalam diri penyintas setelah menjadi korban <i>bullying</i>	kejadian traumatis tersebut? 2. Bagaimana spiritualitas dapat mempengaruhi perubahan pada diri anda setelah mengalami kejadian traumatis? 3. Apakah ibadah anda menjadi lebih baik setelah mengalami kejadian traumatis menjadi korban bullying?
	2. Faktor Eksternal (dukungan sosial)	Untuk mengetahui bagaimana bentuk dukungan dari luar diri penyintas setelah menjadi korban <i>bullying</i>	1. Bagaimana hubungan anda dengan orang lain? 2. Apakah orang terdekat anda mengetahui bahwa anda adalah korban bullying? 3. Bagaimana orang terdekat anda dapat mempengaruhi diri anda untuk

				menjadi diri yang positif?
--	--	--	--	----------------------------

Panduan Wawancara Untuk Mengetahui Aspek *Post-traumatic Growth*

No.	Variabel	Aspek	Deskripsi	Item Pertanyaan
1.	<i>Post-traumatic Growth</i> (Tedeschi & Calhoun, 1996)	1. Penghargaan terhadap hidup dan perubahan prioritas (<i>greater appreciation of life and changed sense of priorities</i>)	Untuk mengetahui bagaimana cara dari diri penyintas merubah prioritas dan menghargai hidupnya setelah mengalami kejadian trauma menjadi korban <i>bullying</i>	1. Apa yang membuat anda bisa survive setelah mengalami hal tersebut? 2. Bagaimana cara anda mengapresiasi diri anda? 3. Setelah mengalami hal tersebut, apa yang menjadi prioritas anda?
2.		2. Hubungan dengan orang lain (<i>relating to other</i>)	Untuk mengetahui bagaimana hubungan penyintas dengan orang terdekatnya dan lingkungan sekitarnya.	1. Apakah anda merasa bahwa orang terdekat anda mampu memberikan perubahan untuk hidup anda? 2. Bagaimana makna orang terdekat bagi anda?

3.		3. Kekuatan dalam diri yang lebih besar (<i>a greather sense of personal strength</i>)	Untuk mengetahui bagaimana penyintas mempunyai kekuatan yang lebih besar setelah menjadi korban bullying	1. Hal apa yang membuat anda yakin bahwa anda bisa melewati kehidupan tersulit? 2. Bagaimana cara anda memotivasi diri anda walaupun kondisi yang sedang tidak sesuai dengan apa yang anda harapkan?
4.		4. Kemungkinan baru (<i>new possibilities</i>)	Untuk mengetahui bagaimana penyintas memanfaatkan setiap kesempatan yang ada dan mencari kemungkinan baru untuk mencari jalan keluar	1. Saat anda dihadapkan dengan keadaan yang sulit, bagaimana cara anda menghadapinya? 2. Saat ada kemungkinan atau kesempatan dalam hidup anda, apakah anda akan melewatinya?
5.		5. Peningkatan spiritualitas	Untuk mengetahui perubahan	1. Apa yang membuat

		(<i>spiritual development</i>)	spiritual yang terjadi pada penyintas	spiritualitas anda menjadi baik? 2. Saat anda mengalami kejadian traumatis tersebut, apakah anda merasa bahwa hubungan dengan Allah SWT menjadi lebih baik?
--	--	----------------------------------	---------------------------------------	--

Panduan Wawancara Untuk Mengetahui Proses *Post-traumatic Growth*

Maintema	Variabel	Item Pertanyaan
Proses <i>Post-traumatic Growth</i> (Tedeschi & Calhoun, 1996)	1. Karakteristik Individu	1. Saat anda mengalami kejadian traumatis tersebut, apa yang anda lakukan? 2. Bagaimana cara anda menyikapi permasalahan tersebut?
	2. Manajemen Emosi	Bagaimana cara anda mengontrol emosi dalam keadaan tersebut?
	3. Dukungan dan Keterbukaan	1. Saat anda mempunyai masalah apakah anda bercerita kepada orang terdekat anda? 2. Bagaimana tanggapan orang terdekat anda terhadap permasalahan yang anda lalui?

	3. Proses Kognitif dan Perkembangan	Bagaimana cara anda keluar dari permasalahan yang anda hadapi tersebut?
	4. Perenungan	Apa yang menjadi dorongan atau motivasi anda untu keluar dari permasalahan tersebut?
	5. Kebijakan	Setelah mengalami kejadian tersebut, hikmah apa yang dapat anda rasakan?

Lampiran 3. Transkrip Hasil Wawancara

TRANSKRIP HASIL WAWANCARA INFORMAN 1 (W1. I1)

Nama : DF (Inisial)
 Usia : 24 tahun
 Hari/tanggal : Sabtu, 27 Mei 2023
 Tempat : Taman Pasar Mojo Juwiring Klaten
 Keterangan : P: Peneliti, I: Informan

No	P/I	Percakapan	Keterangan
1	P	<i>Assalamualaikum, ya</i>	
2	I	<i>Walaikumussalam, mba ria</i>	
3	P	<i>Yaudah lama ga ketemu, gimana kabarnya?</i>	
4	I	<i>Alhamdulillah baik mba</i>	
5	P	<i>Alhamdulillah. Oiya terkait, apa, kemarin,</i>	
6		<i>saya WA tentang apa... bullying itu, ee, ada</i>	
7		<i>beberapa.. apa, yang pengen tak tanyain nih.</i>	
8	I	<i>Iya mba.</i>	
9	P	<i>Sejak kapan sih, mba mengalami, apa,</i>	
10		<i>menjadi korban bullying itu</i>	Gambaran
11	I	<u>Kalo korban bullying sejak SD kelas lima itu,</u> <u>mba.</u>	bullying: Bentuk (waktu terjadi)
12	P	<i>Ee.. itu bullyingnya kenapa?</i>	
13	I	<i>Itu bullying-nya karena... apa, <u>temenku</u></i>	
14		<u>punya konflik sama aku i mba, terus dia</u> <u>mem-bully, mem-bully aku.</u>	Gambaran bullying: Faktor terjadinya (alasan)
15	P	<i>Itu berarti satu orang?</i>	
16	I	<i>Iya, satu orang.</i>	

17	P	<i>Emm, mungkin bentuk bullying yang terjadi itu apa? Kayak gimana contohnya mungkin mba?</i>	
18			
19	I	<i>Bullying-nya cuma... apa ya... cuma, <u>ke... arah mental sih, engga ke fisik.</u></i>	
20			
21	P	<i>Mungkin contohnya...</i>	
22	I	<i>Contohnya...</i>	
23	P	<i>Yang masih inget, gitu?</i>	Gambaran
24	I	<i>Yang aku inget ya...</i>	bullying: Bentuk (perilaku verbal)
25	P	<i>Iya</i>	
26	I	<i>Dia itu bully aku... gini, *menirikan* <u>"naik sepeda motor ga becus terus tib... jatuh terus kaki e pincang, kaki e pincang".</u> gitu.</i>	
27			
28	P	<i>Ooo, berarti pas kelas lima itu, latihan motor ya</i>	
29			
30	I	<i>Iya</i>	
31	P	<i>Ee.. terus jatuh, terus di-bully</i>	
32	I	<i>Iya</i>	
33	P	<i>Tapi itu cuma satu orang dan temen-temen ga ikut mem-bully gitu?</i>	
34			
35	I	<i>Gak, gak ikut</i>	
36	P	<i>Itu terjadi pas kelas lima SD aja?</i>	Gambaran
37	I	<i>Kelas lima SD sampe SMP lah</i>	bullying: Bentuk (pelaku)
38	P	<i>Ooo, berarti di lingkungan rumah?</i>	
39	I	<i>Di lingkungan.. sekolahan malahan</i>	Gambaran
40	P	<i>Oo, di lingkungan sekolah</i>	bullying: Bentuk (lokasi)
41	I	<i>Iya</i>	
42	P	<i>Berarti kayak engga ada geng-geng an gitu ya, temen e itu? Kayak apa, temen itu gak ada geng terus ikut nge-bully gitu, gak ada?</i>	
43			
44			
45	I	<i>Gak ada.</i>	

46	P	<i>Terus, gimana sih perasaan e mba pas dulu itu jadi korban bullying?</i>	
47			
48	I	<i>Pas jadi di-bully itu ya... perasaan e sedih sih</i>	
49		<i>mba. Kok kenapa sih, aku yang di-bully sama</i>	Gambaran
50		<i>dia, padahal kan, ada teman-teman yang lain</i>	bullying: Dampak
51		<i>gitu lho. Kenapa harus aku yang di-bully</i>	(sedih)
52		<i>sama dia gitu. Suka ngerasa sedih aja gitu.</i>	
53	P	<i>Terus, pas apa, setelah kejadian itu, gimana</i>	Proses post-
54		<i>mba? Kayak apa sih yang mba lakukan gitu</i>	traumatic growth:
55	I	<i>lho.</i>	Mengolah emosi
56		<i>Setelah kejadian itu sih, aku... harus bisa</i>	negatif
57		<i>melupakan kejadian itu mba. Tapi ya..</i>	
58	P	<i>melupakannya ya... sulit sih, harus bertahap.</i>	
59		<i>Hee. Terus menurut mba sendiri, gimana sih,</i>	
60		<i>bagaimana sih, bullying itu bisa terjadi sama</i>	
61	I	<i>mba gitu lho. Kenapa, gitu?</i>	
62		<i>Aku enggak tahu sih, kenapa orang itu mem-</i>	Gambaran
63		<i>bully aku, motifnya apa itu aku gak tahu ya</i>	bullying: Faktor
64		<i>mba. Soalnya aku ya gak pernah nge bully</i>	terjadinya (alasan)
65		<i>dia, gak.. gak pernah nge bully orang lain sih,</i>	
66		<i>tahu-tahu dia nge bully aku sih.</i>	
67	P	<i>Padahal itu cuma gara-gara, apa, pas jatuh</i>	
68		<i>dari sepeda motor.</i>	
69	I	<i>Jatuh, naik motor, hee.</i>	
70	P	<i>Tapi kalo tentang fisik gitu, gak, gak sampai</i>	
71		<i>ya?</i>	
72	I	<i>Gak, gak sampai. Cuma ke... kena mental aja</i>	Gambaran
73		<i>sih.</i>	bullying: Dampak
74	P	<i>Oo, kayak *tidak jelas* apa, jatuh dari</i>	
75		<i>motor, terus kakinya pincang itu di-bully,</i>	
76		<i>dikatain pincang-pincang.</i>	

73	I	Iya, iya. Dikatain pincang-pincang gitu, mba.	
74	P	<i>Itu yang bikin kayak sakit hati gitu.</i>	
75	I	Iya, benar.	
76	P	<i>Nah, terus... ee, cara... mba mengontrol</i>	
77		<i>emosi dalam keadaan tersebut itu gimana?</i>	Proses post-
78	I	Cara mengontrol itu, <u>aku cuma bilang, "ya</u>	traumatic growth:
79		<u>Allah, gini amat, harus bersabar-sabar kamu</u>	Mengolah emosi
80		<u>jangan dendam sama orang tersebut", gitu sih</u>	negatif
81		<u>mba aku.</u>	
82	P	<i>Ee, berarti... apa, mba gak ada cerita ke</i>	
83		<i>temen atau keluarga gitu pas itu, di posisi</i>	
84	I	<i>itu?</i>	
85	I	Gak, gak. Gak pernah. <u>Aku kalo ada</u>	Faktor post-
86		<u>permasalahan, konflik sama temen, gak</u>	traumatic growth:
87		<u>pernah cerita sih. Lebih memendam sendiri</u>	Eksternal
88		<u>perasaan itu, bagaimana cara menyelesaikan</u>	(dukungan sosial)
89		<u>itu sendiri sih, permasalahan e.</u>	
90	P	<i>Oo, begitu. Terus cara mba menyikapi</i>	Proses post-
91		<i>permasalah itu gimana?</i>	traumatic growth:
92	I	Mungkin, dari permasalahan itu... <u>aku bisa</u>	Proses kognitif dan
93		<u>belajar sih mba, bagaimana cara menyikapi</u>	perkembangan
94		<u>masalah yang aku hadapi itu.</u>	
95	P	<i>Bagaimana sih, cara... kayak, tadi kan, eem,</i>	
96		<i>mba dari situ kan, kayak, bisa menyikapi</i>	
97		<i>masalah sendiri, gitu ya, dengan cara ga</i>	
98		<i>cerita. Nah, terus bagaimana cara anda</i>	
99		<i>kayak keluar dari permasalahan yang mba</i>	Proses post-
100		<i>hadapi itu?</i>	traumatic growth:
101	I	Cara keluar e... ya, cuma... <u>aku cari solusi-</u>	Proses kognitif dan
102		<u>solusi aja sih. Permasalahannya itu</u>	perkembangan
103		<u>timbulnya dari apa gitu, nah dari itu kan,</u>	

100		<u>bisa, bisa.. anu.. keluar dari permasalahan itu.</u>	
101	P	<i>Kayak misal tadi di-bullying itu kan mba kan</i>	
102		<i>gak cerita ke orang-orang, itu berarti caranya gimana?</i>	
103	I	Caranya tak selesaiin dulu, anu, <u>tanya sama</u>	Proses post-
104		<u>yang mem-bully aku dulu. Permasalahannya</u>	traumatic growth:
105		<u>apa, kok aku di-bully gitu.</u>	Mengolah emosi
106	P	<i>Ooo, berarti memberaniin diri ya?</i>	negatif
107	I	Iya, <u>memberaniin diri bertanya kepada.. si</u>	
108	P	<i>Ee, selain apa, masalah bullying, apakah</i>	
109		<i>ketika... Anda mempunyai masalah, Anda</i>	
110		<i>bercerita kepada orang lain?</i>	
111	I	Enggak. <u>Enggak pernah cerita kepada orang</u>	Faktor post-
112		<u>lain sih mba, kalau masalah di-bully itu</u>	traumatic growth:
113	P	<i>Kalau masalah lain gitu?</i>	Eksternal
114	I	Lain..., <u>mungkin kalau masalah lain cuma</u>	(dukungan sosial)
115		<u>cerita, cerita ke... saudara... saudara sih.</u>	
116	P	<i>Oo, lebih ke saudara ya.</i>	
117	I	Iya	
118	P	<i>Ee, gimana sih, kayak tanggapan orang</i>	
119		<i>terdekat Anda terhadap permasalahan yang</i>	
120		<i>Anda lalui, kayak misal saudara Anda, waktu</i>	
121		<i>pas Anda ada masalah, terus cerita, itu?</i>	
122	I	Ee... <u>tanggapan.. orang terdekat tentang</u>	Proses post-
123		<u>permasalahan yang aku lalui, katanya</u>	traumatic growth:
124		<u>sih, "kamu hebat, bisa melalui permasalahan</u>	Dukungan dan
125		<u>itu dengan cara kamu sendiri, menyelesaikan</u>	keterbukaan
126			

		<u>sendiri, dan tanpa, tanpa ada solusi dari orang lain” sih, gitu.</u>	
127	P	<i>Lebih ke nguatin *tidak jelas* diri ya</i>	
128	I	Iya benar mba.	
129	P	<i>Terus, apa sih yang menjadi dorongan atau motivasi dari dalam diri Anda untuk bangkit dari, kayak, misal tadi di-bully, terus, kayak</i>	
130		<i>pengen bangkit, apa sih motivasi terbesar dalam diri mba, sampe berani bilang ke</i>	
131		<i>bullying tadi.</i>	
132			
133			
134	I	Ee.. sampe bangkit dari permasalahan itu... aku... intinya, gini mba. <u>Malu lah, kalau di-</u>	Proses post-traumatic growth: Perenungan
135		<u>bully</u> terus sama dia, di-ejek sama dia terus	
136		<u>kan, temen-temen lain kan, jadi, kan malah</u>	
137		<u>jadi ikut-ikutan. Lha, aku memberaniin diri</u>	
138		<u>bertanya pada dia, ”kenapa sih kok kamu</u>	
140		<u>mem-bully aku, masalahnya apa?”</u> Gitu.	
141	P	<i>Heem. Mungkin ada hal lain yang mba ingat, maksudnya, selain, apa, selain pas jatuh dari</i>	
142		<i>sepeda motor itu tentang bullying itu.</i>	
143			
144	I	Kayaknya cuman dia mem-bully itu aja sih mba. Enggak.. enggak ke lain lagi.	
145			
146	P	<i>Apakah, ee, sampai sekarang inget sama orangnya? Maksudnya apakah ada rasa dendam atau gimana?</i>	
147			
148	I	<u>Kalau orangnya inget sih mba. Rumahnya juga enggak jauh dari rumahku. Tapi, aku</u>	Proses post-traumatic growth: Kebijaksanaan
149		<u>udah ngelupain permasalahannya, ah,</u>	
150		<u>ngapain sih diinget-inget itu cuma, masa lalu</u>	
151		<u>lah, dimaafin aja.</u>	

152	P	<i>Iya. Eem, nah setelah mengalami kejadian tersebut, apa, selama kayak di-bully gitu, hikmah apa sih yang mba rasain?</i>	Proses post-traumatic growth: Kebijaksanaan
153	I	<i>Hikmah..., <u>hikmahnya sih, mungkin aku lebih bela-belajar sih mba. Anu, "jangan sampai kamu mem-bully orang lain tentang fisik gitu lho", itu sih.</u></i>	
154	P	<i>Mmm... berarti.. ee, pas, apa..., jadi korban bullying itu, sempet ga sih ngalamin trauma, gitu. Kayak mungkin... ee... takut ketemu orang itu, atau takut, kalau lihat temen-temen, dan sebagainya gitu. Pernah ga sih kayak gitu?</i>	Gambaran bullying: Dampak (trauma)
155	I	<i>Ee, dulu pas awal di-bully ya pernah sih mba, <u>Intinya, ga takut sih, cuman malu aja sama temen-temen sih.</u> Ga takut sama orang itu yang nge-bully gak, cuman, malu aja di-bully, dikatain kayak gitu.</i>	
156	P	<i>Dan itu berlangsung lama ya?</i>	
157	I	<i>Yaa.. emm, beberapa tahun gitu mba. lumayan lama sih.</i>	
158	P	<i>Ee... ada gak, apa, dari spiritualitas yang mempengaruhi perubahan pada diri mba setelah mengalami kayak, kejadian traumatis tadi?</i>	
159	I	<i>Gak. Alhamdulillah gak. Gak... gak mempengaruhi sih mba.</i>	
160	P	<i>Tapi, dari dalam, kayak, misal, keagamaan, gitu, mempengaruhi dalam diri mba gak?</i>	
161	I	<i>Gak. Gak, sama sekali gak mempengaruhi.</i>	
162	P	<i>Gak mempengaruhi?</i>	

179	I	Gak.	
180	P	<i>Berarti kayak misal... apa, ee... setelah habis</i>	
181		<i>mengalami korban bullying itu, apakah,</i>	
182		<i>maksudnya, ibadah mba jadi lebih baik gitu?</i>	
183	I	<u>Yaa.. mungkin habis kejadian bullying itu</u>	
184		<u>malah, ibadahnya lebih... baik lagi malah-an,</u>	
185		<u>daripada sebelum.</u>	
186	P	<i>Berarti spritualitas, hee, maksud e</i>	Faktor post-traumatic growth:
		<i>mempengaruhi ya.</i>	Internal
187	I	<u>Iya, daripada sebelum di-bully itu, ibadahnya</u>	(spiritualitas)
188		<u>masih... yaa... masih bolong-bolong lah.</u>	
189		<u>Sejak kejadian itu, mungkin, mendekatkan</u>	
		<u>diri kepada Allah sih.</u>	
190	P	<i>Ooh, berarti lebih ke kayak diri sendiri,</i>	
191		<i>motivasi dalam diri sendiri sama deket sama</i>	
192		<i>Allah untuk penguatan.</i>	
193	I	Iya, iya.	
194	P	<i>Menurut mba sendiri, bagaimana sih</i>	
195		<i>hubungan mba dengan orang lain?</i>	
196	I	<u>Aku, orangnya introvert mba, gak begitu</u>	
197		<u>banyak sosialisasi ke orang-orang sih, lebih</u>	
		<u>ke diri sendiri aja.</u>	
198	P	<i>Hmm.</i>	
199	I	Gak begitu banyak, anu... cerita ke orang	Proses post-traumatic growth:
200		lain. *terkekeh*	Karakteristik
201	P	<i>Iya. Tapi... apakah orang terdekat Anda</i>	personal
202		<i>mengetahui bahwa dulu Anda pernah</i>	
		<i>menjadi korban bullying?</i>	
203	I	Enggak, enggak, enggak. Enggak ada yang	
204		tau sih mba. Enggak pernah, <u>soalnya aku gak</u>	
205		<u>pernah cerita kalau aku pernah di-bullying</u>	

206		<u>gini</u> , dikatain "halah habis jatuh kakinya	
207		pincang, pincang, pincang", aku gak pernah cerita sih.	
208	P	<i>Oh iya. Bagaimana sih, kayak, orang-orang terdekat Anda, gitu, bisa mempengaruhi diri</i>	
209		<i>Anda untuk menjadi diri yang positif? Kayak</i>	
210		<i>misal..</i>	
211	I	Misal e?	
212	P	<i>Yaa orang-orang terdekat Anda gitu, em,</i>	
213		<i>mempengaruhi diri Anda gak? Kayak...</i>	
214	I	Oh. Mempengaruhi mba.	
215	P	<i>Menjadi diri yang positif gitu.</i>	
216	I	Iya, mempengaruhi mba. Gini, teman	
217		terdekat ku bilang gini, yaa, <u>teman sekolah</u>	
218		<u>ya, ada yang bilang gini, "kamu kalau di-</u>	Faktor post-
219		<u>bully gak usah, gak usah, apa, em, bales nge-</u>	traumatic growth:
220		<u>bully, udah biarin aja. Nanti yaa, orang yang</u>	Eksternal
221	P	<u>nge-bully itu akan capek sendiri, gitu lho".</u>	(dukungan sosial)
222		gitu.	
223	P	<i>Berarti ada ya temen yang, apa namanya,</i>	
224		<i>bicara kayak gitu?</i>	
225	I	Ada, ada.	
226	P	<i>Itu sahabat atau...?</i>	
227	I	Enggak. Enggak sahabat sih. Cuman temen...	
228		temen sekelas aja. Gak begitu dekat juga sih.	
229	P	<i>Tapi di kelas dulu ada gak, temen yang dekat,</i>	
230		<i>sahabat, gitu yang selalu nguatin, atau</i>	
231		<i>emang sendiri, gitu?</i>	
232	I	Kalo temen deket i, gak begitu deket banget, cuman temen biasa sih mba, kalo SD itu.	

		Soalnya, temen e pada, juga.., geng-geng an sih.	
233	P	<i>Ohh, gitu, dan mba bukan tipe yang geng-geng an gitu ya</i>	
234			
235	I	Gak. Gak suka malah-an.	
236	P	<i>Hee. Kalau yang geng-geng an itu tipe yang suka kayak.. bully-bully gitu ya?</i>	
237			
238	I	Enggak. Cuma... yaa, kalau geng-geng an itu, enggak suka yang <i>bully</i> ya. Cuman, pilih-pilih temen aja.	
239			
240	P	<i>Oh, iya. Pilih-pilih temen. Terus, bagaimana sih cara mba D untuk mengapresiasi diri mba D sendiri untuk saat ini?</i>	
241			
242			
243	I	<u>Mengapresiasi diri sih, mungkin... dengan cara... anu sih mba. Apa... *berdecak*... lebih... berbaur ke... temen sih... temen dekat.</u>	Aspek post-traumatic growth:
244			
245		Lebih <u>mencari temen dekat lagi, gitu lho, biar ada, kalau ada permasalahan kan bisa cerita.</u>	Penghargaan hidup
246			
247		<u>Kalau dulu sih, kalau ada masalah cuman dipendem sendiri, itu, kadang suka... bingung cari... solusinya gitu lho.</u>	Hubungan dengan orang lain
248			
249			
250	P	<i>Berarti sekarang ada sosok temen yang, apa, kayak ada temen cerita?</i>	
251			
252	I	Ada, sekarang sudah ada daripada yang dulu sih.	
253	P	<i>Iya, setelah kayak mengalami bullying fisik tadi, eh, verbal ya lebih tepatnya ya.</i>	
254			
255	I	Iya.	
256	P	<i>Verbal, tapi langsung ke mental gitu ya.</i>	
257	I	Iya.	

258	P	<i>Itu kayak apa sih, yang menjadi prioritas</i>	Aspek post-traumatic growth: Hubungan dengan orang lain
259		<i>mba Diah *terdiam* untuk sekarang?</i>	
260	I	<i>Menjadi prioritas... mungkin... *terdiam*</i>	
261		<i>mungkin, anu ya mba... *terdiam* *berisik-</i>	
262		<i>bisik*, ooh, *tertawa*, sek...</i>	
263	P	<i>Iya gapapa *tertawa*</i>	
264	I	<i>Aku... lha kok, lha ketok e lagi tekan siji lho,</i>	
265		<i>tekan telu toh... sek. <u>Prioritas sekarang sih,</u></i>	
266		<i><u>lebih ke... ada permasalahan apa sedikit gitu,</u></i>	
267	P	<i>Cerita ke?</i>	
268	I	<i><u>Ke teman dekat.</u></i>	
269	P	<i>Ooh, yang tadi ya, yang sekarang punya</i>	
270		<i>temen deket itu.</i>	
271	I	<i>Iya.</i>	
272	P	<i>Berarti... ee, apakah Anda merasa bahwa</i>	
273		<i>orang terdekat Anda mampu memberikan</i>	
274		<i>perubahan buat hidup Anda? Untuk</i>	
275	I	<i>Ya, kalau untuk sekarang sih, <u>temen deket itu</u></i>	
276		<i><u>mempengaruhi sih, perubahan... perubahan</u></i>	
277		<i><u>ku sekarang daripada yang dulu sih. Kan,</u></i>	
278		<i><u>dulu kan, aku lebih <i>introvert</i>, lebih pendiem</u></i>	
279		<i><u>banget, gak.. apa-apa gak mau cerita.</u></i>	
280		<i><u>Sekarang udah punya temen deket, yaa, ada</u></i>	
281		<i><u>permasalahan sedikit ya cerita sama temenku</u></i>	
282	P	<i><u>sendiri sih. Itu kayak lebih ke... hati <i>plong</i></u></i>	
283		<i><u>gitu.</u></i>	
282	P	<i>Iya. Berarti menurut Anda, makna orang</i>	
283		<i>terdekat itu kayak gimana?</i>	

284	I	Makna orang terdekat. <u>Orang terdekat itu bagiku... sekarang sih, orang yang spesial sih mba. Soalnya, dia itu mampu... memberi</u>	Aspek post-traumatic growth: Hubungan dengan orang lain
285		<u>solusi-solusi permasalahan dari aku ketika,</u>	
286		<u>ketika.. aku memiliki masalah.</u>	
287			
288	P	<i>Itu temen, atau pacar, atau sahabat? *tertawa*</i>	
289	I	Temen dekat, temen dekat.	
290	P	<i>Cewe ya?</i>	
291	I	Cewe ya.	
292	P	<i>Iya.</i>	
293	I	Cewe.	
294	P	<i>Apa sih yang membuat Anda yakin bahwa... em, mba itu bisa melewati kehidupan,</i>	
295		<i>kehidupan yang paling sulit?</i>	
296			
297	I	Intinya sih... biar bisa mela- melewati itu	Proses post-traumatic growth: Karakteristik personal
298		<u>dengan cara optimis sih, dan yakin, aku bisa melewati... kehidupan tersulit itu, gitu sih</u>	
299		<u>mba.</u>	
300	P	<i>Hmm. Bagaimana cara Anda memotivasi diri Anda walaupun kondisi sedang tidak</i>	
301		<i>sesuai dengan apa yang Anda harapan?</i>	
302			
303	I	Cara memotivasi lebih ke... gini sih, <u>motivasi.</u> "Kamu, kamu harus bisa.	Aspek post-traumatic growth: Kekuatan diri
304		<u>Kamu harus bisa melewati... melewatinya,"</u>	
305		<u>gitu sih.</u>	
306	P	<i>Kayak dulu pas di-bully juga, sendiri kan ya?</i>	
307	I	Iya sendiri.	
308	P	<i>Bangun sendiri, lebih ke memotivasi diri dengan kamu harus bisa, kamu harus bisa,</i>	
309		<i>gitu ya..</i>	

400	I	Iya.	
401	P	<i>Terus habis itu, memberanikan diri...</i>	
402	I	Memberanikan diri untuk bertanya kepada si pem-bully itu, kenapa sih, dia mem-bully saya.	
403			
404	P	<i>Ee, saat mungkin ada, kemungkinan, kesempatan dalam hidup, apakah Anda ingin, em, mau melewatinya? Mungkin kalau misal, ini..., ada pekerjaan, gitu, atau gimana?</i>	Aspek post-traumatic growth: Kemungkinan baru
405			
406			
407			
408	I	Kalau soal... diulang kembali gitu? Kalau diulang kembali sih, kayaknya enggak mau lagi deh. Itu soalnya... anu, ke.. kena ke mental sih, soalnya ya... bikin sakit hati sih, kata-katanya.	
409			
410			
411			
412	P	<i>Mungkin... mba, masih ingat kah, kata-kata yang dilontarkan gitu?</i>	
413			
414	I	Seingetku cuman <u>dia ngatain itu sih, pincang-pincang gitu. Terus... terus, sama... "alah, jalan ndadak pake alat bantuan", gitu sih. Alat bantu, gitu.</u>	Gambaran bullying: Bentuk
415			
416			
417	P	<i>Ooh... Sampe anu ya, dapet bantuan ya, jatuh dari motor</i>	
418			
419	I	Heem.	
420	P	<i>Berarti, ee, apa sih mba, yang membuat, kayak, ibadah diri Anda lebih baik, keagaman mba jadi lebih baik, itu?</i>	
421			
422			
423	I	Ee... lewat dari... <i>bullying</i> itu, aku bisa belajar mba, *berdeham*, <u>bisa belajar e bisa dapet kesabaran, makannya, aku itu harus</u>	Aspek post-traumatic growth: Peningkatan spiritualitas
424			
425			
426			

		<u>mendakatkan diri kepada Allah, ibadahnya tambah... kuat lagi, sih.</u>	
427	P	<i>Itu... berarti bullying nya terjadi SD sampe SMP ya.</i>	
428	I	<i>Iya.</i>	
429	P	<i>Emm, pas di SMP ada gak temen yang juga</i>	
430		<i>ikut bully gitu mba?</i>	
431	I	<i>Iya, kalau temen SMP... itu, gak, gak ada</i>	
432		<i>yang bully sih mba, ya orangnya sama itu</i>	
433		<i>mba yang di SD itu. SD... kelas lima..lulus SD ke SMP.</i>	
434	P	<i>Kalau SMA gitu?</i>	
435	I	<i>SMA...</i>	
436	P	<i>Pernah ga dapet bully-an?</i>	
437	I	<i>Kalau SMA juga gak, gak pernah sih mba.</i>	
438	P	<i>Dari temen gitu?</i>	
439	I	<i>Enggak.</i>	
440	P	<i>Emm, berarti saat Anda mengalami, apa,</i>	
441		<i>kayak kejadian trauma di-bully tadi, eem,</i>	
442		<i>apakah Anda merasa bahwa hubungan</i>	
443		<i>dengan Allah itu jadi lebih baik?</i>	
444	I	<i>Yaa, <u>sejak kejadian trauma di-bully itu malah</u></i>	
445		<i><u>lebih... ibadahnya lebih dikuatin lagi sih,</u></i>	
446		<i><u>daripada sebelumnya.</u></i>	
447	P	<i>Ini.. mba lagi proses skripsi juga ya?</i>	
448	I	<i>Iya mba. Baru proses skripsi juga ini.</i>	
449	P	<i>Hmm, berarti... motivasi untuk diri gitu udah</i>	
450		<i>ada ya, udah kayak kependem gitu?</i>	
451	I	<i>Iya. Udah ada mba.</i>	
			Aspek post-traumatic growth: Peningkatan spiritualitas

452	P	<i>Setelah kayak mengalami trauma bullying itu... apa, kayak kekuatan diri jadi lebih baik?</i>	
453			
454	I	<i>Lebih baik lagi.</i>	
455	P	<i>Apa lagi udah mem.. memberanikan diri dengan, apa, bilang ke... apa, pelaku bullying-nya ya.</i>	
456			
457	I	<i>Iya, benar.</i>	
458	P	<i>Dan, apa, memberanikan diri... bilang ke pelaku bullying itu apakah sendiri atau ada teman mba yang menemani?</i>	Faktor post-traumatic growth:
459			Internal (kekuatan dalam diri)
460			
461	I	<i>Pas <u>aku tanya ke pelaku bullying itu, aku tanya sendiri.</u></i>	
462			
463	P	<i>Ooh, berarti langsung berani ya?</i>	
464	I	<i>Empat mata...</i>	
465	P	<i>Iya.</i>	
466	I	<i>Empat mata gitu...</i>	
467	P	<i>Tanpa ada orang lain?</i>	Faktor post-traumatic growth:
468	I	<i>Enggak. Iya. <u>Gak ada orang lain sih, yang... nemani aku tanya apa sih motif dia nge-bully aku, gak. Cuman langsung tak tanyain apa motifnya, gitu.</u></i>	Internal (kekuatan dalam diri)
469			
470			
471	P	<i>Terus, responnya dia gimana mba?</i>	
472	I	<i>Responnya sih... katanya dia itu... intinya ya, intinya dia gak suka sama aku sih mba.</i>	
473			
474	P	<i>Oo... tapi gak suka nya alasannya apa?</i>	
475	I	<i>Entahlah, gak... gak anu, gak dijelaskan juga sih dia, kok gak suka, begitu bencinya sama aku itu... gak... gak diperjelas. Cuman dia bilang intinya dia gak suka sama aku, gitu aja sih.</i>	
476			
477			
478			
479			

480	P	<i>Berarti... ee, apa, awal dia mem-bully itu</i>	<p>Gambaran</p> <p><i>bullying</i>: Bentuk</p>
481		<i>karena gak suka, dan... bukan pas, apa...</i>	
482		<i>mba jatuh dari motor itu ya?</i>	
483	I	<i>Iya. <u>Itu kejadiannya itu mungkin pas aku</u></i>	
484		<i><u>jatuh terus jatuh dari motor itu kan, kakiku</u></i>	
485		<i><u>sampe, sampe retak. Dan butuh alat bantuan</u></i>	
486		<i><u>itu. Lha, itu sejak itu, dia tahu kalau aku jatuh</u></i>	
487		<i><u>pake alat bantu itu ya itu, dia kan ada</u></i>	
488		<i><u>kesempatan, malah mem-bully mem-bully</u></i>	
489		<i><u>aku. Biar... biar, intinya aku kayak</u></i>	
490		<i><u>di...permalukan gitu lho, ke temen-temen</u></i>	<p>Proses post- traumatic growth:</p> <p>Kebijaksanaan</p>
491	P	<i>Berarti dia sendiri ya</i>	
492	I	<i>Iya</i>	
493	P	<i>Yang tetep kayak gitu. Padahal gak ada...</i>	
494		<i>apa ya... kayak... dia gak ada temennya gitu</i>	
495		<i>lho, buat nge-bully kamu juga.</i>	
496	I	<i>Iya, iya dia gak ada temen untuk nge-bully.</i>	
497		<i>Tapi dia gak tahu lah ini... motifnya apa aku</i>	
498	P	<i>Tapi ini sudah bisa memaafkan ya,</i>	
499	I	<i><u>Iya, Alhamdulillah, bisa memaafkan lah dari</u></i>	
500		<i><u>kejadian itu, aku bisa belajar jangan sampe</u></i>	
501		<i><u>nge-bully orang, apapun fisiknya tetap</u></i>	
502	P	<i>Iya, benar. Ee.. ya sudah kalau begitu,</i>	
503		<i>terimakasih mba D atas waktunya.</i>	
504	I	<i>Iya, mba Ria, sama-sama mba Ria.</i>	
505	P	<i>Semoga skripsinya lancar, sehat selalu.</i>	

506	I	Amin.	
507	P	<i>Makasih ya mba.</i>	
508	I	Iya, sama-sama mba Ria.	

TRANSKRIP HASIL WAWANCARA INFORMAN 2 (W1. I2)

Nama : NA (Inisial)
 Usia : 25 tahun
 Hari/tanggal : Kamis, 9 Februari 2023
 Tempat : Kost 3 Putri, Kartasura
 Keterangan : P: Peneliti, I: Informan

No	P/I	Percakapan	Keterangan
1	P	<i>Assalamualaikum, Na</i>	
2	I	<i>Walaikumussalam</i>	
3	P	<i>Gimana kabar e?</i>	
4	I	<i>Alhamdulillah, baik.</i>	
5	P	<i>Sekarang sibuk apa?</i>	
6	I	<i>Sibuk ngerjain skripsi *tertawa*</i>	
7	P	<i>Udah gak kerja ya?</i>	
8	I	<i>Udah gak mba.</i>	
9	P	<i>Sejak?</i>	
10	I	<i>Sejak... liburan semester. Itu... masih kayak</i>	
11		<i>bosnya, dijaga sendiri.</i>	
12	P	<i>Oh. Berarti pas liburan kamu dimana?</i>	
13	I	<i>Liburan di sini, bimbingan skripsi. Jadi</i>	
14		<i>liburan kan aku ditinggal.</i>	
15	P	<i>Oh, gitu. Berarti ini bimbingan skripsi itu</i>	
16		<i>dari bulan apa?</i>	
17	I	<i>Desember sampe Januari tanggal 27 acc.</i>	
18	P	<i>MasyAllah keren banget ya. Oh iya, mau</i>	
19		<i>tanya yang kemarin kan tentang... apa</i>	
20		<i>penyintas bullying itu ya. Karena NA pernah</i>	
21		<i>jadi korban bullying dan sekarang kan</i>	
		<i>sudah... survive gitu kan.</i>	

22	I	Iya.	
23	P	<i>Nah, sejak kapan sih NA ngalamin jadi</i>	
24		<i>korban bullying itu?</i>	Gambaran
25	I	Dari SD pernah ngalamin... <i>bullying</i> .	<i>bullying</i> : Bentuk
26	P	<i>Sampai?</i>	(waktu terjadi)
27	I	Sampai SMP. Kalau SMA udah enggak.	
28	P	<i>Terus, kayak bentuk-bentuk bullying yang</i>	
29		<i>terjadi sama kamu apa?</i>	
30	I	Ee.. seringnya, kebanyakan verbal sih.	
31	P	<i>Contohnya kayak gimana?</i>	
32	I	Misal tentang badan, terus kayak ini matak, terus... kayak aku gak punya orang tua,	
33		kayak gitu.	
34	P	<i>Masih inget gak, kayak, misal, omongan e</i>	
35		<i>temenmu yang, apa, kayak pas bully gitu?</i>	
36	I	Em, apa ya? Paling kayak... <u>"rak nduwe</u>	
37		<u>bapak"</u> ("tidak punya bapak"), terus	Gambaran
38		<u>kayak "mondol"</u> (kondisi mata kelopak	<i>bullying</i> : Bentuk
39		<u>hitam dan besar</u>), atau apa kayak gitu. Terus..	(perilaku verbal)
40		ini sih, kalau yang aku kan pernah cerita,	
41		yang aku waktu SMP kan ikut <i>bulik</i> (sebutan	
42		adik perempuan dari orang tua) ku, <u>MTS kan</u>	
43		<u>ikut bulik ku kan, itu kan masuknya juga</u>	
44		<u>bullying</u> , tapi gak, gak di sekolah kan. Tapi	
45		<u>pas masih SMP kan. Itu... kayak mereka</u>	
46		<u>bully gitu, karena kayak, aku kan jarang</u>	
47		<u>nyuci karena gak punya uang tadi buat beli</u>	
		<u>itu, jadi kayak di-bully "kemproh, kemproh"</u>	
		<u>("kotor, kotor"), atau... ya, gitu, pokoknya</u>	
		<u>gitu.</u>	

48	P	<i>Itu berarti, terjadi di lingkungan sekitar rumah ya.</i>	
49	I	<i>Heem, terjadi di lingkungan sekitar rumah.</i>	
50	P	<i>Ee, maaf ya. Perasaannya NA pas, apa, pas</i>	
51		<i>di posisi itu, pas di-bully, pas SD di-bully itu</i>	
52		<i>gimana perasaannya?</i>	
53	I	<u>Ya pasti sedih sih. Tapi aku orangnya lebih,</u>	
54		<u>cenderung diem. Jadi, kayak, kan aku emang</u>	Gambaran
55		<u>suka di kamar to, jadi yaudah aku diem di</u>	bullying: Dampak
56		<u>kamar kalau gak ya nangis atau apa kayak</u>	(sedih)
57		<u>gitu. Jadi, gak mau ngelawan waktu pas SD.</u>	
58	P	<i>Dan gak pernah ngomong ke siapa-siapa ya?</i>	
59	I	<u>Gak, gak pernah. Soalnya kalau misal</u>	
60		<u>mereka ngomong tuh, orang sekitar tuh</u>	Gambaran
61		<u>nganggap, "alah cuman kayak gitu aja kok".</u>	bullying: Dampak
62		<u>Mungkin cuman bercanda atau apa, mereka</u>	(dikucilkan)
63	P	<i>Nah pas, NA kan cuman bisa diem.. diem...</i>	
64		<i>gitu, tapi di perasaan kan, pasti ada rasa</i>	
65	I	<i>Ada... pasti sakit, sedih, itu pasti ada.</i>	
66	P	<i>Nah, terus, pas habis, apa, mengalami</i>	
67		<i>kejadian itu gimana sih, NA?</i>	
68	I	<i>Kejadian di-bully?</i>	
69	P	<i>Hee. Apa yang kayak NA lakuin buat, kan SD</i>	
70		<i>sampe SMP ya? Dari kelas 1 sampe...?</i>	
71	I	<i>Emm, iya.</i>	
72	P	<i>Berarti itu kan sudah termasuk 9 tahun-an</i>	
73		<i>lebih kan. Nah, kayak, hal apa sih yang bisa</i>	
74			

		<i>NA lakuin gitu loh, setelah mendapat beberapa tahun di-bully gitu.</i>	
75	I	<u>Kalau pas SD itu, aku lebih fokus ke... ini,</u>	Faktor post-traumatic growth: Internal (kekuatan diri)
76		<u>prestasi. Karena, pas, ee, aku ngerasanya</u>	
77		<u>kalau misal nilaiku bagus atau apa, kayak</u>	
78		<u>temen-temenku itu minta bantuan atau apa,</u>	
79		<u>jadi itu mengurangi mereka untuk mem-</u>	
		<u>bully ku.</u>	
80	P	<i>Ooh.</i>	
81	I	Gitu lho. Nah, <u>kalau pas MTS juga itu</u>	Faktor post-traumatic growth: Internal (kekuatan diri)
82		<u>sama... cuman bedanya, MTS ini, aku aktif</u>	
83		<u>di organisasi juga kan. Terus aku jadi ketua</u>	
84		<u>OSIS, nah di situ udah kayak, udah mending</u>	
		<u>nih, udah gak ada pem-bully-an lagi.</u>	
85	P	<i>Itu pas SMP kelas berapa, yang gak ada bullying nya?</i>	
86	I	<u>Mulai kelas 2 kayaknya. Aku kelas 1 juga,</u>	Gambaran bullying: Bentuk (waktu terjadi)
87		<u>ini, di-bully sama kakak kelas lho, jadi yang</u>	
88		<u>kayak kelas 3 gitu mem-bully aku.</u>	
89	P	<i>Hmm, setelah Nana jadi ketua OSIS itu ya berarti?</i>	
90	I	<i>Hee, setelah aku jadi ketua OSIS kayak rada</i>	
91		<i>mendingan kan, gitu. Karena kan ya, kalau</i>	
92		<i>jadi ketua OSIS ya semuanya kan yang</i>	
		<i>ngatur aku, gitu.</i>	
93	P	<i>Terus, pas.. itu kan, di sekolah,</i>	
94		<i>Alhamdulillah, kelas 2 itu udah gak ada. Tapi</i>	
		<i>di lingkungan sekitar, masih?</i>	
95	I	Tetep, masih. Emm.. masih sih. Aku gak	Gambaran bullying: Bentuk
96		tahu ini masuknya <i>bullying</i> atau enggak ya.	
97		Tapi ya kayak... <u>bulik</u> ku itu kayak suka	

98		<u>memprovokasi orang sekitar, buat biar gak</u>	(pelaku dan
99		<u>suka sama aku. Dan dampaknya itu tak rasa-</u>	perilaku verbal)
100		<u>in sampe sekarang. Aku gak terlalu suka</u>	
101		<u>sama lingkungan sekitar rumah bulik ku.</u>	Gambaran
102		<u>Kalau misalnya aku pulang, aku kayak lebih</u>	bullying: Dampak
103		<u>memilih di rumah aja daripada keluar, kayak</u>	(trauma)
104		<u>aku takut gitu lho. Aku takutnya kayak</u>	
105		<u>mereka nanti ngomongin aku yang gak-gak,</u>	
		<u>atau apa, kayak gitu. Walaupun ya emang</u>	
		<u>pasti diomongin.</u>	
106	P	<i>Sampe sekarang berarti?</i>	
107	I	Kalau itu, aku, kayak, masih ngaruh gitu.	
108		Kan kalau di sekolah udah lulus udah gitu ya.	
109		Tapi <u>kalau misal yang di lingkungan itu, aku</u>	
110		<u>ngerasanya, masih gitu lho. Masih, aku</u>	Gambaran
111		<u>masih takut. Aku juga gak berani ini sih,</u>	bullying: Dampak
112		<u>kayak, berso- bersosialisasi itu gak berani.</u>	(trauma)
113		<u>Padahal aku kan anaknya extrovert. Tapi aku</u>	
114		<u>kalo di lingkungan rumah bulik ku aku</u>	
		<u>bener-bener jadi introvert.</u>	
115	P	<i>Jarang pulang juga ke sana ya?</i>	
116	I	Jarang pulang.	
117	P	<i>Mungkin setahun berapa kali, atau?</i>	
118	I	Hmmm... setahun cuman berapa... dua kali	
119		paling? Yaa kalau pengen pulang, pulang	
		gitu.	
120	P	<i>Berarti lebih banyak dihabiskan di kos?</i>	
121	I	Iya, di kos, <u>terus di Brebes juga kan di</u>	Faktor post-
122		<u>rumahnya Ikoh karena, ya aku ngerasa di</u>	traumatic growth:
123		<u>rumahnya Ikoh itu aku dapet sosok keluarga,</u>	Eksternal
124			(dukungan sosial)

		<u>kayak oh, kayak gini ternyata rasanya punya keluarga, kayak gitu.</u>	
125	P	<i>Malah bukan ke... paklik buklik.</i>	
126	I	Gak, bukan.	
127	P	<i>Berarti orang tua nya Ikoh itu dah nganggep kayak anak sendiri banget?</i>	
128			
129	I	Iya bener, kayak aku dianggap anaknya.	
130	P	<i>SMA kan ya itu?</i>	
131	I	Enggak, aku ikut keluarganya Ikoh itu, ini...	
132		yaa kuliah, kuliah Purwokerto lah. Kan aku pernah kuliah di Purwokerto to.	
133			
134	P	<i>2 tahun ya?</i>	
135	I	Dari tahun 2018 sampe ya sekarang, sampe tahun kemarin ya.	
136			
137	P	<i>Lebaran di situ juga?</i>	
138	I	Lebaran, iya. <u>Aku lebaran dari 2018 sampe kemarin itu di tempat Ikoh, dan InsyaAllah ini juga di tempat Ikoh lagi. Yaa karena aku nyamannya di situ, gitu. Karena ini tadi, kalo aku pulang ke Pati ki, kalau lebaran aku bingung gitu. Aku harus berso, bersosialisasi sama masyarakat sekitar, kayak, aku tu di situ masih, was-was kayak, ini mereka...</u>	Faktor post-traumatic growth:
139			Eksternal
140			(dukungan sosial)
141			
142			
143			
144			
145		<u>masih, apa ya, masih kayak... benci aku gak ya? Mereka masih sering ngomongin aku gak ya? Aku mikirnya kayak gitu mba.</u>	Gambaran bullying: Dampak (trauma)
146			
147			
148	P	<i>Heem. Oh iya, tadi, yang tentang bagaimana bullying itu terjadi, bisa terjadi pada diri Anda tadi? Emm, kayak...</i>	
149			
150			

151	I	Emm, kalo aku.. ini ya, <u>bullying bisa terjadi sama aku karena fisik ku kan, itu yang kedua.</u>	Gambaran <i>bullying</i> : Faktor terjadinya (alasan)
152		<u>Terus yang ketiga itu karena background</u>	
153		<u>keluarga. Kan kalau anak kecil kan suka itu-</u>	
154		<u>in orang tuanya, atau gimana.</u>	
155	P	<i>Emang menurut NA, fisiknya NA gimana sih? Menurut NA sendiri.</i>	
156			
157	I	<u>Kalo... ya, aku kan mungkin, gak, gak cantik,</u>	Gambaran <i>bullying</i> : Faktor terjadinya (alasan)
158		<u>atau... em, katakanlah... matak, katakanlah,</u>	
159		<u>mondol atau apa. Itu sering jadi ejekan, gitu.</u>	
160	P	<i>Ee, iya, untuk yang soal... apa, latar belakang keluarga ya? Itu gimana... em,</i>	
161		<i>maksudnya boleh gak.. di...ceritakan.</i>	
162			
163	I	<u>Iya. Latar belakang keluarga ini kan maksudnya... ya kan aku udah gak punya</u>	Gambaran <i>bullying</i> : Faktor terjadinya (alasan)
164		<u>bapak. Katakanlah gak punya ibu. Dan</u>	
165		<u>temen-temenku yang SD ini tahu gitu lho,</u>	
166		<u>kalau aku ikutnya sama orang lain, gitu. Nah</u>	
167		<u>kadang sering diejek di situ, gitu. *terdiam</u>	
168		<u>sejenak*</u> Terus juga aku pernah sih, gak tau	
169		<u>ya ini masuknya <i>bullying</i> gak ya, kayak disuruh-suruh gitu.</u>	Gambaran
170	P	<i>Sama temen-temen?</i>	<i>bullying</i> : Bentuk
171	I	<u>Iya, salah satu gengnya gitu lah yang, ya itu.</u>	(verbal)
172		<u>Disuruh-suruh. Disuruh beliin apa, beli di</u>	
173		<u>kantin, atau apa.</u>	
174	P	<i>Apa ya. Hmm, habis itu.. kan NA udah, apa, kayak udah ngelewat in <i>bullying</i> itu..</i>	
175		<i>selama... berapa tahun berarti? Enam...</i>	
176		<i>tujuh... tujuh tahun ya? Kan dua, kelas dua udah mulai enggak kan ya?</i>	

177	I	Heem	
178	P	<i>Nah itu, kayak gimana sih cara NA buat</i>	
179		<i>ngontrol emosi pada keadaan itu?</i>	
180	I	<u>Kalo dulu itu.. eh, kalo sekarang mungkin</u>	
181		<u>emosiku, aku bisa ngelola emosiku ya kalo</u>	
182		<u>aku lagi marah gimana gitu. Tapi kalo dulu</u>	Proses post-
183		<u>kan, aku belum belajar tentang pengelolaan</u>	traumatic growth:
184		<u>emosi kayak apa. Aku lebih men.. diem mba.</u>	Mengolah emosi
185		<u>Iya, kalau emosinya sebenarnya lebih diem</u>	negatif
186		<u>gitu, jadi... sebenarnya gak bagus juga kan</u>	
187	P	<i>Iya, benar.</i>	
188	I	<i>Iya, jadi gitu, jadi aku lebih milih diem sih</i>	
189	P	<i>Berarti itu ya, gak ada, apa, kayak cerita</i>	
190		<i>pada orang terdekat dan sebagainya, sama</i>	
191	I	<i>Enggak. Karena emang pas waktu aku MTS</i>	
192		<i>ini ya... em, pas aku SD, aku masih ada</i>	
193		<i>beberapa teman. Tapi kayak, aku temennya</i>	
194		<i>gak yang satu kelas gitu lho, beda kelas. Nah,</i>	Faktor post-
195		<i>itu pun kakak kelas ku gitu lho. Nah, terus</i>	traumatic growth:
196		<u>kan akhirnya dia pindah ke Purworejo, jadi</u>	Eksternal
197		<u>aku kayak ngerasa aku ini sendiri nih, ndak</u>	(dukungan sosial)
198		<u>tau bingung mau cerita ke siapa kan. Nah,</u>	
199		<u>pas aku MTS juga gitu. Kayak, semua tu...</u>	
200		<u>gak terlalu deket gitu lho sama aku. Aku</u>	
201	P	<i>Oh, sama guru TU.</i>	
202	I	<i>Iya. Jadi aku deket sama guru TU itu pas aku</i>	
203		<i>jadi ketua OSIS itu baru aku cerita-cerita.</i>	

204	P	<i>Oh, berarti ceritanya ke guru itu ya.</i>	
205	I	<i>Iya.</i>	
206	P	<i>Nah, tadi kan ceritanya ke guru TU tadi.</i>	
207		<i>Tanggapan e guru TU tersebut terhadap</i>	
208		<i>masalah seng NA lalui tuh kayak gimana?</i>	
209	I	<i>Ya, seperti orang pada umumnya. <u>Selalu</u></i>	
210		<i><u>ngomong yaudah sabar, atau apa. Tapi, ee,</u></i>	
211		<i><u>dia bener-bener dengerin gitu lho, bukan</u></i>	
212		<i><u>yang malah meng-hakimin aku, atau kayak,</u></i>	
213		<i><u>alah kamu paling cuman alay atau apa gitu</u></i>	
214		<i><u>enggak. Ya, gitu paling. Seperti orang pada</u></i>	
215		<i><u>umumnya pasti kan bilang sabar apa lah gitu.</u></i>	
216		<i><u>Kayak gitu aja sih. Terus ya itu tadi, aku</u></i>	
217		<i><u>dipacu untuk kayak, berprestasi di ituin, gitu.</u></i>	
218		<i><u>Karena kan, kalau semakin kamu prestasinya</u></i>	
219		<i><u>baik, kamu juga berprestasi baik kan, mereka</u></i>	
220	P	<i>Berarti terdekat malah guru tadi ya, bukan</i>	
221		<i>keluarga, bukan teman, dan sebagainya.</i>	
222	I	<i>Bukan.</i>	
223	P	<i>Nah, dari guru TU tadi, lalu apa sih yang</i>	
224		<i>menjadi dorongan, atau apa, motivasi dalam</i>	
225		<i>diri NA gitu lho untuk bangkit dari</i>	
226	I	<i>Hmm, maksud e?</i>	
227	P	<i>Kayak motivasi dalam diri NA saat dapat</i>	
228		<i>bullying tadi, kayak... bisa bangkit gitu lho,</i>	
229		<i>dorongannya dalam...</i>	
230	I	<i>Gak tahu ya.. Aku gak tahu sih. Tapi.. ya</i>	
231		<i>kayak waktu itu aku mengalir aja sih.</i>	

Proses post-traumatic growth:
Dukungan dan keterbukaan

Proses post-traumatic growth:

232		Dorongannya apa ya...? Waktu itu gak tahu	Proses kognitif dan perkembangan
233		sih. Hmm.. <i>sek...</i> kalau misal... <u>dorongannya</u>	
234		<u>itu aku, waktu itu pengen lebih pinter dari...</u>	
235	P	<i>Yang bully?</i>	
236	I	<u>Ketua gengnya *tertawa*, ya gitu. Karena</u>	
237		<u>ketua geng nya ini bisa dikatakan, yaa,</u>	
		<u>pinter.</u>	
238	P	<i>Dapet prestasi gitu, ketua gengnya?</i>	
239	I	Iya. Juara satu terus. Terus habis itu kan, ini	
240		<u>ketua geng-nya itu kan, anaknya orang</u>	
241		<u>punya. Terus katakanlah dia anak perempuan</u>	Proses post-traumatic growth:
242		<u>satu-satunya punya kakak kan otomatis</u>	
243		<u>sekolahnya ya terjamin, pasti gak bakal mikir</u>	Proses kognitif dan perkembangan
244		<u>susahnya sekolah gimana kan. Nah, aku juga</u>	
245		<u>dorongannya juga ini, pengen sekolah sama</u>	
246		<u>kayak ketua gengnya gitu lho. Ya, gitu sih.</u>	
		Dulu aku mikirnya gitu sih.	
247	P	<i>Berarti kalo yang, apa, bullying terjadi di</i>	
248		<i>lingkungan, apa sekolah itu, NA,</i>	
249		<i>Alhamdulillah, malah jadi kayak dorongan</i>	
		<i>motivasi buat, anu ya...</i>	
250	I	Iya, apa ya? Prestasi lah.	
251	P	<i>Heem. Tapi kalau di lingkungan rumah,</i>	
		<i>masih...</i>	
252	I	Masih takut.	
253	P	<i>Iya masih takut?</i>	
254	I	<u>Iya masih ada trauma nya lah. Karena kan</u>	Gambaran bullying: Dampak (trauma)
255		kalau lingkungan sekolah kan misal cuman,	
256		misal dari jam tujuh sampai jam satu ya.	
257		Udah kan, pulang. Tapi kan kalau	
258		lingkungan rumah kayak, ya udah. Pulang	

259		sekolah ketemu lagi, libur... <u>kayak aku</u>	
260		<u>ngerasanya kalo di rumah dulu, kayak,</u>	
261		<u>ngerasa waktu ku lama gitu lho. Ya karena</u>	
262		<u>pie, aku gak tahan. *terdiam* Tapi sekarang</u>	
		<u>ya, orang-orangnya masih kayak gitu. Jadi ya</u>	
		<u>udah, aku gak bisa ngubah mereka.</u>	
263	P	<i>Nah setelah, apa, kayak NA tujuh tahun</i>	
264		<i>ngerasa, apa, jadi korban bullying, itu,</i>	
265		<i>kayak hikmah apa sih, yang... NA rasakan?</i>	
266	I	<i>Hikmah e? Apa ya? Aku gak tahu. Sek, tak</i>	
267		<i>pikir e. Hikmah... Intine ki, <u>apa yang kita</u></i>	Proses post-
268		<i><u>tanam ya, kita bakal metik itu kan. Jadi, kalo</u></i>	traumatic growth:
269		<i><u>mereka ngelakuin itu ke aku kan pasti ada</u></i>	Kebijaksanaan
		<i><u>karmanya toh.</u></i>	
270	P	<i>Heem.</i>	
	I	<i>Terus habis itu, <u>kalo dilihat-lihat saat ini,</u></i>	
271		<i><u>kemajuan mereka yang mem-bully aku, sama</u></i>	
272		<i><u>kemajuanku, itu lebih majuan aku gitu lho,</u></i>	
273		<i><u>dalam misal, dalam hal pendidikan, dalam</u></i>	Proses post-
274		<i><u>hal mental, kayak gitu, itu lebih maju aku</u></i>	traumatic growth:
275		<i><u>kan. Jadi ya udah. Malah sekarang aku</u></i>	Perenungan
276		<i><u>kayak, emm, ya... ngerasa kayak, ya...</u></i>	
277		<i><u>ngerasa... kalo mungkin dulu aku gak di-</u></i>	
278		<i><u>bully mereka, bisa jadi aku gak jadi aku yang</u></i>	
		<i><u>sekarang gitu.</u></i>	
279	P	<i>Berarti hikmahnya, kayak, dari bullying itu</i>	
280		<i>jadi motivasi sama dorongan dalam diri NA</i>	
281		<i>buat bisa menjadi yang lebih baik lagi gitu</i>	
		<i>ya.</i>	
282	I	<i>Heem, iya.</i>	
283	P	<i>Jadi orang yang maju lah, intinya.</i>	

284	I	Iya.	
285	P	<i>Menurut NA, segi apa, keagamaan,</i>	
286		<i>spiritualitas, itu mempengaruhi gak sih</i>	
		<i>dalam diri NA?</i>	
287	I	Mempengaruhi sih.	
288	P	<i>Pas kena kejadian itu.</i>	Faktor post-
289	I	<u>Karena kalo, ya mungkin, aku kan lebih ke</u>	traumatic growth:
290		<u>diem gitu. Kalo misalnya... sholat, atau apa,</u>	Internal
291		<u>itu ngerasanya lebih tenang gitu.</u>	(spiritualitas)
292	P	<i>Jadi NA kalo misal dulu pas dapet bullying,</i>	
293		<i>NA sholat, cerita...</i>	
294	I	Iya. <u>Itu tapi MTS, karena waktu SD ini,</u>	
295		<u>jujur-jujur aja. Jadi SD itu, aku dikarenakan,</u>	Faktor post-
296		<u>gak disekolahn ngaji, gak disekolahn...</u>	traumatic growth:
297		<u>pokoknya aku gak, gak dikenalin agama gitu.</u>	Internal
298		<u>Aku dikenalin agama itu mulai MTS itu, aku</u>	(spiritualitas)
299		<u>dikenalin agama, terus itu, belajar sholat dan</u>	
300		<u>lain sebagainya. Kalo di SD, aku lebih sering</u>	
		<u>ngurung diri di kamar.</u>	
301	P	<i>Kayak gak ada temen cerita, gitu?</i>	
	I	Gak ada, gak ada, bener-bener gak ada.	
302		Terus, dari, <u>karena, aku bener-bener gak ada</u>	
303		<u>temen cerita, kalo misalnya aku deket sama</u>	
304		<u>orang nih, aku bakal ini, lakuin apapun yang</u>	Gambaran
305		<u>orang itu mau, atau inginkan, biar dia gak</u>	bullying: Dampak
306		<u>pergi gitu lho. Karena kan temenku yang</u>	(trauma)
307		<u>sebelumnya, yang kakak kelasku ini kan</u>	
308		<u>pindah kan ke Purworejo, jadinya aku</u>	
		<u>ngerasa kayak sendiri gitu.</u>	
309	P	<i>Pas SD itu ya.</i>	
310	I	Iya.	

311	P	<i>Ee.. Apakah ibadahnya NA menjadi lebih baik setelah mengalami kejadian traumatis itu?</i>	
312			
313	I	Bisa jadi, bisa dikatakan iya.	
314	P	<i>Ee, terus, bagaimana sih hubungan NA sama... orang lain yang ada di sekitar gitu?</i>	
315			
316	I	Untuk saat ini?	
317	P	<i>Heem.</i>	
	I	<u>Hmm... aku baik-baik saja sih. Karena, eh, ee... aku... karena di-bully bukan berarti aku trauma untuk ini ya, untuk berteman dengan orang lain atau apa. Ya, berteman, tapi teman yang sewajarnya gitu lho. Gak yang, yang harus aku deket banget atau itu engga. Ya, berteman sih, ya baik-baik aja. Kalau semisalnya.. ketemu ya saling sapa, atau apa, ya kayak gitu lah. Selama ini nanyain kabar, kayak gitu aja.</u>	Proses post-traumatic growth: Dukungan dan keterbukaan
318			
319			
320			
321			
322			
323			
324			
325			
326	P	<i>Heem. Bukan tipe yang.. punya satu temen itu-itu tok gitu, bukan ya?</i>	
327			
328	I	Tapi aku.. punya satu temen yang emang, itu, dan dia gak terseleksi oleh alam gitu lho, selama kuliah ya.	
329			
330	P	<i>Iya.</i>	
331	I	<u>Nah, kalo pas SMA ini aku punya temen yang emang masih komunikasi sampe sekarang, masih, yaa, ada rasa keluarga gitu. Yang dia memang udah tahu aku, jadi, dia, pokoknya aku udah gak ngalamin bully sejak SMA itu karena temen-temenku itu. Ya.. ya udah, itu. Aku kayak jadi klop gitu sama</u>	Proses post-traumatic growth: Dukungan dan keterbukaan
332			
333			
334			
335			
336			
337			

338		<u>mereka. Kayak keluarga... tapi kalo kuliah</u>	
339		<u>aku prinsipnya, aku berteman sama sapa aja</u>	
		<u>tapi yang... apa ya, deket sama aku tu cuman</u>	
		<u>satu aja, gitu.</u>	
340	P	<i>Nah, untuk sekarang, ee.. ada gak temen</i>	
342		<i>deket Nana yang tahu kalau NA itu pernah</i>	
342		<i>jadi korban bullying?</i>	
343	I	Ada. Itu temen deketku yang kuliah, satu.	
345	P	<i>Satu itu?</i>	
346	I	Hee.	
347	P	<i>Ee, kayak cerita gitu?</i>	
348	I	Iya cerita.	
349	P	<i>Terus, ee..., kan NA kan cerita sama temen e</i>	
350		<i>NA tadi kan. Kayak... temen e NA itu dapat</i>	
351		<i>mempengaruhi NA gak, kayak diri NA, untuk</i>	
352		<i>jadi positif, atau gimana? Kayak lebih ke</i>	
353		<i>responnya dia lah, kalau pas NA.. kalau,</i>	
354		<i>tahu, kalau NA itu korban bullying.</i>	
356	I	Tapi, dia gak ngomong apa-apa i. Cuman	
357		kayak ya kaget, oh iya to?, kayak gitu cuman	
358		gitu aja sih. Terus kayak, dia juga malah	
359		yang kaget kalau misalnya..., dia kagetnya,	
360		lho kok maksudnya aku gak terlihat kayak	
361		korban bullying gitu. Dia kaget tuh gitu aja.	
362		Gak <i>ketok</i> lho, kayak gitu. Ya, udah. Karena	
363		mungkin ini ya mba, <u>aku.. dari kecil.. iku aku</u>	
364		<u>wes ditumpuki berbagai masalah. Jadi,</u>	
365		<u>kadang itu ada masalah yang... kecil lah,</u>	
366		<u>kecil, gitu lah. Nah, kadang kok kowe kayak</u>	
367		<u>nyepelekno gitu lho, kayak, em, masih berat,</u>	
368		<u>masih beratan masalahku yang lain gitu. Jadi</u>	

Proses post-traumatic growth:
Proses kognitif dan perkembangan

369		<u>menurutku <i>bullying</i> ini, kan mental e orang</u>	
370		<u>tuh beda-beda. Nah, kan karena mentalku</u>	
371		<u>dah terbentuk dari aku kecil kan kayak,</u>	
372		<u>dipaksakan untuk dirasa sejak kecil gitu lho.</u>	
373		<u>Jadi, ya... menurut aku kasus <i>bully</i>, <i>bully</i> ku</u>	
		<u>tu kayak, berapa ya... paling... gak nyampe...</u>	
		<u>berapa ya. Gak nyampe 50%. Apa ya kayak</u>	
		<u>menurutku berat gitu gak nyampe gitu.</u>	
374	P	<i>Heem. Tapi, tetep mempengaruhi kehidupan</i>	
375		<i>NA ya?</i>	
376	I	<u>Tapi tetep mempengaruhi kehidupanku.</u>	
377		<u>Otomatis yang di rumah ya, karena jadinya</u>	
378		<u>aku takut keluar, takut sosialisasi, bahkan</u>	Gambaran
379		<u>aku tipe orang yang kalo ketemu orang <i>ki</i></u>	<i>bullying</i> : Dampak
380		<u>nyapa yo. Tapi kalo aku di rumah, aku gak</u>	(trauma)
381		<u>pernah nyapa. Karena kayak setakut itu,</u>	
382	P	<i>Padahal itu terjadi kayak, di.. sama aja</i>	
383		<i>kayak di dalam rumah ya?</i>	
384	I	<i>Iya. Iya sih. Dilakukan dengan orang</i>	
		<i>terdekat.</i>	
385	P	<i>Iya. Itu yang bulik apa yang palik? Atau dua-</i>	
		<i>duanya?</i>	
386	I	<i>Bulik. Bulik sih. Lebih parah ke bulik. Itu sih,</i>	
387		<u>kayak suka provokasi orang. Jadi orang tuh</u>	Gambaran
388		<u>benci aku. Nanti si orang ini ngomong ke</u>	<i>bullying</i> : Bentuk
389		<u>sana, sana, sana sanaa, citraku jadi jelekkkk,</u>	(perilaku verbal)
		<u>jadi kayak, ya udah.</u>	
390	P	<i>Berarti pas ke situ paklik kayak gak tahu</i>	
		<i>gitu?</i>	

391	I	<i>*tidak jelas* kan yang adik dari bapakku yang bulik.</i>	
392	P	<i>Oh gitu, kandung ya?</i>	
393	I	<i>Iya, kandung.</i>	
394	P	<i>Berarti di dalam rumah pun NA kayak gak</i>	
395		<i>ada temen, bener-bener gak ada cerita. Gak</i>	
396		<i>ada anaknya gitu?</i>	
397	I	<i>Gak ada. <u>Ada anaknya, aku pun gak dekat</u></i>	
398		<i><u>lho sama anaknya, sampe sekarang. Jadi,</u></i>	
399		<i><u>kalo aku pulang serumah, cuman kita</u></i>	
400		<i><u>ngomong i kalo butuh aja. Paham gak? Yang</u></i>	Gambaran
401		<i><u>kayak, ya udah, aku di kamarku. Aku pulang</u></i>	<i>bullying: Dampak</i>
402		<i><u>lho ke Solo, dari Solo ya, di kamar terus. Gak</u></i>	<i>(dikucilkan)</i>
403		<i><u>pernah kayak ikut ngobrol gitu, atau apa.</u></i>	
404		<i><u>Karena, kayak aku males gitu. Males</u></i>	
405		<i><u>ngomong apapun.</u></i>	
406	P	<i>Itu berapa sih anak e?</i>	
407	I	<i>Satu aja.</i>	
408	P	<i>Itu kayak malah, itu bisa jadi temen,</i>	
409		<i>saudara, harusnya gitu ya.</i>	
410	I	<i>Gak sih. <u>Ya, soal e kadang ki saudaraku ya...</u></i>	
411		<i><u>menikung. Jadi paham gak sih? Kayak,</u></i>	Gambaran
412		<i><u>maksud e aku takut cerita <i>ngene ngko</i></u></i>	<i>bullying: Dampak</i>
413		<i><u>diceritakno neng kono, <i>ngko crita ngene</i></u></i>	<i>(dikucilkan)</i>
414		<i><u>beda. Jadi aku lebih memilih untuk diem.</u></i>	
415	P	<i>Satu umuran gak, atau lebih tua?</i>	
416	I	<i>Ya.. itu sih, lebih tuaan aku. Gitu.</i>	
417	P	<i>Nah, tadi kan udah ya, tentang bullying tadi.</i>	
418		<i>Nah terus, apa sih yang membuat NA survive</i>	
419		<i>dalam melalui itu untuk sekarang?</i>	

417	I	<u>Iya, apa ya mba? Soalnya aku masih punya</u>	Aspek post-traumatic growth: Penghargaan hidup
418		<u>itu aja ya, ya... buat apa gitu. Ya tadi kan aku</u>	
419		<u>mikir tu <i>bullying</i> buat aku bukan.. jadi</u>	
420		<u>masalah yang.. komplit di dalam hidupku</u>	
421		<u>gitu lho. Karena menurutku masih ada hal</u>	
422		<u>berat yang ada di hidupku. Contoh kayak</u>	
423		<u>pundakku ini masih <i>ono</i>... beban lain selain</u>	
		<u><i>bullying</i> gitu.</u>	
424	P	<u>Terus, untuk sekarang ya. Bagaimana sih</u>	
425		<u>cara NA, kayak, mengapresiasi diri NA?</u>	
426	I	Emm...	
427	P	<u>Dengan segala.. kayak, keakuan, masalah</u>	
428		<u>hidup, terus jadi korban <i>bullying</i>..</u>	
429	I	<u>Paling ini, <u>kalo apresiasi diri sekarang, aku</u></u>	
430		<u><u>memberikan ruang untuk diriku sendiri, gak</u></u>	
431		<u><u>mau terlalu memaksakkan diriku sendiri.</u></u>	
432		<u>Terus, apa ya, berusaha mencintai diriku</u>	
433		<u>sendiri dengan meninggalkan hal-hal yang</u>	Aspek post-traumatic growth: Penghargaan hidup
434		<u>menurutku <i>toxic</i>. Jadi, misal ada temen yang</u>	
435		<u>kayaknya <i>toxic</i> ya udah, ya udah gitu. Kayak</u>	
436		<u>ya udah kita kenal aja, tapi aku gak mau</u>	
437		<u>terlalu dekat. Ya kayak gitu sih, kayak.. yaa..</u>	
438		<u>udah. <u>Banyak mencintai diriku sendiri, yah,</u></u>	
439		<u><u>gitu lah pokok e. Lebih nyaman lah. Terus,</u></u>	Aspek post-traumatic growth: Hubungan dengan orang lain
440		<u><u>kalo semisal aku lagi sedih, aku lagi, dulu</u></u>	
441		<u><u>kalo aku lagi sedih atau lagi apa kan aku</u></u>	
442		<u><u>lebih diem, mendem, atau apa. Nah sekarang</u></u>	
443		<u><u>aku tuh belajar <i>journaling</i>. Terus kan <u>karena</u></u></u>	
444		<u><u>sekarang aku dah ada Zulmi kan, aku.. kayak</u></u>	
445		<u><u>mengekspresikan ke Zulmi, aku ki lagi sedih,</u></u>	

446		<u>atau apa, dan Alhamdulillah ki Zulmi bukan tipe orang yang kayak, "nopo sedih, gak usah sedih", enggak. Dia lebih milih dengerin aku dulu, gitu. Gitu sih.</u>	
447	P	<i>Berarti ke Zulmi tadi ya.</i>	
448	I	Iya	
449	P	<i>Nah, sekarang prioritas NA itu apa?</i>	
450	I	<u>Lulus kuliah dulu *terkekeh*. Lulus kuliah,</u>	
451		<u>iya sih, kalo aku sekarang ditanya</u>	
452		<u>prioritasnya sekarang lulus kuliah dulu. Ya</u>	Aspek post-
453		<u>pengen lah pasti nanti kerja, gitu kan. Tapi,</u>	traumatic growth:
454		<u>prioritasnya lulus kuliah dulu. Soalnya aku</u>	Penghargaan hidup
455		<u>gak mau terlalu mikir jauh dulu. Mikir deket aja dulu, gitu aja sih.</u>	
456	P	<i>Jadi kayak, NA lebih ke.. prioritas yang</i>	
457		<i>deket dulu baru nanti kalo udah selesai,</i>	
458		<i>mikiran yang lain gitu ya.</i>	
459	I	Iya hee	
460	P	<i>Bukan yang kayak checklist semua tujuan, terus...</i>	
461	I	<u>Iya punya, punya kayak suatu tujuan gitu.</u>	
462		<u>Cuman kayak, gak yang, oh, aku harus</u>	
463		<u>banget ini, enggak. Jadi yang deket dulu</u>	
463		<u>kayak skripsi yang kayak, pada saat ini. Jadi,</u>	Aspek post-
465		<u>aku kan pernah belajar, eh ya salah satu</u>	traumatic growth:
466		<u>mencintai diri ku tadi itu, dengan tidak</u>	Penghargaan hidup
467		<u>memikirkan masa depan yang terlalu jauh.</u>	
468		<u>Jadi aku belajar untuk hidup di sini, gini.</u>	
		<u>Nah , di sini gini, aku skripsian. Ya udah,</u>	
		<u>berarti aku harus selesaikan skripsi dulu,</u>	
		<u>gitu.</u>	

469	P	<i>*tertawa* Motivasi juga sih, nggo aku.</i>	
470	I	Aku belajar itu.	
471	P	<i>Ee, NA apakah, NA merasa bahwa orang</i>	
472		<i>terdekat NA itu mampu memberi perubahan</i>	
473		<i>untuk hidup NA?</i>	
474	I	Enggak. Enggak.. gak tahu ya. Ini bisa	
475		memberikan perubahan atau enggak sih.	
476		Tapi, aku... <u>dia gak bisa memberikan</u>	Aspek post-
477		<u>perubahan yang positif, tapi dia kayak jadi</u>	traumatic growth:
478		<u>membuat aku terpacu untuk bisa semangat</u>	Hubungan dengan
479		<u>meraih masa depanku gitu lho. Jadi kalau</u>	orang lain
480		<u>semakin aku dibenci, atau aku semakin di</u>	
481		<u>caci-maki, atau apa, malah aku semakin</u>	
482	P	<i>Itu kan karena tadi ya, karena mungkin dari</i>	
483		<i>kejadian...</i>	
484	I	Iya.	
485	P	<i>Kan itu yang memotivasi NA. Ee, apa sih,</i>	
486		<i>makna orang terdekat bagi NA?</i>	
487	I	Hmm, gak tahu. <u>Orang terdekat ya? Toxic</u>	Aspek post-
488		<u>bisa dikatakan? *tertawa*</u>	traumatic growth:
489	P	<i>Semuanya?</i>	Hubungan dengan
490	I	<u>Kecuali keluarga Ikoh ya. Kecuali bukjo.</u>	orang lain
491		<u>Tapi kan keluarga Ikoh dan bukjo itu kan</u>	
492		<u>bukan saudara aku. Yang sedarah sama aku</u>	
493		<u>tuh justru malah mereka yang membuat aku</u>	Gambaran
494		<u>tox, eh, mereka yang toxic, mereka yang</u>	bullying: Dampak
495		<u>justru perlahan-lahan menghancurkan</u>	(trauma)
496		<u>mentalku ya. Karena dengan, tadi,</u>	
497		memprovokasi orang-orang, kayak gitu kan	
498		jadinya, <u>ini aku, mentalku jadi ciut untuk</u>	

499		<u>bersosialisasi dengan lingkungan sekitar</u>	Aspek post-traumatic growth: Kekuatan diri
500		<u>rumah lho. Justru aku malah lebih enjoy</u>	
501		<u>komunikasi dengan yang di luar lingkungan</u>	
502		<u>rumah gitu. Gitu sih. Terus... apa ya... kalo</u> <u>bikin aku down justru malah enggak, karena</u> <u>kalau mereka semakin mencaci aku, ya tadi,</u> <u>semakin aku malah... lari ku jauh.</u>	
503	P	<i>Mungkin, ee, apa orang terdekat itu gak</i>	
504		<i>cuman keluarga, mungkin ada temen, atau</i>	
505		<i>sekarang ada.. pacar, dan sebagainya gitu?</i>	
506	I	Kalau teman aku... aku pas MTS aku cuman	
507		deket sama guru TU. Guru <u>TU ini yang...</u>	
508		<u>selalu ngasih motivasi sih ke aku, sampe aku</u>	
509		<u>kan, akhirnya mau lanjut sekolah, itu kan</u>	
510		karena, ya emang aku udah pengen sekolah	
512		ya. Cuman kan, <u>itu posisinya aku bingung,</u>	
513		<u>sekolah kan pasti butuh biaya. Nah aku itu</u>	
514		<u>cerita sama mbak ini di TU. Mbak nya sampe</u>	
515		<u>bilang, tapi ada kok temen aku yang ikut</u>	Aspek post-traumatic growth: Hubungan dengan orang lain
516		<u>orang, dia disekolahkan gitu. Jadinya aku,</u>	
517		<u>mbak aku mau mbak, disekolahkan sama</u>	
518		<u>orang, tapi aku kerja atau apa. Terus dibantu</u>	
519		<u>sama dia. Terus... temen SMA itu ya. SMA</u>	
520		<u>itu tu aku punya temen yang... memang</u>	
521		<u>mereka baik banget gitu lho. Jadi mereka itu</u>	
522		<u>mau berteman sama aku tuh, karena iya,</u>	
523		<u>mereka udah tahu kondisiku, pokoknya</u>	
524		<u>keadaanku kayak gimana, mereka udah tahu,</u>	
525		<u>dan mereka itu mengerti gitu lho. Jadi</u>	
526		semisal aku gak jajan, karena <u>aku gak punya</u>	
527		<u>uang atau apa ya, nanti dipinjemin, gitu.</u>	

528		<u>Terus atau aku lagi, bahkan pernah ada di</u>	
529		<u>posisi kayak aku sedih banget ini, aku... ada</u>	
530		<u>masalah sama orang yang nyekolahin aku</u>	
531		<u>kan. Aku tuh sampe ngingep di tempat temen</u>	
532		<u>aku. Ya karena kan aku gak tahu pulang ke</u>	
533		<u>mana. Nah, kalau pacar... aku dulu sama</u>	
534		<u>orang itu sebelum sama Zulmi, rasanya</u>	
		<u>pacarannya tuh masih main-main. Masih</u>	
		<u>kayak, ya cinta monyet ya. Nah tapi kan</u>	
		<u>kalau sama Zulmi aku udah serius gitu lho.</u>	
		<u>Nah, kalo sama Zulmi ini, aku ya..</u>	
		<u>disemangatin lah. Dan dibantu juga, kan,</u>	
		<u>materi, kayak gitu.</u>	
535	P	<i>Berarti.. emm, makna orang terdekat bagi</i>	
536		<i>NA itu... ya, sesuatu banget gitu ya,</i>	
537		<i>maksudnya buat kayak perubahan diri NA.</i>	
538	I	<i>Iya. Baik secara positif dan negatif.</i>	
539	P	<i>Hal apa sih yang membuat NA yakin, bahwa</i>	
540		<i>kamu itu bisa melewati kehidupan yang</i>	
		<i>tersulit?</i>	
541	I	<i>Yaa... untuk kapan ini?</i>	
542	P	<i>Ee.. ya hal apa aja yang membuat kamu</i>	
		<i>yakin?</i>	
543	I	<i>Dari kapan? Saat ini?</i>	
545	P	<i>Hee, bahwa NA itu bisa melewati kehidupan</i>	
546		<i>yang tersulit?</i>	
547	I	<u>Ya..., karena... aku kemarin-kemarin aja yang</u>	
548		<u>sulit, aku bisa ngelewat, pasti ini aku bisa,</u>	
549		<u>walaupun, tingkatannya itu.. akan lebih</u>	
550		<u>berat. Itu aja sih, mba, aku mikirnya.</u>	
			Aspek post-traumatic growth: Kekuatan diri

551	P	<i>Nah, terus, bagaimana cara NA memotivasi diri NA, kalau menemukan kondisi yang sedang tidak sesuai dengan apa yang Anda harapkan, kayak mungkin NA lagi... harus bisa memotivasi diri kamu, padahal kondisinya itu lagi gak itu gitu lho, lagi gak sesuai gitu lho.</i>	
552			
553			
554			
556			
557			
558	I	Hmm, maksud e?	
559	P	<i>Maksudnya, em, misal kondisinya kamu itu lagi gak memungkinkan untuk sesuatu itu. Tapi, kamu tetep... kayak... gimana sih memotivasi nya gitu?</i>	
560			
561			
562	I	Mengerjakan skripsi misal? Misal aku lagi gak mood dalam mengerjakan skripsi, tapi motivasiku apa gitu kan?	
563			
564			
565	P	<i>Heem.</i>	
566	I	Hmm... apa ya? <u>Motivasinya aku kayak ndak lulus, jadi aku ya aku harus ngerjakno.</u>	Aspek post-traumatic growth:
567			Kekuatan diri
568		<u>Walaupun, aku kan pernah memang ada di kondisi itu. Ee, aku kayak gini, ya oke deh,</u>	
569		<u>istirahat dulu gitu. Tapi, aku jadi ngomong sama diriku sendiri, tapi janji ya, nanti,</u>	
570		<u>kayak, harus balik lagi mood nya atau gimana gitu. Biasanya dengan kayak makan coklat, atau apa, atau kan karena aku tuh</u>	Proses post-traumatic growth:
571		<u>extrovert, aku gak bisa kalo harus di dalam terus, di dalam kamar terus, keluar. Keluar bukan yang kayak di cafe, enggak. Di</u>	Karakteristik personal
572		<u>kampus, duduk, gitu, ya udah, nanti pulang-pulang ya udah gitu.</u>	
573			
574			
575			
576			
577			
578			
579			
580		membuat janji sama diriku sendiri, jadi ini	

581		lah. <u>Kayak revisi ini misal, kayak, oke, kamu istirahat dulu ae, tapi janji yaa, nanti setelah dua hari kamu balik lagi, walaupun mungkin itu susah gitu. Tapi, kamu bisa, gitu.</u>	
582	P	<i>Tapi tetep di, di diri NA harus gitu, gitu ya?</i>	
583	I	Iya. Ya itu tadi, <u>aku selama 2 tahun belajar buat self-love, selama putus sama Zulmi itu</u>	Aspek post-traumatic growth: Kekuatan diri
584		ya, <u>aku kan belajar buat mencintai diriku sendiri. Di situ itu aku kayak belajar banyak</u>	
585		<u>gitu lho.</u>	
586			
587	P	<i>Heem. Nah, terus, saat kamu mungkin dihadapin dengan keadaan yang sulit, bagaimana sih cara kamu menghadapi? Kayak misal, contohnya mungkin... ee, apa, selama ini kan kamu kan, sendiri... gitu. Gimana sih caranya kamu menghadapi semuanya gitu lho? Dari diri kamu sendiri.</i>	
588			
589			
590			
591			
592			
593	I	Sendiri... pas aku kuliah ya?	
594	P	<i>Ya, dari awal sampe sekarang.</i>	
595	I	Gak tahu ya mba. Soalnya kayak mengalir, wong aku ae tiba-tiba bingung lho, maksudnya, kayak aku ada di titik ini. Jadi ya mengalir.	
596			
597			
598	P	<i>NA, kayak, ee, apa, lebih ke nganu, kayak ke Allah gitu gak?</i>	
599			
600	I	Iya. Ya, kalau itu iya. <u>Tapi kalo misal kayak, harus gimana-gimana gitu aku jujur... ngalir</u>	Aspek post-traumatic growth: Kemungkinan baru
601		<u>ya mba. Tapi gak tahu, nanti, misal ya</u>	
602		<u>mengalir. Misal, aku gak bayar, gak bisa</u>	
603		<u>bayar, dah harus bayar UKT, tapi ternyata</u>	
604		<u>gak ada uang. Aku mikir kayak, ya udah</u>	
605			

606		<u>mengalir. Kalau aku nanti memang gak ada</u>	
607		<u>uang, ya udah nanti aku cuti gitu, aku</u>	
608		<u>mikirnya nanti gitu. Tapi ternyata di tengah</u>	
609		<u>jalan kayak, Allah ngasi bantuan. Ya udah,</u>	
610		<u>nanti berarti aku ternyata, ada, ada uang nih</u>	
611		<u>buat bayar UKT. Ya udah bayar. Nah itu kan</u>	
		<u>termasuknya aku kayak ngalir gak sih?</u>	
		<u>Ngikutin arus, gitu aja, gitu.</u>	
611	P	<i>Lebih ke, apa, yakin sama Allah gitu ya, kalo</i>	
612		<i>semuanya itu udah di atur.</i>	
613	I	Hee.	
614	P	<i>Kayak misal, ada kemungkinan atau</i>	
615		<i>kesempatan, kayak sesuatu dalam hidup</i>	
616		<i>kamu, apakah kamu, apa, kayak pengen</i>	
617		<i>ngelewat? Kayak misal, kesempatan...</i>	
618		<i> mungkin nanti kamu kalau udah lulus, terus</i>	
		<i>ditawarin kerja, gitu?</i>	
619	I	Mau atau enggak gitu?	
620	P	<i>Heem.</i>	
621	I	<u>Ya, mau. Ya, karena... biar apa ya. Soal e kan</u>	
622		<u>orang-orang desa, yang di Pati, menganggap</u>	
623		<u>bahwa, aku kuliah. Orang desa menganggap</u>	
624		<u>orang kuliah itu, ya harus bisa kerja, kerja</u>	
625		<u>kantoran, PNS, gini lah, apa lah.</u>	Aspek post-
		<u>Ekspektasinya udah terlalu tinggi gitu kan.</u>	traumatic growth:
626	P	<i>Heem.</i>	Kemungkinan baru
627	I	<u>Nah, kalau misal aku ditawarin kerja ya, aku</u>	
628		<u>mau. Karena kan, dengan begitu kayak aku</u>	
629		<u>bisa membungkam mereka semua gitu lho</u>	
		<u>mba.</u>	

630	P	<i>Heem. Dua lagi ya. Apa sih yang membuat</i>	
631		<i>spiritualitas kamu jadi lebih baik? Kayak,</i>	
632		<i>keagamaannya gitu.</i>	
633	I	<i>Mmm... apa sih, ya sholat. dzikir, itu aja sih.</i>	
634	P	<i>*terdiam*</i>	
635	I	<i>*tidak jelas*</i>	
636	P	<i>Oya, yang terakhir. Saat NA mengalami</i>	
637		<i>kejadian traumatis tersebut, kayak jadi</i>	
638		<i>korban bullying tadi, apakah NA merasa</i>	
639		<i>bahwa hubungan dengan Allah SWT itu</i>	
		<i>menjadi lebih baik?</i>	
640	I	<i>Mm, bisa dikatakan iya.</i>	
641	P	<i>Contohnya mungkin?</i>	
642	I	<i>Yaa.. <u>jadi kalo misal, kan aku dulu gak punya</u></i>	Aspek post-
643		<i><u>temen. Yaa, otomatis aku ngadunya sama</u></i>	traumatic growth:
644		<i><u>sapa lagi? Kan ke Allah. Lha keluarga aja</u></i>	Peningkatan
		<i><u>kayak gitu.</u></i>	spiritualitas
645	P	<i>Berarti semuanya dari dulu, kan SD kan</i>	
646		<i>belum sholat ya. Terus SMP itu kan, setelah</i>	
647		<i>habis kena korban bullying itu tadi, terus</i>	
648		<i>sholat, ngadu ke Allah semuanya, kayak</i>	
		<i>gitu?</i>	
649	I	<i>Heem</i>	
650	P	<i>Berarti menjadi lebih baik ya.</i>	
651	I	<i>Iya, betul. Terus semenjak kenal Ikoh juga</i>	
652		<i>ya, jadi lebih baik lagi.</i>	
653	P	<i>Ikoh itu pas di pondok ya? Apa pas SMA?</i>	
654	I	<i>Enggak, Ikoh itu temenku, temenku pas</i>	
		<i>SBMPTN</i>	
655	P	<i>Oya pas masa kuliah berarti ya?</i>	
656	I	<i>Mau masuk kuliah.</i>	

657	P	<i>Oke, makasih ya Na untuk waktunya.</i>	
658	I	<i>Wes mba?</i>	
659	P	<i>Udah. Makasih ya untuk waktunya, setelah</i>	
660		<i>meluangkan waktu.</i>	
661	I	<i>Sama-sama.</i>	

TRANSKRIP HASIL WAWANCARA INFORMAN 3 (W1. I3)

Nama : VNA (Inisial)
 Usia : 25 tahun
 Hari/tanggal : Selasa, 28 Maret 2023
 Tempat : Seafood Lamongan Dua Cabang, Kartasura
 Keterangan : P: Peneliti, I: Informan

No	P/I	Percakapan	Keterangan
1	P	<i>Assalaimulaikum mba</i>	
2	I	<i>Walaikumussalam mba</i>	
3	P	<i>Gimana kabarnya?</i>	
4	I	<i>Alhamdulillah sehat, mba.. mbanya sendiri</i>	
5		<i>gimana kabar e?</i>	
6	P	<i>Alhamdulillah baik. Maaf ya kalo ganggu waktunya.</i>	
7	I	<i>Gapapa, ini disempat-sempatkan kok mba *tertawa*</i>	
8	P	<i>Apa, mau... tanya, apa, terkait itu lho mba</i>	
9		<i>yang kemarin tentang, apa, korban bullying.</i>	
10	I	<i>Heeh?</i>	
11	P	<i>Ee.. oiya ini mba udah sampe, eh, di tahap</i>	
12		<i>mana, masih skripsi ya?</i>	
13	I	<i>Iya, Alhamdulillah masih skripsian</i>	
14	P	<i>Tapi udah mau selesai ya?</i>	
15	I	<i>Ee, kurang sedikit sih mba. Doain lancar ya.</i>	
16	P	<i>Ee, oiya mba. Ee, saya mulai ya.</i>	
17	I	<i>Siap, monggo, monggo, dipersilahkan.</i>	
18	P	<i>Ee, sejak kapan sih mba mengalami, apa,</i>	
19		<i>menjadi korban bullying?</i>	
20	I	<i>Dari, dari kecil, dari TK kalo gak salah ya?</i>	

21	P	<i>Hm, dari TK?</i>	
22	I	<u>Sampe.., kalo aku ngerasainnya ya sampe</u>	
23		<u>awal-awal kuliah semester 1.</u>	
24	P	<i>Wow, dari TK sampe semester 1, berarti</i>	
25		<i>berapa tahun aja itu mba?</i>	
26	I	<u>Ya... lama sih, bisa dihitungnya lama, tapi</u>	Gambaran <i>bullying</i> : Bentuk (lama terjadinya)
27		<u>emang seringnya terjadinya di sekolahan.</u>	
28		Jadi kayak, kalo sekolah kan ada hari libur,	
29		atau apa, jadi ya gak, sebenarnya gak setiap	
30		hari di- <i>bully</i> . Cuman kan, <u>interaksi sama</u>	
31		<u>orang-orangnya itu kan hampir setiap hari</u>	
32		<u>juga, gitu. Jadinya, kayak, kayak lama wae</u>	
33		<u>kan, ya dari TK sampe awal-awal kuliah</u>	
34		<u>*terkekeh*</u>	
35	P	<i>Berarti apa, beda... beda sekolah tetep ada</i>	
36		<i>pem-bully-an gitu ya?</i>	
37	I	<i>Hee, dan emang aku orangnya tu takut.</i>	Proses post- <i>traumatic growth</i> : Karakteristik personal
38		<u>Maksud e kan kayak ngerasa terintimidasi,</u>	
39		<u>dan aku tu gak, gak lapor orang tua, gitu lho</u>	
40		<u>mba. Aku gak lapor orang tua, gak lapor</u>	
41		<u>guru, jadi memang.. aku tu karena penakut,</u>	
42		<u>aku pendem sendiri. Jadi meskipun di</u>	
43		<u>sekolah ya.., ya tetep ada <i>bully</i> kok ternyata,</u>	
44		<u>apa lagi masa-masa itu, gak tahu internet, gak</u>	
45		<u>tahu apa, pokok e cuman <i>tak</i> pendem sendiri.</u>	
46	P	<i>Ee, emang bentuk <i>bullying</i> apa saja sih mba</i>	
47		<i>yang, apa, terjadi pada mba selama itu?</i>	
48	I	<u>Em, seringnya tuh apa ya.. dipanggil bukan</u>	Gambaran <i>bullying</i> : Bentuk (perlakuan)
49		<u>namaku. Kalau yang TK aku dah lupa-lupa</u>	
50		<u>ingat, paling <i>mentok-mentok</i> ndak ditemen</u>	
51		<u>gitu. Terus kalo yang SD itu, emang</u>	

49		<u>seumpama ni, aku gak kasi contekan ke</u>	Gambaran bullying: Dampak
50		<u>mereka, nanti satu kelas, ee, dibilang sama</u>	
51		<u>temenku yang, kan dia gak mau <i>tak</i> kasi</u>	
52		<u>contekan, terus dianya tu marah sama aku,</u>	
53		<u>terus dia tu provokasi temen-temen sekelas</u>	
54		<u>buat jangan ngobrol sama aku, jangan mau</u>	
55		<u>diajak ngomong, jangan mau diajak main.</u>	
56		<u>Terus, ee, ak.. aku yaa pokoknya yang</u>	
57		<u>menurutku paling parah itu sih... aku gak</u>	
58		<u>punya temen di situ. Terus, apa lagi ya?</u>	
59		<u>Emm, seumpama ada yang gak suka sama</u>	
60		<u>aku, seumpama geng mba A gitu ya, lha dia</u>	
		<u>nanti juga provokasi temen-temennya biar</u>	
		<u>gak main sama aku, jadi aku gak punya</u>	
		<u>temen, kayak gitu lho.</u>	
61	P	<i>Oo, dan itu... em, gimana sih perasaan mba</i>	
62		<i>waktu itu pas jadi korban bullying?</i>	
63	I	Ya kalo, <u>kalo pas itu ya, pas kecil ya</u>	
64		<u>ngerasanya mungkin, oh hal yang biasa di..</u>	
65		<u>hal yang biasa di, apa sih, <i>dinesoni</i>,</u>	
66		<u>dimarahin, terus gak diajak ngomong, soal <i>e</i></u>	
67		<u>setelah beberapa hari juga mereka nge-akrab-</u>	
68		<u>in lagi, terus- <i>*terpotong*</i> aduh, aduh David</u>	
69		<u>jangan gitu, maaf ya <i>*tertawa*</i>, soalnya dia</u>	
70	P	<i>*tertawa* gapapa.</i>	
71	I	Terus, kalo ditanya lagi menurutku yang	
72		paling parah tu SMP SMA sih..	
73	P	<i>Oiya, kalo...</i>	

74	I	<u>Kalo pas itu ya waktu kecil ngerasanya biasa.</u>	<p>Gambaran <i>bullying</i>: Dampak (sedih / sakit hati)</p>
75		<u>Kalo yang SMP SMA tu aku.. bener-bener</u>	
76		<u>ngerasain karena udah <i>gedhe</i> kali ya, udah</u>	
77		<u>paham perasaan aku yang sakit hati, sakit hati</u>	
78		<u>sangat, sampe sekarang aku gak lupa</u>	
79		<u>orangnya, aku gak lupa harinya, gak lupanya</u>	
80		<u>kata-katanya gimana, semuanya masih inget</u>	
		<u>aku ya ampun...</u>	
81	P	<i>Berarti bullyingnya itu lebih ke apa... ke</i>	
82		<i>verbal ya mba ya? Atau mungkin ada fisik</i>	
		<i>juga?</i>	
83	I	Apa?	
84	P	<i>Bullying nya lebih ke verbal?</i>	
85	I	Fisiknya yang SMP. Mental, fisik.	
86	P	<i>Mungkin seperti apa mba?</i>	
87	I	Mental sama fisik. Apa?	
88	P	<i>Pas SMP itu, me, fisiknya kayak gimana mba</i>	
89		<i>contohnya?</i>	
90	I	<u>Yang fisik itu, aku gak tahu karena apa,</u>	<p>Gambaran <i>bullying</i>: Bentuk (perlakuan verbal dan fisik)</p>
91		<u>cuman aku ingetnya itu kelas satu, baru awal</u>	
92		<u>masuk. Gak tahu dia mungkin gak suka sama</u>	
93		fisikku, atau mungkin aku yang ya cerewet	
94		atau apa, aku lupa alasan dia gak suka sama	
95		aku itu apa, <u>jadinya kayak, seringya kayak</u>	
96		<u>sering cari masalah ke aku gitu lho, tapi aku</u>	
97		<u>cuekin. Lha, gak tahu itu ada masalah apa,</u>	
98		<u>jam kosong, ee, tiba-tiba dia tuh, dia nge-,</u>	
99		karena dia tuh anak, anak motor kan, anak	
100		motor ya, motor suka di-preteli gitu lah, ya	
101		cah-cah racing kayak gitu. <u>Nah, makannya</u>	
102		<u>dia tuh ke sekolah bawa, kayak, peralatan</u>	

		<u>bengkel itu lho mba, kalo mba tahu tu, yang kunci inggris yang buat benerin motor itu dilempar ke pipiku.</u>	
103	P	<i>Ya Allah... itu berarti sakit?</i>	
	I	<u>Ya itu, sakit maksudnya untuk aku yang baru kelas satu SMP, kemarin, ee baru aja lulus, dan aku gak begitu kenal siapa dia, tiba-tiba digituin ya.. dan itu aku nangis sampe inget banget buku LKS ku basah, dan di situ dia itu bosnya kelas, jadi tu gak ada yang belain aku, gak ada yang berani ngelawan dia gitu lho, karena dia itu emang udah, dia itu, anaknya tu vokal gitu lho. Kayak, seumpama, apa, aku tuh kan diem ya, setelah dilempar itu, dia aja bisa bilang begini, padahal aku diem, "mau kamu laporin polisi atau siapa juga aku gak takut". Jadi aku gak ngomong apa-apa karena saking takutnya, tapi dia udah ngasih <i>statement</i> kayak gitu, ya aku makin kayak yang... hah... *menghela nafas*, gak karu-karuan pokoknya cuman nangis <i>tok</i>. Dan itu dari dua puluh, eh sembilan belas temenku yang lain gak ada yang belain aku lho, pada diem semua, hening, bayangin.</u>	Gambaran <i>bullying</i> : Dampak (dikucilkan)
104			
105			
106			
107			
108			
109			
110			
111			
112			
113			
114			
115			
116			
117			
118			
118			
119			
120	P	<i>Berarti di situ gak ada satupun yang kayak mbela atau ngomong ke guru gitu, mba?</i>	
121			
122	I	Gak ada... *tertawa*, gak, gak ada. <u>Bahkan, lapor ke wali kelas itu gak ada. Gak ada, gak ada, karena emang anaknya tu ngeri gitu lho pokoknya. Yang suka <i>misuh-misuh</i>, yang suka mengintimidasi, yang suka ngancem-</u>	Gambaran <i>bullying</i> : Bentuk (perlakuan verbal dan fisik)
123			
124			
125			
126			

127		<u>ngancem, kayak gitu lah, parah banget</u>	
		<u>*tertawa*.</u>	
128	P	<i>Iya..., berarti, apa, pas di rumah, gitu mba</i>	
129		<i>juga gak cerita ya ke keluarga, ke bapak atau</i>	
		<i>ibu, gitu?</i>	
130	I	Gimana?	
131	P	<i>Ee, pas di rumah juga gak...</i>	
132	I	Iya, gak berani. Takut. Gak tahu kenapa ya,	
133		mungkin, apa?	
134	P	<i>Berarti apa, mba kayak mendem sendiri</i>	
		<i>gitu?</i>	
135	I	Gimana?	
136	P	<i>Mendem sendiri gitu?</i>	
	I	Hee, <u>karena mungkin ya, kedekatan antar</u>	
137		<u>orang tuaku juga dari kecil kurang terbangun</u>	
138		<u>atau apa. Mungkin aku juga merasa, alah</u>	
139		<u>sendirinya, mung..., ya karena mungkin aku,</u>	
140		<u>aku gak mikir ke depannya itu ternyata</u>	Faktor post-
141		<u>ngaruh ke mentalku atau gimana, aku juga</u>	traumatic growth:
142		<u>gak tahu gitu lho ya. Ya, menurutku dengan...</u>	Internal (kekuatan
143		ee, aku tidak bermasalah dengan orang itu	dalam diri)
144		lagi aja aku udah bersyukur gitu lho,	
145		maksudnya.. oh, umpama ni aku masuk	Gambaran
146		sekolah hari ini, oh aku gak ada masalah	bullying: Dampak
147		sama dia itu menurutku udah, Alhamdulillah	(dikucilkan)
148		banget. <u>Karena... ee, kalo seumpama aku</u>	
149		<u>lapor ke orang tua atau lapor ke guru, aku</u>	
150		<u>tahu ini bakal jadi masalah serius dan</u>	
		<u>mengancam aku lebih... lebih buruk gitu lho,</u>	
		paham gak?	

151	P	<i>Iya. Ee, apakah dia masih yang... pelaku korban bullying itu juga, kayak geng-geng an gitu mba, apa.. dia sendiri yang melakukan kayak gitu?</i>	
152			
153			
154	I	<i>Ee, <u>ya, dia punya geng. Jadi ya paling, ee, kalo yang SMP, SMP itu punya geng, SD</u></i>	Gambaran <i>bullying:</i> Bentuk (pelaku)
155		<i><u>punya geng, yang SMA tu pribadi sih waktu itu, SMA...</u> Ya ini yang mana yang</i>	
156		<i>ditanyain? Soalnya beda orang *tertawa*</i>	
157			
158	P	<i>Ya, yang pas SMP itu ya, yang sampe fisik, sampe bener-bener fisik itu kan, bakalan...</i>	
159			
160	I	<i>Ya, iya dia itu, ee, jadi kayak, <u>ada geng empat</u></i>	Gambaran <i>bullying:</i> Bentuk (pelaku)
161		<i><u>apa berapa orang, tapi yang paling bener-bener berani itu cuman dia, paling yang lain</u></i>	
162		<i><u>cuman kayak yang, emm, ngatain fisik aku</u></i>	
163		<i><u>atau apa, gitu-gitu, nambah-nambah i ngono</u></i>	
164		<i>kae lho. Sebenarnya pun, emm, mereka yang</i>	
165		<i>ber-geng sama anak itu tu, ya sebener e</i>	
166		<i>karena karena takut, bukan apa-apa. Karena</i>	
167		<i>takut gak ditemen, takut diancem dan sebagainya, hee.</i>	
168	P	<i>Lebih kayak, ee, itu satu kelas ya mba ya? Kalau yang SD itu juga satu kelas mba?</i>	
169			
170	I	<i>Hee, satu kelas. Yang SD apa?</i>	
171	P	<i>Yang SD itu juga satu kelas ya?</i>	
172	I	<i><u>Lebih ke mental ya. Mental... soalnya emang</u></i>	Gambaran <i>bullying:</i> Dampak (dikucilkan)
173		<i><u>ya itu, seumpama dia gak suka sama aku, ee,</u></i>	
174		<i><u>gak suka sama tingkahan ku atau apa, ya... ya</u></i>	
175		<i><u>nanti ngabarin temen-temen lainnya biar gak</u></i>	
176		<i><u>ngobrol sama aku, itu beda kelas, tapi satu</u></i>	
177		<i><u>desa. Jadi, nanti pas di desa juga aku gak</u></i>	

178		<u>punya teman main, gak ada yang mau main sama aku.</u>	
179	P	<i>Ooo...</i>	
180	I	Karena udah di provokasi sama ya orang	
181		yang gak suka sama aku gitu lho. Dan itu	
182		terus begitu gak cuman...	
183	P	<i>Iya, berarti bullying di sekolah ngaruh ke</i>	
184		<i>lingkungan ya...</i>	
185	I	<i>Hee. <u>Lebih ke mental aku yang down, down</u></i>	
186		<i>ya, pasti down lah, maksudnya aku lagi</i>	
187		<i><u>pengen main, tapi ternyata, oh, karena aku</u></i>	Gambaran
188		<i><u>lagi marahan sama si A, si B sama C jadi gak</u></i>	<i>bullying: Dampak</i>
189		<i><u>mau main sama aku juga, karena udah</u></i>	<i>(sedih)</i>
190	P	<i>Heem. Menurut mba sendiri itu kenapa sih,</i>	
191		<i>mba bisa jadi korban bullying? Kenapa</i>	
192		<i>harus mba gitu, kalau dari mba sendiri?</i>	
193	I	Aku... ee, dulu aku juga... mungkin aku gak	
194		tahu ya kalau itu ternyata <i>bullying</i> karena	
195		bener-bener aku tu gak dapet pengetahuan	
196		sampe sana. Ya tahu ku oh orang itu nakal,	
197		orang itu bandel, orang itu gak suka sama	
198		aku. Nah, setelah... aku pikir-pikir... ee,	
199		mungkin mulai... SMA kali ya, SMA atau	
200		kuliah, aku mikir... kenapa orang-orang gak,	
201		gak suka sama aku? Atau apa... ya ampun...	
202		gak suka sama aku, terus kenapa harus aku,	
203		ya... <u>mungkin karena dulu pas kecil aku</u>	Gambaran
204		<u>orangnya gak berani, takut, terus aku juga</u>	<i>bullying: Faktor</i>
205		<u>gak good-looking, ya you know lah ya. Kalo</u>	<i>penyebab</i>
206		<u>dulu aku ngerasa temenku yang putih, yang</u>	Proses post-
			<i>traumatic growth:</i>
			Karakter personal

207		<u>cantik itu dia yang diratukan gitu lho, ya aku</u>	
208		<u>ngerasa gitu. Terus, aku, pokoknya... aku</u>	
209		<u>anaknya orang biasa, bapak ibuku orang</u>	
210		<u>biasa, mungkin karena itu juga. Kedua,</u>	
211		<u>mungkin karena aku penakut gak berani</u>	
212		<u>ngomong. Ketiga, aku gak lapor siapapun itu.</u>	
213		<u>Keempat, ketika aku di-bully aku diem, aku</u>	
214		<u>gak ngomong apa-apa, aku gak ngelawan</u>	
215		<u>sama sekali. Aku setakut itu! Itu yang bener-</u>	
216		<u>bener aku SMP dan SD, SMP aku takut</u>	
217		<u>banget *terkekeh*, mungkin jadinya orang</u>	
218		<u>tu..., oiya di sisi lain mungkin, em, aku tu</u>	
		<u>takut ketika di-bully ya, tapi di sisi lain, aku</u>	
		<u>memang orangnya sangat-sangat ceria, suka</u>	
		<u>ngomong, suka cerewet, ngomongin apa aja.</u>	
		<u>Mungkin ada orang yang gak suka sama aku,</u>	
		<u>karena aku terlalu... eem, extrovert atau apa.</u>	
219	P	<i>Oiya, extrovert.</i>	
220	I	<u>Mungkin mereka mikirnya caper, atau sok</u>	Gambaran
221		<u>pinter, gitu kan. Jadinya, mereka gak suka</u>	<i>bullying</i> : Faktor
222		<u>sama aku dengan cara mem-bully ku gitu.</u>	penyebab
223	P	<i>Mm, iya. Nah, saat.. apa, itu kan kayak</i>	
224		<i>kejadian yang traumatis gak menurut mba?</i>	
225	I	<i>Ee... ya sih ya, traumanya ya kayak... eemm...</i>	
226		<u>traumanya yang aku rasain ya, setelah aku</u>	
227		<u>menikah. Aku menikah kan di semester</u>	Gambaran
228		<u>empat ya. Jadi, lebih ke... ini... ini ya,</u>	<i>bullying</i> : Dampak
229		<u>terutama suamiku marah, aku ngerasanya sih,</u>	(trauma)
230		trauma ku, trauma ku, aku ngerasa aku punya	
231		trauma tu setelah aku menikah. Kenapa?	
232		Karena aku bersinggungan hampir setiap hari	

233		dengan seseorang, yaitu suami ku. <u>Jadi,</u>	
234		<u>suamiku ini, ketika beliau itu belum marah,</u>	
235		<u>jadi beliau itu belum marah, tapi di pikiranku,</u>	
236		<u>oh beliau nanti bakal marah, aku udah</u>	
237		<u>ketakutan dulu. Ee, beliau nanti bakal</u>	
238		<u>ngomong, ngomong abcd, dan akhirnya itu</u>	
239		<u>jadi kenyataan karena aku udah takut duluan</u>	
240		<u>gitu lho. Karena aku takut duluan, jadi, entah</u>	
241		<u>emosi yang aku sampaikan, raut mukaku,</u>	
242		<u>gerak-gerik tubuhku itu sudah</u>	
		<u>memperlihatkan bahwa, ee, aku ketakutan,</u>	
		<u>sehingga memicu emosinya suamiku.</u>	
		<u>Padahal sebenarnya dia gak mau emosi, dia</u>	
		<u>gak mau marah. Paham gak?</u>	
243	P	<i>Iya...</i>	
244	I	Nah... traumaku di situ sih... kayak, ee...	
245		terus, ini juga yang kedua, ketika aku tambah,	
246		kan udah ada anak, udah mulai usia <i>toddler</i>	
		ya mba ya.	
247	P	<i>Iya</i>	
248	I	Nah, <u>ketika aku melihat anakku... di iniin</u>	
249		<u>temennya, seumpama dipukul, dijambak,</u>	
250		<u>didorong atau apa, harusnya kan aku sebagai</u>	
		<u>ibu melindungi ya?</u>	
251	P	<i>Iya</i>	
252	I	<u>Itu aku masih ada rasa ketakutan, kayak,</u>	Gambaran
253		<u>harusnya kan aku berani bilang ke ibunya</u>	<i>bullying</i>: Dampak
254		<u>anak yang lain, oh anakmu begini, harusnya</u>	(trauma)
255		<u>gak begini, harusnya, ee, seperti ini, gak</u>	
256		<u>boleh memukul, harusnya aku sebagai ibu</u>	
257		<u>seperti itu dong, nah, sampe sekarang pun</u>	

258		<u>aku masih kesusahan, karena aku takut nanti</u>	
259		<u>kalo orang itu gak suka sama aku jadinya aku</u>	
260		<u>takut kalo... ee, apa, ee, apa ya? Hubunganku</u>	
261		<u>sama dia nanti rusak jadinya, gitu-gitu. Jadi,</u>	
262		<u>punya ketakutan tersendiri buat melindungi</u>	
263		<u>diri, terus hubunganku sama suami juga...</u>	
264		<u>*terkekeh* dulu, kalo sekarang udah,</u>	
265		<u>Alhamdulillah, udah mendingan. Kalo dulu</u>	
		<u>uu... dengan ketakutanku itu, em... aku jadi...</u>	
		<u>bisa membuat suamiku marah, gitu. Padahal</u>	
		<u>dia belum marah, gitu.</u>	
266	P	<i>Iya. Ee, sekarang Indah dah, Alhamdulillah,</i>	
267		<i>mendingan gitu ya mba. Gimana sih cara,</i>	
268		<i>mba, perlahan-lahan mengontrol emosi saat</i>	
269		<i>dalam keadaan tersebut, kayak gitu?</i>	
270	I	<i>Gimana?</i>	
271	P	<i>Sekarang kan udah, Alhamdulillah, agak</i>	
272		<i>mendingan ya. Ee... gak kayak dulu kan</i>	
273		<i>ketakutannya gitu. Gimana sih, cara mba,</i>	
274		<i>apa mengontrol emosi dalam keadaan</i>	
		<i>tersebut, gitu?</i>	
275	I	<i>Ee... ini... emm.. suamiku paham kan, kalo,</i>	
276		<u>dalam artian, ee... sebelum, dua puluh tahun</u>	
277		<u>sebelum aku bertemu dengan dia tu, aku</u>	Faktor post-
278		<u>tumbuh di lingkungan yang <i>toxic</i> gitu kan,</u>	traumatic growth:
279		<u>entah di sekolah, entah di keluarga, dia</u>	Eksternal
		<u>paham kalo enggak, gak gampang jadi orang</u>	(dukungan sosial)
280		<u>kayak aku gitu. Maka dari itu, em... setiap</u>	
281		<u>dia... sebenarnya niatnya nasihatin aku, jadi...</u>	
282	P	<i>Iya</i>	

283	I	Ee, <u>sebelum dia marah atau apa, dia ngasih..</u>	
284		<u>ee, apa sih, ngasih omongan dulu. "Ini aku</u>	
285		<u>gak marah, jangan mikir kalo aku marah.</u>	
286		<u>Jangan, kamu jangan dipergoblok sama</u>	
287		<u>ketakutanmu", kayak gitu. <u>Jadi, emm, hampir</u></u>	Proses post-
288		<u>setiap hari ketika kita diskusi kita bahas itu.</u>	traumatic growth:
289		<u>Hampir setiap hari aku denger beliau <i>support</i></u>	Dukungan dan
290		<u>aku untuk berpikir positif, kalo sebenarnya,</u>	keterbukaan
291		<u>emm, "ketakutanmu itu isa kamu lawan, gitu.</u>	
292		<u>Kalo kamu takut terus, ya, yang kamu takutin</u>	
293		<u>itu kejadian, coba dibangun berpikir</u>	
294		<u>positifnya, kalo.. em, mau semarah-</u>	
295		<u>marahnya aku pun juga aku, aku suamimu,</u>	
296		<u>kayak gitu kan". Maksudnya, emm... bukan,</u>	
297		<u>apa ya, "ini tu bukan suatu hal yang</u>	
298		<u>mengerikan. Aku gak kayak orang-orang di..</u>	
299		<u>di masa kecilmu dulu, ataupun orang-orang</u>	
300		<u>yang <i>ngepruki</i> kamu, enggak, aku gak ada</u>	
301		<u>niatan sama sekali ke sana." Jadi menurutku</u>	
302		<u>salah satunya sih, aku bisa, bisa mendingan</u>	
303		<u>di akhir-akhir pernikahan ku ini karena</u>	
304		<u>suamiku <i>support</i>, dan akunya udah mulai</u>	Proses post-
305		<u>membuka diri untuk... oh, menyadari</u>	traumatic growth:
306		<u>semuanya dan menerima, bahwasanya, emm,</u>	Mengolah emosi
307		<u>ketakutan ku itu harusnya aku terima, aku</u>	negatif
308		<u>terima, jangan... jangan dilawan, jangan</u>	
309		<u>dilawan banget. Tapi kamu harus berdamai</u>	
310		<u>gitu lho, gimana biar, ee, kamu bisa ngontrol</u>	
311		<u>ketakutanmu itu tadi, jadi... eemm, hal yang</u>	
312		<u>positif aja gitu, kayak, pas sebenarnya suami</u>	
313		<u>mintanya diskusi, dia lagi memberikan</u>	

314		<u>nasihat ya... kamu ubah pikiranmu kalo, oh</u>	
315		<u>suamimu ini gak lagi marah, dia lagi</u> <u>ngomong, ee, nasihatin kamu, maunya yang</u> <u>terbaik buat kamu, bukan marah gitu.</u> <u>Soalnya kalo aku udah takut... itu nanti,</u> <u>responsku sambil nangis-nangis,</u> <u>ngomongnya gak jelas, terus kayak nge-</u> <u>counter terus omongannya suamiku, gitu lho,</u> paham gak sih?	
316	P	<i>Iya.</i>	
317	I	Jadi kayak beliau ngomong, ya kamu ya	
318		seperti ini, harusnya seperti, aku tu nanti	
319		ngucapin pembelaan karena aku takut gitu	
		lho, paham gak?	
320	P	<i>Iya, iya.</i>	
	I	Padahal sebenarnya <u>pembelaanku itu</u>	
321		<u>memicu suamiku marah, marah yang bener-</u>	
322		<u>bener marah gitu. Sebelumnya cuma</u>	
323		<u>nasihatin biasa. Tapi karena aku melakukan</u>	Proses post-
324		<u>pembelaan yang berlebihan, itu memicu</u>	traumatic growth:
325		<u>kemarahannya dia, akhirnya marah beneran,</u>	Mengolah emosi
326		<u>ya, wah... ya begitu lah. Tapi akhirnya,</u>	negatif
327		<u>Alhamdulillah, sudah di fase yang seperti</u> <u>sekarang *terkekeh*</u>	
328	P	<i>Oiya berarti, saat Anda.. apa punya masalah</i>	
329		<i>gitu, Anda bercerita kepada orang terdekat</i>	
330		<i>ya untuk sekarang?</i>	
331	I	Emm... ya, nanti bisa mba simpulkan sendiri	
332		lah, semuanya, maksudnya... ini aku cuma	
333		ngasi gambaran umum, dalam artian	
334		*menghela nafas*, em, ya gak terlalu paham	

335		juga ya, ngalir aja lah ya *tertawa* *menghela nafas*	
336	P	<i>Iya. Setelah Anda mengalami...</i>	
337	I	Gambaran umumnya, tapi nanti disimpulkan sendiri.	
338	P	<i>Iya. Setelah mengalami kayak kejadian tersebut, sa, eee, sampe sekarang gitu, hikmah apa sih yang dapat, kayak mba rasakan dalam kehidupan itu?</i>	
339			
340			
341	I	Hikmah?	
342	P	<i>Iya.</i>	
343	I	Ee, hikmahnya, ya... <u>aku jadi lebih paham</u>	Proses post-
344		<u>untuk memahami pribadi orang lain</u> *suara	traumatic growth:
345		tangisan bayi*, maksudnya ini, ketika dulu	Proses kognitif dan
346		kan aku ngelihatnya, oh, orang itu gak suka	perkembangan
347		sama aku, orang itu terlalu.. sinis sama aku,	
348		mengintimidasi dan sebagainya. *suara	
349		tangisan bayi* jadi <u>aku akan lebih berpikir</u>	Proses post-
350		<u>lebih panjang, sebenarnya di belakang diri</u>	traumatic growth:
351		<u>mereka itu ada apa. Kayak, kenapa mereka</u>	Perenungan
352		<u>memilih untuk mem-bully, bisa jadi di rumah</u>	
353		<u>dia tidak nyaman, tidak disayang kedua</u>	
354		<u>orang tuanya, terus tidak... tidak apa, tidak</u>	
355		<u>mendapatkan apa yang dia mau, sehingga dia</u>	
356		<u>berperilaku, ee abusive ke orang lain. Jadi,</u>	
357		aku melihatnya itu, mungkin ya... Kalau	
358		aku... boleh ngomong ya... apa... orang itu...	
359		<u>akan... sesuai dengan karakter mereka sesuai</u>	Proses post-
360		<u>dengan masa lalu mereka, gitu. Jadi... kamu</u>	traumatic growth:
361		<u>mau, kamu gak bisa ngontrol apa yang</u>	Proses kognitif dan
362		<u>mereka perbuat, yang bisa kamu kontrol</u>	perkembangan

363 364 365 366 367 368 369 370 371 372 373 374 375 376 377 378 379 380		
381 382 383	<p>P <i>Iya. Ee, berarti spiritualitas itu berpengaruh banget ya sama, apa, perubahan pada diri mba setelah mengalami kejadian traumatis itu?</i></p>	<p>Proses post-traumatic growth: Kebijaksanaan</p>

384	I	<u>Iya. Bener banget.... kayak yang, ee, ya ngapain, maksudnya setelah paham, oh</u>	Proses post-traumatic growth: Perenungan
385		<u>ternyata aku di masa kecil sampe dewasa</u>	
386		<u>awal itu kan rasanya kayak yang, hampir gak</u>	Proses post-traumatic growth: Kebijaksanaan
387		<u>pernah luput di-bully sama orang, gak disukai</u>	
388		<u>sama orang, ya memang dunia ini tempatnya</u>	
389		<u>capek gitu kan... terus, kalo emang kamu mau</u>	
390		<u>nge-wujud-in semua permintaan manusia</u>	
391		<u>atau kebahagiaan orang lain itu gak akan ada</u>	
392		<u>habisnya, dan yang ada kamu bakal sakit</u>	
393		<u>sendiri, jadi, sakit sendiri gitu, jadi ya udah,</u>	
		<u>fokus aja satu yaitu Allah.</u>	
394	P	<i>Iya.</i>	
395	I	<i>*berbicara ke anak* pipis dulu, pipis, pipis,</i>	
396		<i>pipis. Iya sana pipis. *kembali berbicara ke</i>	
397		<i>wawancara* maaf ya, sebentar.</i>	
398	P	<i>Iya. Ee... menurut mba, untuk sekarang itu</i>	
399		<i>gimana sih cara mba mengapresiasi diri</i>	
		<i>sendiri mba?</i>	
400	I	<u>Mengapresiasi yaa.. dengan aku</u>	Aspek post-traumatic growth: Penghargaan diri
401		<u>mencukupkan diriku dengan keluargaku...</u>	
402		<u>ee, maksudku gini ya, kadang kan ada orang</u>	Aspek post-traumatic growth: Hubungan dengan orang lain
403		<u>yang menikah, mereka, masih butuh, oh, aku</u>	
404		<u>mau jalan-jalan sendiri ke sana, aku mau</u>	
405		<u>nongkrong sendiri buat healing, buat me-time</u>	
406		<u>dan sebagainya. Tapi ternyata, menurutku</u>	
407		<u>apresiasi untuk diriku sendiri ya, ketika aku</u>	
408		<u>bersama suami dan anak, udah di rumah kita</u>	
409		<u>ngobrol, kita, apa, bermain bersama, atau</u>	
410		<u> mungkin sekedar jalan-jalan ke taman, kita</u>	
412		<u>bermain bersama, ya. Menurutku itu sudah...</u>	

413		<u>ee, lebih dari cukup gitu lho. Gak yang</u>	
414		<u>muluk-muluk, mau nyari apa toh? Kan sudah,</u>	
415		<u>sudah berumah tangga, sudah ada anak,</u>	
416		<u>Alhamdulillah, terus suami juga apapun itu</u>	
417		<u>support sama aku, apapun yang aku obrolin</u>	
418		<u>sama dia ya, Alhamdulillah, sekarang</u>	Aspek post-
419		<u>semuanya dari A sampe Z udah nyambung</u>	traumatic growth:
420		<u>semuanya. Jadi kayak, menurutku sih,</u>	Penghargaan diri
421		<u>dengan adanya anak dan suami ya, ini adalah</u>	
		<u>apresiasi yang cukup buat aku. Jadi, ketika</u>	
		<u>aku masak, aku mencuci piring, mencuci</u>	
		<u>baju, mengurus rumah semuanya, ah, itu</u>	
		<u>bikin appreciate for me, gitu.</u>	
422	P	<i>Wah, MasyaAllah ya *terkekeh*. Emm, hal</i>	
423		<i>apa sih mba...</i>	
424	I	Jadi bukan yang, bukan yang muluk-muluk	
425		apa, minta apa, atau mungkin apa.. gak. Apa?	
426	P	<i>Iya.</i>	
427	I	Sudah...	
428	P	<i>Eem, mungkin yang terakhir kali ya mba</i>	
429		<i>*terkekeh*, ee, hal apa sih...</i>	
430	I	Gak yang terakhir juga gapapa *tertawa*	
431	P	<i>Hal apa sih yang membuat, apa, mba yakin</i>	
432		<i>bahwa, ee, mba itu bisa melewati kehidupan</i>	
433		<i>yang paling sulit gitu?</i>	
434	I	Apa? Sulit apa?	
435	P	<i>Hal apa yang membuat mba yakin, bahwa,</i>	
436		<i>mba tu bisa melewati kehidupan yang paling</i>	
437		<i>sulit. Mungkin kayak, bullying selama</i>	
438		<i>berapa, berapa tahun itu ya, itu kan termasuk</i>	
		<i>hal yang sulit kan.</i>	

439	I	<u>Ee... mungkin ini ya, karena aku tu dulu suka</u>	Faktor post-traumatic growth: Internal (kekuatan diri)
440		<u>membaca buku pas, ya kan, aku tadi bilang,</u>	
441		<u>di SD aku sering gak punya temen, sering</u>	
442		<u>yang dimusuhin, sering gak diajak ngobrol.</u>	
443		<u>Dari SD itu muncul kebiasaan yang mana aku</u>	
444		<u>jadi suka membaca buku karena gak punya</u>	
445		<u>temen. Nah itu, kebawa sampe SMP, jadi</u>	
446		<u>SMP tu banyak ke perpustakaan, pinjem buku, dua</u>	
447		<u>atau tiga. SMA juga begitu. Nah, mungkin</u>	
448		<u>sampe kuliah kebawa gitu kan. Kan, setelah</u>	
449		<u>itu kan gak cuman buku, di HP pun, banyak</u>	
450	P	<u>aplikasi yang bisa dibaca. Jadi... tadi apa</u>	
451		<u>pertanyaanya, lupa *tertawa*</u>	
452		<u>*tertawa* iya intinya, ee, saat melewati</u>	
453	I	<u>kehidupan tersulit gitu, gimana sih cara</u>	Proses post-traumatic growth: Perenungan
454		<u>meyakinkan diri sendiri kalau bisa gitu?</u>	
455		<u>Hee, jadi karena sering, hee, sering baca</u>	
456		<u>tentang motivasi, kan banyak tuh buku-buku</u>	
457		<u>motivasi atau apa ya. Aku... aku jadi paham</u>	
458		<u>kalau ternyata, gapapa kalo hidupnya pahit-</u>	
459		<u>pahit dulu gitu kan. Aku dulu pernah waktu</u>	
460		<u>aku kan kerja part-time kan ya di kuliah. Aku</u>	
461		<u>tu pernah dulu, entah aku ngomong sama</u>	
462		<u>temenku, entah ngomong sama diri sendiri</u>	
463		<u>lupa. Jadi waktu itu part-time kerjanya,</u>	
464		<u>aduh, menurutku sangat-sangat, sangat-</u>	
465		<u>sangat berkeringat, cape ya. Yang kerja di</u>	
466		<u>kripih bayem, goreng masak, dan kayak gitu.</u>	
467		<u>Aku tu ngomong sama diriku sendiri, gapapa,</u>	
		<u>kamu hidupnya pahit, kamu berjuang dan</u>	Aspek post-traumatic growth: Kemungkinan baru
		<u>sebagainya, gapapa temen-temenmu jam</u>	

468		<u>kosong main ke mall, temen-temenmu waktu</u>	
469		<u>pulang, pulang ke rumah, tapi kamu harus</u>	
470		<u>cari uang, tapi kamu ternyata, di sisi lain gak</u>	
471		<u>disukai orang lain, gapapa. Suatu saat nanti,</u>	
472		<u>kamu pasti bakal bahagia, dan sekarang,</u>	
473		uuuu, di tahun 2019, mulai Maret itu <u>aku</u>	
474		<u>nikah sama suamiku yang sekarang, aku rasa</u>	
475		<u>itu semua jawabannya dari Allah sih. Jadi...</u>	
		<u>jadi, awalnya aku mikir gapapa, kamu mau</u>	
		<u>hidupnya pahit, kamu pasti bisa, gitu kan.</u>	
		<u>Nanti bakal dikasih kebahagiaan sama Allah,</u>	
		<u>dan itu terjawab sampe sekarang. Haduh, jadi</u>	
		<u>mau nangis...</u>	
476	P	<i>MasyaAllah *terkekeh*</i>	
478	I	Itu beneran aku ngomong kayak gitu pas aku	
479		kerja, <i>hee</i> .	
480	P	<i>Iya...</i>	
481	I	Jadi... jadi, <u>aku bilang apresiasi terbesarnya</u>	Aspek post-
482		<u>dalam hidupku ya suami sama anakku, udah</u>	traumatic growth:
483		<u>itu. Paling <i>final</i> menurutku.</u>	Hubungan dengan
484	P	<i>Ee, udah di puncak kebahagiaan gitu ya mba.</i>	orang lain
485	I	Puncak kebahagiaan, apa?	
486	P	<i>Ee, maksudnya itu semua kayak, yaudah,</i>	
487		<i>kayak final puncak kebahagiaan mba, yang</i>	
488		<i>kayak, dari dulu gak didapetin gitu kan.</i>	
489	I	Aduh, tapi ya, kok enggak denger ya mba,	
490		putus-putus gimana?	
491	P	<i>Ee, itu kayak, apa ya, sebagai final...</i>	
492		<i>kebahagiaan mba gitu gak sih? Setelah.. apa</i>	
		<i>yang dilaluin.</i>	

493	I	<u>Iya... iya, dan mungkin dulu kan, ee.. aku</u>	Aspek post-traumatic growth: Peningkatan spiritualitas	
494		<u>juga ngerasa mungkin di saat itu juga aku</u>		
495		<u>bahagia, cuman ini tuh rasanya beda kali ya.</u>		
496		<u>Mungkin karena kebahagiaanku melibatkan</u>		
497		<u>Allah. Kalo dulu kan bahagia ya sebatas, oh</u>		
498		<u>aku jajan, aku punya duit, aku bisa beli ini itu</u>		
499	P	<u>udah. Paham gak maksudku?</u>		
	I	<u>Iya.. iya.</u>		
500	I	<u>Nah sekarang tuh karena, ee, karena oh,</u>		Aspek post-traumatic growth: Peningkatan spiritualitas
501		<u>ketika bahagia, ketika kamu dikasi</u>		
502		<u>kenikmatan itu kamu bersyukur, kamu</u>		
503		<u>jangan lupa pas, pas sholat tu, ya Allah,</u>		
504		<u>Alhamdulillah, hari ini dikasi ini, dikasi itu,</u>		
505		<u>terimakasih banyak atas hikmat yang</u>		
506		<u>diberikan hari itu. Setiap aku habis sholat,</u>		
507		<u>aku ngucapin itu. Karena emang, bahagianya</u>		
508		<u>itu beda aja gitu. Mungkin karena sudah,</u>		
509		<u>sudah paham makna bersyukur, makna</u>		
510		<u>sebagai seorang hamba juga gitu kali ya.</u>		
511		<u>Meskipun kelihatannya sederhana, tapi</u>		
512		<u>menurutku itu tu mewah banget, gitu lho.</u>		
513		<u>Karena sudah melibatkan Allah itu tadi sih.</u> Kalau dulu mah, bahagia ya bahagia, dalam artian, mungkin karena di-bully, ada lah titik ruang kosong di hati aku.		

TRANSKIP HASIL WAWANCARA SIGNIFICANT OTHER 1 (W1.S01)

Nama : W
 Umur : 23 tahun
 Tanggal : Jum'at, 16 Juni 2023
 Hubungan dengan Informan : Adik Kandung
 Keterangan : P: Peneliti, I: Informan

No.	P/I	Transkrip Wawancara	Keterangan
1	P	<i>Assalamu'alaikum mba</i>	
2	I	<i>Wa'alaikumsalam mba</i>	
3	P	<i>Mohon maaf ya mba kalo mengganggu waktunya, oh ya mba, sejak kapan mba mengenal df?</i>	
4			
5			
6	I	<i>ee.. <u>kenal mbak df sejak dari kecil mbak..</u></i>	Hubungan Informan dengan Significant Other : (Adik kandung)
7		<i><u>karena kita saudara</u></i>	
8	P	<i><u>oalah, saudara kandung ya mba?</u></i>	
9	I	<i><u>Iya mbak saya adik kandungnya mba df</u></i>	
10	P	<i>Apakah mba pernah mengetahui kalau mba df pernah jadi korban bullying?</i>	
11			
12	I	<i><u>Iya mbak, pernah. Waktu kecil pas waktu SD.</u></i>	Gambaran Bullying: Bentuk (lama terjadinya)
13	P	<i>Ohh.. berarti mba df pernah cerita ya mba kalo dia pernah jadi korban bullying?</i>	
14			
15	I	<i>Nggak mbak.. nggak pernah cerita ke saya tapi saya tau kalo mbak df pernah di bully</i>	
16			
17	P	<i>Berarti pas mbak df dibully kan tau ya mbak, itu apakah nggak ada yang bantu dari pihak teman atau sekolah? Apakah df hanya diam?</i>	
18			
19			
20	I	<i><u>Bully nya yang saya tau tidak disekolah mbak, diluar sekolahan</u></i>	Gambaran Bullying: Bentuk (tempat terjadinya)
21			
22	P	<i>Oalah, dilingkungan rumah berarti ya mba?</i>	
23	I	<i>Tetangga desa sih mbak, setiap pulang dari rumah mbah kita kan berdua lewat jalan raya itu, <u>terus ada anak cowok bilang gini cewek itu warnanya item ya, terus besoknya lagi kalau</u></i>	Gambaran Bullying: Bentuk (Fisik)
24			
25			
26			
27		<i><u>lewat pasti disoraki item-item gitu mbak</u></i>	
28	P	<i>Oalah, berarti yang mbak df dibully disekolahan saat habis jatuh dari motor dikatakan pincang-pincang gitu mbak juga tau?</i>	
29			
30			
31	I	<i>Nek itu nggak tau ya mbak, kan sekolahku beda sama mbak e, kalau aku ketemu sama temen-temennya cuman diem aja nggak dikata-katain.</i>	
32			
33			
34			
35	P	<i>Apakah mbak mengetahui berapa lama mbak df menjadi korban bullying?</i>	
36			
37			

38	I	Kalo itu kurang tau sih mba, taunya pas waktu	<p>Proses post-traumatic growth: Karakteristik Personal Informan</p>
39		SD itu yang dikatain cewek item sama cowok-	
40		cowok, kalau yang disekolahnya mbak df	
41		nggak tau	
42	P	<i>Oh iya mbak, menurut mbak sendiri,</i>	
43		<i>bagaimana sih hubungan mbak df untuk saat</i>	
44		<i>ini dengan lingkungan sekitar?</i>	
45	I	Maksudnya orang sekitar lingkungan rumah	
46		atau gimana mbak?	
47	P	<i>Iya mbak, hehe</i>	
48	I	Baik-baik aja sih mbak	
49	P	<i>Menurut mbak sendiri, sosok mbak df itu</i>	
50		<i>orang yang seperti apa sih mbak?</i>	
51	I	Eee.. menurut saya sih mbak df itu orang yang	
52		<u>kuat, tangguh, semangat, tidak pernah putus</u>	
53		<u>asa dan yang paling utama orangnya sabar</u>	
54		<u>mbak</u>	
55	P	<i>Seperti itu ya mbak, baik mbak w, mungkin</i>	
56		<i>cukup itu saja mbak.</i>	
57	I	Oh iya mbak	
58	P	<i>Terimakasih banyak nggih mbak sudah</i>	
59		<i>meluangkan waktunya</i>	
60	I	Iya mbak, sama-sama	
61	P	<i>Assalamu'alaikum mbak</i>	
62	I	Iya mbak walaikumsalam.	

TRANSKIP HASIL WAWANCARA SIGNIFICANT OTHER 2 (W1.S02)

Nama : D
 Umur : 22 tahun
 Tanggal : Senin, 19 Juni 2023
 Hubungan dengan Informan : Teman Dekat
 Keterangan : P: Peneliti, I: Informan

No.	P/I	Transkrip Wawancara	Keterangan
1	P	<i>Halo, Assalamu 'alaikum mbak</i>	
2	I	<i>Iya mbak, wa'alaikumussalam</i>	
3	P	<i>Benar dengan mbak D nggih?</i>	
4	I	<i>Nggih mbak, benar</i>	
5	P	<i>ee.. mohon maaf nggih mbak kalau sudah</i>	
6		<i>mengganggu waktunya, ini, saya mau tanya</i>	
7		<i>tentang mbak NA</i>	
8	I	<i>oh iya mbak, nggak ganggu kok</i>	
9	P	<i>oo iya mbak, sejak kapan sih mbak D kenal</i>	
10		<i>sama NA?</i>	
11	I	<u>saya kenal NA itu sejak tahun 2019 mbak,</u>	
12		<u>awal masuk kuliah</u>	
13	P	<i>owalah, iya mbak, katanya kalau dikampus</i>	
14		<i>deketnya cuma sama mbak D ya</i>	
15	I	<i>iya mbak, sebenarnya kalau sama temen-</i>	
16		<i>temen ya biasa sih mbak juga deket, <u>cuman</u></i>	
17		<i><u>emang yang paling dekat atau kita saling</u></i>	
18		<i><u>berbagi cerita ya aku sama NA, kalau ada</u></i>	
19		<i><u>apa-apa aku cerita ke NA, NA pun kalau ada</u></i>	
20		<i><u>apa-apa cerita ke aku gitu</u></i>	
21	P	<i>apakah mbak D mengetahui kalo NA pernah</i>	
22		<i>menjadi korban bullying?</i>	
23	I	<i>Iya mbak, saya tahu</i>	
24	P	<i>Apakah mbak NA pernah bercerita ke mbak</i>	
25		<i>D kalau dia pernah menjadi korban</i>	
26		<i>bullying?</i>	
27	I	<u>Iya mbak pernah cerita</u>	
28	P	<i>Sejak kapan sih mba NA menjadi korban</i>	
29		<i>bullying?</i>	
30	I	<u>Kalau dari ceritanya NA sih, dari dia SD</u>	
31		<u>sampe SMP ya di bully nya</u>	
32	P	<i>Oh iya mbak.. pernah cerita juga nggak,</i>	
33		<i>bagaimana NA itu di bully</i>	
34	I	<i>Iya mbak, ee.. <u>dia kan dari kecil udah nggak</u></i>	
35		<i><u>ada orangtua ya, tinggal sama pak lek nya itu</u></i>	
36		<i><u>kalo nggak salah, dari situlah dia di bully</u></i>	
37		<i><u>mbak sama temen-temennya, bahkan dari</u></i>	

Hubungan Informan dengan significant other:
 Teman Dekat Informan

Proses post-traumatic growth:
 Dukungan dan keterbukaan

Gambaran Bullying: Bentuk (lama terjadinya)

Gambaran Bullying: Faktor terjadinya (alasan)

38		<u>lingkungan keluarga pak lek nya juga malah</u>	
39		<u>ngga mendukung dia</u>	
40	P	<i>Iya mbak, kalo dari mbak D sendiri,</i>	
41		<i>bagaimana sih mba perasaan mbak D saat</i>	
42		<i>tau kalau NA itu pernah jadi korban</i>	
43		<i>bullying?</i>	
44	I	Aku turut prihatin mbak mendengar cerita	
45		NA pernah terkena bullying. <u>Tapi disisi lain</u>	Aspek post-
46		<u>aku salut, dia bisa membuktikan ke orang</u>	traumatic
47		<u>sekitarnya kalau dia bisa menjadi lebih baik</u>	growth : kekuatan
48	P	<i>masyaAllah, kalau menurut mbak D sendiri,</i>	personal
49		<i>sosok NA itu seperti apa sih mbak?</i>	
50	I	<u>Menurut saya NA itu mempunyai pribadi</u>	Proses post-
51		<u>yang menurut saya pekerja keras mbak, gigih</u>	traumatic growth:
52		<u>dalam mencapai cita-citanya, berani</u>	Karakteristik
53		<u>mengemukakan pendapatnya, dan juga sudah</u>	Individu
54		<u>berdamai dengan keadaannya.</u>	
55	P	<i>masyaAllah, mungkin cukup itu dulu mbak</i>	
56		<i>D, terimakasih atas waktunya ya mbak</i>	
57	I	baik mbak, nggih sama-sama mbak	
58	P	<i>sehat selalu mbak</i>	
59	I	<i>iya mbak, terimakasih.</i>	
60	P	<i>Assalamu 'alaikum mbak</i>	
61	I	<i>Nggih mbak, wa'alaikumsalam</i>	

TRANSKIP HASIL WAWANCARA SIGNIFICANT OTHER 3 (W1.S03)

Nama : F
 Umur : 26 tahun
 Tanggal : Sabtu, 17 Juni 2023
 Hubungan dengan Informan : Suami
 Keterangan : P: Peneliti, I: Informan

No.	P/I	Transkrip Wawancara	Keterangan
1	P	<i>Assalamu 'alaikum mas</i>	
2	I	<i>Iya mbak, wa'alaikumussalam</i>	
3		<i>warahmatullah wabarakatuh</i>	
4	P	<i>Mas, mohon maaf nggih kalo mengganggu waktunya sebentar</i>	
5			
6	I	<i>Eh iya mbak, ndakpapa</i>	
7	P	<i>Ini mas, mau Tanya-tanya soal mbak VNA</i>	
8	I	<i>Iya mbak, gimana?</i>	
9	P	<i>Sejak kapan sih njenengan kenal sama mbak VNA?</i>	
10			
11	I	<u>Saya kenal dengan VNA sejak tahun 2019</u>	Hubungan Informan dengan significant other : Suami Informan
12		<u>mbak, saya kenal VNA sejak menikah</u>	
13	P	<i>Apakah sebelum menikah belum mengenal mbak VNA mas? atau bagaimana hehe</i>	
14			
15	I	<i>Eee.. saya mengenal VNA sejak menikah itu karena saya dan VNA itu menikah dengan proses ta'aruf mbak. Jadi sebelumnya mengenal hanya saat proses ta'aruf tersebut, yang maksudnya apa yaa.. pas proses ta'aruf itu kan masih ada yang menemani untuk bertemu atau berdiskusi kan..</i>	
16			
17	P	<i>masyaAllah, berarti sebelumnya juga tidak saling chat atau bertukar informasi ya mas saat proses ta'aruf</i>	
18			
19	I	<i>iya mbak, tidak. Saya tukeran nomer WA itu setelah menikah. Baru punya nomer WA nya.</i>	
20			
21	P	<i>Oh iya mas, apakah mas F tau kalau mbak VNA pernah menjadi korban bullying?</i>	
22			
23	I	<i>Awalnya saya nggak tahu mbak, saya taunya ya setelah menikah itu.</i>	
24			
25	P	<i>Nggih mas, berarti mbak VNA sendiri nggih yang cerita?</i>	
26			
27	I	<i>Iya mbak, jadi ehmm, <u>awal-awal nikah tu saya juga kaget, soalnya VNA itu orangnya misal ada kesalahan kecil gitu ya, dia tu kayak yang tiba-tiba ketakutan gitu, takut saya marah. saya kan juga bingung ya,</u></i>	Gambaran Bullying: Dampak (merasa takut)
28			
29			
30			
31			
32			
33			
34			
35			
36			
37			

38		Padahal aslinya yang aku biasa-biasa aja, malah jadi emosi beneran.	
39			
40	P	<i>Apakah hal seperti itu berlangsung lama mas?</i>	
41			
42	I	Yaa, pas diawal-awal nikah itu sih mbak.	
43		Saya memberanikan diri, istilahnya ngomong	
44		dari ke hati kamu kenapa? Gitu. Terus dia	
45		cerita itu, kalo ternyata dia pernah jadi	
46		korban bullying.	
47	P	<i>Berapa lama sih mas, VNA menjadi korban bullying?</i>	Gambaran Bullying: Bentuk (lama terjadinya)
48			
49	I	<u>VNA jadi korban bullying itu dari sejak TK mbak, sampai kuliah semester 1, dan itupun tidak hanya terjadi di lingkungan sekolah tapi juga di lingkungan rumah.</u>	Gambaran Bullying: Bentuk (tempat terjadinya)
50			
51			
52			
53	P	<i>Bagaimana perasaan mas F saat itu, saat tau kalau mbak VNA pernah jadi korban bullying?</i>	Gambaran Bullying: Dampak (trauma)
54			
55			
56	I	<u>Kaget sih mbak, kagetnya itu ternyata ngaruh dalam kehidupannya gitu.</u>	
57			
58	P	<i>Mungkin, sebagai orang terdekat. Apa yang dilakukan mas F saat mengetahui mbak VNA menjadi korban bullying?</i>	Faktor post-traumatic growth: Eksternal (dukungan sosial)
59			
60			
61	I	<u>Yaa, setelah mengetahui itu, ee.. saya lebih itu sih mbak, ngomong hati ke hati, kalau aku itu misal pas tanya sesuatu itu bukan marah, atau apa.. Cuma tanya biasa aja, ya intinya aku kan suaminya, tempatnya buat keluh kesah, saling bercerita saja gitu mbak</u>	
62			
63			
64			
65			
66			
67	P	<i>Jadi setelah itu mbak VNA merasa bahwa dia ada mas F yang selalu mendukung mbak VNA ya?</i>	
68			
69			
70	I	Iya mbak, dari kejadian itu pun saya juga banyak belajar bahwa ternyata menjadi korban bullying itu dampak nya luar biasa kedepannya	
71			
72			
73			
74	P	<i>Iya mas, menurut mas F, apasih yang membuat mbak VNA ingin bangkit dari rasa traumanya menjadi korban bullying?</i>	
75			
76			
77	I	Eeee.. yang pertama mungkin ini ya, saya yang apa.. <u>selalu ngeyakinin dia kalau ada Allah SWT, saya akan selalu disampingnya, ngeyakinin dia kalau kita menikah dan ingin punya anak kan waktu itu, jadi yaa.. berusaha buat sedikit-sedikit berubah.</u>	Faktor post-traumatic growth: Eksternal (dukungan sosial)
78			
79			
80			
81			
82			
83			

84	P	<i>mmm.. kalau menurut mas F, mbak VNA itu</i>	Proses post-traumatic growth: Karakteristik Individu
85		<i>sosok yang seperti apa sih mas?</i>	
86	I	<i>Apa yaa, <u>dia itu orang yang ceria, banyak</u></i>	
87		<i><u>ngomongnya juga, pekerja keras.</u> Itu sih..</i>	
88	P	<i>Baik mas F, mungkin cukup itu dulu ya mas</i>	
89		<i>saya tanyanya hehe..</i>	
90	I	<i>Oh iya mbak..</i>	
91	P	<i>Maaf ya mas, kalo jadi ganggu waktunya</i>	
92	I	<i>Nggak mbak, ini juga lagi santai sama</i>	
93		<i>keluarga</i>	
94	P	<i>Terimakasih banyak ya mas,</i>	
95		<i>Assalamu 'alaikum..</i>	
96	I	<i>Iya mbak, wa'alaikumussalam</i>	
97		<i>warahmatullah..</i>	

Hasil Observasi Informan

Nama : DF
 Tanggal : Sabtu, 27 Mei 2023
 Setting : Taman Pasar Mojo, Juwiring, Klaten
 Observer : Rianingsih

No.	Aspek	Indikator	Ya	Tidak	Keterangan
1.	Kekuatan Personal	<p>Peningkatan kekuatan personal :</p> <p>Optimis : Informan menceritakan yakin bisa melewati hal tersulitnya</p> <p>Motivasi Diri : Informan menceritakan cara dia memotivasi dirinya dengan meyakinkan diri sendiri</p>	√		<p>Saat menjelaskan bagaimana informan mampu melewati hal tersulit informan menceritakan dengan kepala mengangguk, dan bergumam bahwa yakin bisa melewati.</p> <p>Saat menjelaskan bagaimana informan mampu memotivasi diri saat melewati hal tersulit, informan menceritakan dengan mata berbinar dan tangan terkepal sambil mengatakan kamu</p>

		<p>Percaya diri : Informan memberanikan diri untuk bertanya langsung kepada pem-<i>bully</i>, kenapa dia yang di <i>bully</i></p>		<p>harus bisa, kamu pasti bisa.</p> <p>Saat menjelaskan bagaimana informan memberanikan diri untuk bertanya langsung dengan pem-<i>bully</i>, informan terlihat menahan emosinya, mengatakan dengan nada agak tinggi dan menekan, kenapa harus aku yang di <i>bully</i></p>
2.	<p>Hubungan dengan Orang Lain</p>	<p>Perubahan kedekatan hubungan dengan orang lain :</p> <p>Informan menceritakan dengan antusias bahwa dia harus memperbanyak relasi.</p>	√	<p>Saat menjelaskan bagaimana hubungan informan dengan orang lain, yaitu dengan memperbanyak relasi dengan orang lain dan mempunyai teman dekat</p>

		<p>Informan menceritakan bahwa mempunyai teman dekat bisa membuat hatinya terasa lega saat mempunyai masalah</p>		<p>informan nampak tersenyum</p> <p>Informan saat menjelaskan bagaimana teman dekat dapat membuat informan</p>
3.	Kemungkinan Baru	<p>Kemungkinan akan pola kehidupan yang baru :</p> <p>Informan menceritakan sudah memaafkan pem-<i>bully</i>, dan dari kejadian ini bisa belajar bahwa bagaimanapun fisik seseorang jangan sampai mem-<i>bully</i></p>	√	<p>Informan menjelaskan dengan memperagakan tangan yang naik turun dan ekspresi wajah yang terlihat sedih tetapi dengan penuh penekanan</p>

4.	Perkembangan Spiritual	<p>Lebih mendekati diri kepada Tuhan :</p> <p>Informan bercerita bahwasanya menjadi korban bullying bisa menjadikan dia menjadi lebih sabar dan ibadahnya menjadi lebih baik</p>	√		<p>Informan menjawab pertanyaan dengan helaan nafas panjang dan ekspresi wajah yang terlihat santai</p>
5.	Apresiasi Hidup	<p>Perubahan dalam prioritas hidup :</p> <p>Informan mengatakan bahwa cara dia mengapresiasi diri yaitu dengan cara memperbanyak relasi.</p>	√		<p>Informan menjelaskan dengan ekspresi yang santai dan tersenyum</p>

Hasil Observasi

Nama : DF
 Tanggal : Sabtu, 27 Mei 2023
 Setting : Taman Pasar Mojo, Juwiring, Klaten
 Observer : Rianingsih

Gambaran Fisik Informan	Informan yakni perempuan berusia 24 tahun memiliki tinggi kurang lebih 160 cm, dengan berat badan kurang lebih 45kg. berkulit sawo matang, dan memiliki postur tubuh yang ideal. Pada saat terjadinya wawancara informan menggunakan baju berwarna salur hijau dipadukan dengan celana warna hijau pula, serta menggunakan jilbab warna hijau, dan menggunakan tas berwarna hitam.
Gambaran Setting Observasi	Taman Pasar Mojo, Juwiring adalah taman di tengah pemukiman desa dan terdapat jalan utama desa. Ada satu gazebo yang menjadi tempat observer dan informan melakukan wawancara. Ada beberapa warga yang berlalu lalang melewati jalan utama di samping gazebo, informan dan observer duduk berhadapan.

Hasil Observasi Informan

Nama : NA
 Tanggal : Kamis, 09 Februari 2023
 Setting : Kost 3 Putri, Kartasura
 Observer : Rianingsih

No.	Aspek	Indikator	Ya	Tidak	Keterangan
1.	Kekuatan Personal	<p>Peningkatan kekuatan personal :</p> <p>Informan menceritakan cara dia membalas perbuatan orang yang mem-bully-nya dengan cara prestasi yaitu menjadi ketua osis</p> <p>Informan menceritakan bahwa orang yang selalu membully dia itu membuat informan selalu terpacu untuk lari lebih jauh dari dia pencapaiannya</p> <p>Informan selalu memotivasi diri bahwa kemarin</p>	√		<p>Informan menjelaskan pernyataan ini dengan ekspresi yang senang dan tersenyum</p> <p>Informan menceritakan dengan ekspresi tenang dan santai</p> <p>Informan menjawab pertanyaan dengan ekspresi tenang dan</p>

		kemarin sudah melewati hal tersulit, masak ini nggak bisa.			santai sambil menceritakan
2.	Hubungan dengan Orang Lain	Perubahan kedekatan hubungan dengan orang lain : Informan memiliki perubahan kedekatan dengan orang lain yaitu ke teman dekat, setiap ada sesuatu kejadian entah bahagia atau sedih selalu mengekspresikan diri ke teman terdekatnya tersebut.	√		Saat menjelaskan pertanyaan ini, informan menjawab dengan mimik wajah tersenyum dan terlihat senang
3.	Kemungkinan Baru	Kemungkinan akan pola kehidupan yang baru : Informan menganggap bahwa hidup ini mengalir, mengikuti arus.	√		Informan menjelaskan

		Informan akan selalu mengambil kesempatan baru dalam hidupnya.			pertanyaan dengan tenang dan santai Informan menjawab pertanyaan dengan santai
4.	Perkembangan Spiritual	<p>Lebih mendekatkan diri kepada Tuhan :</p> <p>Informan setiap ada masalah dibawa untuk beribadah (sholat), untuk menenangkan jiwanya.</p> <p>Informan menceritakan bahwa spiritualitasnya menjadi baik setelah bertemu dengan teman dekat yang lulusan pondok pesantren</p>	√		<p>Informan menjawab pertanyaan dengan ekspresi tenang</p> <p>Informan menjelaskan dengan tenang, terlihat dari mimik wajahnya yang senang dan tersenyum</p>
5.	Apresiasi Hidup	Perubahan dalam prioritas hidup :	√		

		<p>Informan menjelaskan bahwa cara mengapresiasi diri dengan membuka ruang untuk diriya sendiri, mencintai diri sendiri, meninggalkan hal-hal <i>toxic</i> dalam hidup.</p> <p>Informan mengapresiasi diri dengan menempatkan prioritas terdekat dahulu, seperti saat ini adalah untuk lulus kuliah.</p>		<p>Informan menjawab pertanyaan dengan santai serta mimik muka yang juga santai ketika menjelaskan</p> <p>Informan menjawab pertanyaan dengan santai dan menceritakan</p>
--	--	--	--	---

Hasil Observasi

Nama : NA
 Tanggal : Kamis, 09 Februari 2023
 Setting : Kost 3 Putri, Kartasura
 Observer : Rianingsih

Gambaran Fisik Informan	Informan yakni perempuan berusia 25 tahun memiliki tinggi kurang lebih 160 cm, dengan berat badan kurang lebih 50kg. berkulit sawo matang, dan memiliki postur tubuh yang berisi. Pada saat terjadinya wawancara informan menggunakan kaos berwarna hitam dipadukan dengan celana warna hitam pula, dengan rambut yang diikat
Gambaran Setting Observasi	Berada di kamar kost informan yang memiliki nuansa kuning dan putih yang menghiasi dinding dan ternit kamar, keadaan kamar rapi terdapat satu tempat tidur satu bantal satu guling dan selimut. Didalam kamar terdapat satu lemari dan satu magicom, terdapat laptop yang masih menyala dan mukena yang menggantung.

Hasil Observasi Informan VNA

Nama : VNA
 Tanggal : Selasa, 28 Maret 2023
 Setting : Seafood Lamongan Dua Cabang, Kartasura
 Observer : Rianingsih

No.	Aspek	Indikator	Ya	Tidak	Keterangan
1.	Kekuatan Personal	<p>Peningkatan kekuatan personal :</p> <p>Informan menceritakan bahwa dia adalah orang ceria, suka ngomong dan cerewet.</p> <p>Informan selalu memotivasi diri dengan mengatakan nggak papa hidupnya pahit-pahit dulu, setelah itu pasti akan menemukan kebahagiaan.</p>	√		<p>Informan menceritakan pernyataannya dengan ekspresi yang santai dan sambil tertawa</p> <p>Informn menjawab dengan santai sambil menghela nafas, dan juga tenang</p>
2.	Hubungan dengan Orang Lain	<p>Perubahan kedekatan hubungan dengan orang lain :</p>	√		

		<p>Informan menceritakan bahwa kedekatannya dengan orang lain ya ke suami dan anaknya, untuk teman masih tetapi via <i>online</i>.</p>			<p>Informan menjelaskan jawaban dengan tenang dan santai</p>
3.	Kemungkinan Baru	<p>Kemungkinan akan pola kehidupan yang baru :</p> <p>Informan menceritakan bahwa setelah menikah dia menemukan kehidupan baru yang menurutnya itulah yang dicari selama ini.</p>	√		<p>Informan menjawab pertanyaan dengan tenang, terharu, dan hampir menangis</p>
4.	Perkembangan Spiritual	<p>Lebih mendekatkan diri kepada Tuhan :</p> <p>Informan merasa kebahagiaannya dulu dan sekarang</p>	√		<p>Saat menjawab pertanyaan ini. Informan sambil</p>

		itu berbeda, kebahagiaannya sekarang karena selalu melibatkan Allah dalam segala kehidupannya.			bercerita dengan santai dan juga tenang.
5.	Apresiasi Hidup	Perubahan dalam prioritas hidup : Apresiasi diri pada informan adalah mencukupkan diri pada keluarga kecilnya, suaminya, anaknya.	√		Saat menjawab pertanyaan, informan menjawab dengan helaan nafas, kemudian menceritakan dengan gerakan tangannya dan sambil tersenyum

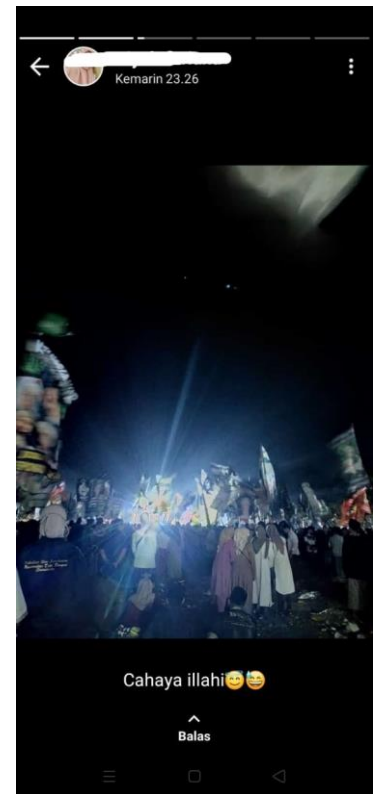
Hasil Observasi

Nama : VNA
 Tanggal : Selasa, 28 Maret 2023
 Setting : Seafood Lamongan Dua Cabang, Kartasura
 Observer : Rianingsih

Gambaran Fisik Informan	Informan yakni perempuan berusia 25 tahun memiliki tinggi kurang lebih 150 cm, dengan berat badan kurang lebih 60kg. berkulit sawo matang, dan memiliki postur tubuh yang berisi. Pada saat terjadinya wawancara informan menggunakan baju gamis hitam dipadukan dengan jilbab warna hitam pula, dan menggunakan tas berwarna hitam.
Gambaran Setting Observasi	Suasana di sore hari, informan memesan es teh, ditempat makannya sendiri ramai pembeli yang sedang asik dengan makanannya. Terdapat beberapa kali pegawai melayani pembeli. Informan dan observer duduk bersampingan.

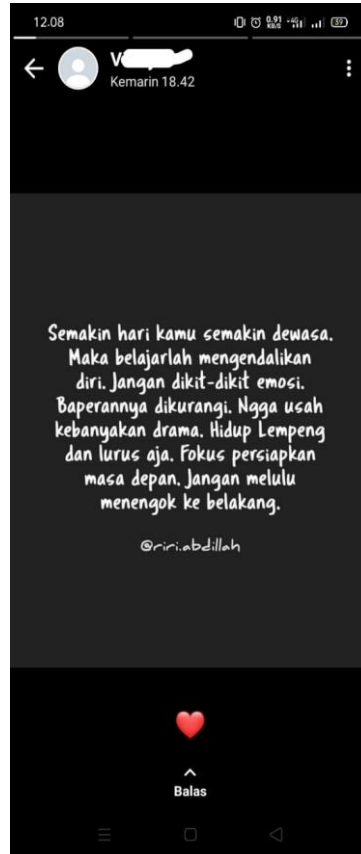
Lampiran 5. Dokumentasi

Lampiran Dokumentasi Informan DF



Dokumentasi keseharian informan DF

Lampiran Dokumentasi Informan VNA



Dokumentasi Keseharian VNA

Lampiran Dokumentasi Informan NA



Dokumentasi Keberhasilan Informan NA

Lampiran 5. *Informed Consent*

INFORMED CONSENT
(Lembar Persetujuan Responden)

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:



Nama : DF
Umur : 24 tahun
Alamat : Juwiring, Klaten

Menyatakan bersedia menjadi responden:

Nama : Rianingsih
NIM : 171141041

Untuk melakukan penelitian dengan judul "*Proses Post-traumatic Growth* pada Mahasiswa Penyintas *Bullying*" Saya akan memberikan jawaban sejujurnya demi kepentingan penelitian ini.

Sukoharjo, 27 Mei 2023

Peneliti	Responden
 Rianingsih NIM. 171141041	 DF

INFORMED CONSENT**(Lembar Persetujuan Responden)**

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : MA

Umur : 25 th.

Alamat : Paki , Jawa Tengah

Menyatakan bersedia menjadi responden:

Nama : Rianingsih

NIM : 171141041

Untuk melakukan penelitian dengan judul "*Proses Post-traumatic Growth* pada Mahasiswa Penyintas *Bullying*" Saya akan memberikan jawaban sejujurnya demi kepentingan penelitian ini.

Sukoharjo, 09 februari 2023

Peneliti



Rianingsih

NIM. 171141041

Responden


MA

INFORMED CONSENT
(Lembar Persetujuan Responden)

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : VNA

Umur : 25 tahun

Alamat : Ngemplak, Boyolali

Menyatakan bersedia menjadi responden:

Nama : Rianingsih

NIM : 171141041

Untuk melakukan penelitian dengan judul "*Proses Post-traumatic Growth* pada Mahasiswa Penyintas *Bullying*" Saya akan memberikan jawaban sejujurnya demi kepentingan penelitian ini.

Sukoharjo, 20th Maret 2023

Peneliti



Rianingsih

NIM. 171141041

Responden



VNA

Lampiran 6. Surat Keterangan Bebas Plagiasi



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN MAS SAID SURAKARTA
FAKULTAS USHULUDDIN DAN DAKWAH
 Jl. Pandawa Pucangan Kartasura Sukoharjo Telp. (0271) 781516 Fax. (0271) 782774
 Homepage : www.iain-surakarta.ac.id E-mail: fud.uin@iain-surakarta.ac.id

SURAT KETERANGAN HASIL CEK PLAGIASI

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Tim Turnitin Fakultas Ushuluddin dan Dakwah (FUD) UIN Raden Mas Said Surakarta menerangkan bahwa setelah melakukan cek plagiasi skripsi dengan menggunakan perangkat lunak **Turnitin** maka pihak di bawah ini:

Nama : Rianingsih
 NIM : 171141041
 Program Studi : Psikologi Islam
 Judul Skripsi : POST-TRAUMATIC GROWTH PADA MAHASISWA PEREMPUAN PENYINTAS BULLYING
 Hasil Turnitin : 15 %

Dinyatakan telah lulus cek plagiasi dengan "Similarity Index" di bawah 30 persen.

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk digunakan sebagai syarat pelaksanaan munaqosyah.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Sukoharjo, 08/06/2023

Wakil Dekan I,



Dr. Hj. Kamila Adnani, M.Si.
 NIP. 19700723 200112 2 003