

Pengaruh Rumination terhadap Post-Traumatic Growth pada Perempuan Penyintas Kekerasan dalam Pacaran

Erwanda Ersa¹, Sofia Retnowati²

^{1,2}*Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada*

e-mail: ¹*erwandaersa@mail.ugm.ac.id*, ²*sofi_53@ugm.ac.id*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dua tipe ruminasi (*intrusive* dan *deliberate*) terhadap *post-traumatic growth* pada perempuan penyintas kekerasan dalam pacaran. Metode yang digunakan dalam studi ini ialah pendekatan kuantitatif melalui kuesioner. Partisipan penelitian ini sejumlah 82 perempuan dewasa awal berusia 18–24 tahun yang pernah mengalami kekerasan dalam pacaran (KDP) dan telah melewati pengalaman tersebut selama minimal enam bulan. Terdapat dua skala yang digunakan dalam penelitian ini, yakni *Event Related Rumination Inventory* dan *Post-Traumatic Growth Inventory-Short Form*. Data penelitian ini dianalisis menggunakan teknik regresi linear berganda dan diperoleh nilai koefisien R sebesar 0,339 dengan signifikansi 0,008 ($p < 0,05$) serta nilai F sebesar 5,123. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa *deliberate rumination* berpengaruh secara signifikan dan memberikan sumbangan efektif sebesar 11,7% terhadap *post-traumatic growth*. Implikasi studi ini ialah sebagai rujukan bahwa *deliberate rumination* pada perempuan penyintas KDP merupakan salah satu prediktor terhadap kemunculan *post-traumatic growth*.

Kata kunci: *post-traumatic growth* (PTG); *intrusive rumination*; *deliberate rumination*; kekerasan dalam pacaran; pemulihan trauma.

Abstract

This study aims to determine the effect of two types of rumination (intrusive and deliberate) on post-traumatic growth in female survivors of dating violence. The method used in this study is a quantitative approach through a questionnaire. The participants in this study were 82 young adult women aged 18–24 years who had experienced dating violence and had gone through this experience for at least six months. There are two scales used in this study, namely the Event Related Rumination Inventory and the Post-Traumatic Growth Inventory-Short Form. The research data were analyzed using multiple linear regression techniques and obtained an R coefficient of 0.339 with a significance of 0.008 ($p < 0.05$) and an F value of 5.123. The results of this study indicate that deliberate rumination has a significant and effective contribution of 11.7% to post-traumatic growth. The implication of this study is to refer that deliberate rumination on female survivors of dating violence is a predictor of the emergence of post-traumatic growth.

Keywords: *post-traumatic growth* (PTG); *intrusive rumination*; *deliberate rumination*; dating violence; trauma recovery.