

**GAMBARAN REGULASI EMOSI PADA PEREMPUAN
PENYINTAS KEKERASAN DALAM RUMAH
TANGGA (KDRT) PASCACERAI**

Skripsi

Diajukan Untuk Melengkapi Tugas-Tugas dan Memenuhi
Syarat-Syarat Guna Mendapatkan Gelar Sarjana
Psikologi (S. Psi) dalam Fakultas Psikologi Islam



Nur Aini

NPM. 2231060247

Pembimbing I : Iin Yulianti, M. A

Pembimbing II : Nurul Isnaini, M. Psi

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM
FAKULTAS PSIKOLOGI ISLAM
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
1448 H / 2026 M**

ABSTRAK

Gambaran Regulasi Emosi pada Perempuan Penyintas Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT) Pascacerai

**Oleh:
Nur Aini**

Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT) merupakan permasalahan sosial serius yang berdampak mendalam pada kondisi fisik dan psikologis korban, sehingga sering mendorong perempuan mengambil keputusan bercerai sebagai jalan terakhir demi keselamatan diri dan kesehatan mental. Pascacerai, perempuan penyintas dihadapkan pada tantangan psikologis yang tidak ringan dalam menyesuaikan diri dan memulihkan luka trauma masa lalu, di mana kemampuan regulasi emosi menjadi faktor penentu proses pemulihan batin mereka. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan mendeskripsikan gambaran regulasi emosi pada perempuan penyintas KDRT pascacerai. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus tunggal. Subjek penelitian dipilih menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria tertentu, yang terdiri dari tiga orang perempuan dewasa awal penyintas KDRT pascacerai di Kecamatan Belitang, Kabupaten OKU Timur, Sumatera Selatan, dengan inisial S, IDS, dan NH. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara terstruktur dan semi terstruktur, observasi nonpartisipan, serta dokumentasi. Analisis data dilakukan dengan bantuan perangkat lunak NVivo 12 Plus melalui tahapan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Teknik keabsahan data diuji melalui triangulasi sumber (melibatkan *significant other*) dan triangulasi teknik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perempuan penyintas KDRT pascacerai memiliki kapasitas regulasi emosi yang adaptif, stabil, dan matang, ditandai dengan keberhasilan transisi dari kepasrahan masa pernikahan menuju kemandirian psikologis.

Kata Kunci: *Pascacerai, Penyintas KDRT, Regulasi Emosi, Studi Kasus.*

ABSTRACT

An Overview of Emotion Regulation in Female Survivors of Domestic Violence Post-Divorce

By:
Nur Aini

Domestic violence is a serious social issue that deeply impacts the physical and psychological well-being of victims, often driving women to pursue divorce as a last resort for their personal safety and mental health. Post-divorce, female survivors face significant psychological challenges in adapting and healing from past trauma, where the ability to regulate emotions becomes a crucial factor in their inner recovery process. This study aims to identify and describe the overview of emotion regulation in female survivors of domestic violence post-divorce. This study employed a qualitative method with a single-case study approach. Research subjects were selected using a purposive sampling technique based on specific criteria, consisting of three young adult female survivors of domestic violence post-divorce in Belitang District, East OKU Regency, South Sumatra, with the initials S, IDS, and NH. Data collection was conducted through structured and semi-structured interviews, non-participant observation, and documentation. Data analysis was assisted by NVivo 12 Plus software through the stages of data reduction, data display, and conclusion drawing. The validity of the data was tested through source triangulation (involving significant others) and technique triangulation. The results indicated that female survivors of domestic violence post-divorce possess an adaptive, stable, and mature capacity for emotion regulation, marked by a successful transition from resignation during marriage to psychological independence.

Keywords: *Post-Divorce, Domestic Violence Survivors, Emotion Regulation, Case Study*

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Nur Aini

NPM : 2231060247

Program Studi : Psikologi Islam

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang berjudul "**Gambaran Regulasi Emosi pada Perempuan Penyintas Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT) Pascacerai**" merupakan hasil karya peneliti bukan hasil plagiasi dari karya orang lain. Apabila dikemudian hari ditemukan plagiasi maka peneliti bersedia menerima konsekuensi sesuai aturan yang berlaku di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung. Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenar-benarnya.

Wassalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Bandar Lampung, 17 Juli 2026

Peneliti,



Nur Aini

2231060247



**KEMENTERIAN AGAMA ISLAM
UIN RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS PSIKOLOGI ISLAM
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM**

Jl. Letkol Hi. Endro Suratmin Sukarame Telp. (0721) 703278 Bandar Lampung 35131

LEMBAR PERSETUJUAN

Judul Skripsi : Gambaran Regulasi Emosi pada Perempuan Penyintas
Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT) Pascacerai
Nama : Nur Aini
Npm : 2231060247
Prodi : Psikologi Islam
Fakultas : Psikologi Islam

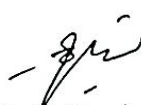
MENYETUJUI

Telah dimunaqasyahkan dan dipertahankan dalam
Sidang Munaqasyah Fakultas Psikologi Islam
Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung

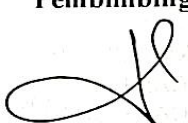
Bandar Lampung, 21 Juli-2026

Pembimbing I

Pembimbing II


Iin Yulianti, M. A

NIP. 198012092023212015


Nurul Isnaini, M. Psi

NIP. 199310062022032001

Mengetahui,

Ketua Program Studi Psikologi Islam


Annisa Fitriani, S.Psi., M. A.

NIP. 19890111201801201

vi



KEMENTERIAN AGAMA ISLAM
UIN RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS PSIKOLOGI ISLAM
PROGRAM STUDI PSIKOLOGI ISLAM

Jl. Letkol Hi. Endro Suratmin Sukarame Telp.(0721)703278 Bandar Lampung 35131

PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Gambaran Regulasi Emosi pada Perempuan Penyintas Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT) Pascacerai” disusun oleh Nur Aini, NPM 2231060247, Program Studi Psikologi Islam, telah diujikan dalam sidang Munaqasyah di Fakultas Psikologi Islam Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung pada hari.

Tim Penguji

Ketua Sidang	: Indah Fajriani, M. Psi	(.....)
Sekretaris	: Silvia Anggraini, M. Kes	(.....)
Penguji I	: Ira Hidayati, S.Psi., M. A	(.....)
Penguji II	: Jin Yulianti, M. Ag	(.....)
Penguji III	: Nurul Isnaini, M.Psi	(.....)



Mengetahui
Dekan Fakultas Psikologi Islam

Dr. Ahmad Zarkasi, S.Ag., M.Sos.I

NID: 197308291998031003

MOTTO

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۖ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۚ

“Maka, sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan.

Sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan.”

(QS. Al-Insyirah Ayat 5-6)

مَا يَزَالُ الْبَلَاءُ بِالْمُؤْمِنِ وَالْمُؤْمِنَةُ فِي نَفْسِهِ وَوَلَدِهِ وَمَالِهِ حَتَّى يَلْقَى اللَّهَ وَمَا عَلَيْهِ
خَطِيئَةٌ

“Cobaan itu akan senantiasa bersama orang-orang yang beriman baik laki-laki ataupun perempuan baik berkaitan dengan dirinya, anaknya ataupun hartanya sampai dia berjumpa dengan Allah tanpa membawa dosa.”

(HR. At-Tirmidzi no. 2399)

“Hidup seperti layaknya terowongan yang gelap, kita tak akan pernah tau seindah apa ujung di luar sana jika kita belum melewati jalanan yang gelap tersebut.”

-Nur Aini-

PERSEMBAHAN

Alhamdulillah rabbil'alamin. Segala puji syukur selalu saya panjatkan kepada Allah SWT. Rabb yang Maha kaya, yang selalu memberi nikmat sehat, iman, serta selalu memberikan uluran pertolongan jalan kemudahan pada saya, sehingga saya bisa berada dititik sekarang. Shalawat serta salam tak lupa saya langitkan kepada junjungan besar, Nabi Muhammad SAW. yang insyaAllah memberikan syafaat kepada umatnya. Atas izin Allah SWT. karya ini saya persembahkan kepada:

1. Mamak tersayang yaitu Sutarmi, seorang ibu yang hebat dalam melawan kerasnya dunia. Terimakasih untuk perjuangan keringat yang dikorbankan untuk kebahagiaan putri-putrinya. Mamak satu-satunya alasanku berjuang semati-matian ini untuk banyaknya mimpi yang harus aku wujudkan. Tetap sehat selalu mamak, selalu temani aku sampai kapanpun sampai aku berhasil mewujudkan semua cita-cita ku, harapku selalu temani aku hingga tua nanti bahkan hingga aku tidak ada lagi.
2. Wakina yaitu Winawati, seorang uwak tersayang yang banyak sekali jasa nya, terimakasih untuk pengorbanan dan kasih sayangnya sampai tutupnya usia. Maaf belum sempat mewujudkan keinginan wakina untuk menyaksikan ketika aku memakai toga dan hadir di hari bahagia ketika aku wisuda nanti, serta maaf belum sempat mewujudkan agar wakina merasakan hasil dari berhasilnya aku menggapai cita-cita nanti.
3. Kedua ayuk ku tersayang yaitu Salbiah, S. Pd., Gr. dan Siti Nur Holizah, S. Pd. Terimakasih untuk kasih sayang dan perhatiannya terhadap adik bungsu mu ini, yang selalu ada ketika adik mu butuh, yang menjadi tempat solusi dari riuhnya isi pikiran. Terimakasih yang selalu siap siaga membantu dan mendukung adik mu yang lemah ini untuk mewujudkan cita-cita nya.
4. Abak yaitu Syafrudin, seorang ayah yang baik. Terimakasih sudah menjadi alasan adanya aku di dunia ini, yang membuat aku bisa merasakan nikmat hidup dari Allah, yang mebuat masa-masa hidupku menjadi begitu banyaknya warna-warni.

RIWAYAT HIDUP



Nama lengkap Nur Aini, lahir di OKU Timur, 17 Juni 2004. Peneliti merupakan anak ketiga dari tiga bersaudara, dari pasangan Bapak Syafrudin dan Ibu Sutarmi, yang beralamat di Desa Gumawang, Kecamatan Belitang, Kabupaten OKU Timur, Sumatera Selatan. Peneliti memulai pendidikan di TK Pertiwi Gumawang, lulus pada tahun 2011. Kemudian melanjutkan pendidikan dasar di SD Negeri 2 Gumawang, lulus pada tahun 2016. Selanjutnya peneliti menempuh pendidikan menengah pertama di SMP Negeri 1 Belitang, lulus pada tahun 2019. Lalu peneliti melanjutkan pendidikan menengah atas di MAN 1 OKU Timur, lulus pada tahun 2022. Dan setelah lulus dari MAN, peneliti melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi di kampus Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung dan menjadi mahasiswa resmi di Fakultas Psikologi Islam pada Program Studi Psikologi Islam, angkatan tahun 2022.

KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

*Alhamdulillahirabbil'alam*in, puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, hidayah, dan karunia-Nya sehingga peneliti, yaitu Nur Aini dapat menyelesaikan skripsi ini sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi pada tingkat Strata Satu (S1) Program Studi Psikologi Islam dengan judul **“Gambaran Regulasi Emosi pada Perempuan Penyintas Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) Pascacerai”** yang disusun untuk memberikan kontribusi ilmiah sekaligus memenuhi kewajiban akademik.

Shalawat serta salam tak lupa kita haturkan kepada junjungan Nabi Besar Muhammad SAW. beserta keluarganya, para sahabatnya dan pengikutnya, semoga rahmat dan hidayah selalu dilimpahkan padanya Aamiin. Penyusunan skripsi ini dilakukan guna memenuhi salah satu tugas akhir serta melengkapi syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Psikologi (S. Psi) pada Program Studi Psikologi Islam Fakultas Psikologi Islam Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung. Peneliti menyadari bahwa skripsi ini tidak akan terselesaikan tanpa bantuan, dukungan, dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini peneliti ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Terimakasih kepada Bapak Dr. Ahmad Zarkasi, S.Ag., M.Sos.I selaku Dekan Fakultas Psikologi Islam Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
2. Terimakasih kepada Ibu Annisa Fitriani, S.Psi., M.A. selaku Ketua Prodi, serta terimakasih kepada Ibu Indah Fajriani, M.Psi. selaku Sekretaris Program Studi Psikologi Islam Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
3. Terimakasih kepada Ibu Iin Yulianti, M.A. Pembimbing I, selaku Dosen Pembimbing yang dengan sabar telah membimbing dan memberikan pengarahan sejak awal sampai dengan selesainya penulisan skripsi ini.
4. Terimakasih kepada Ibu Nurul Isnaini, M.Psi. Pembimbing II, selaku Dosen Pembimbing yang dengan sabar telah membimbing dan memberikan pengarahan sejak awal sampai dengan selesainya penulisan skripsi ini.

5. Terimakasih kepada Bapak Erwanto, M.Psi. selaku Pembimbing Akademik yang telah meluangkan waktu untuk memberikan arahan selama perkuliahan hingga saat ini.
6. Terimakasih kepada seluruh Tim Penguji pada sidang munaqosah saya pada tanggal 21 Juli 2026, dengan Ibu Indah Fajriani, M.Psi., selaku ketua sidang. Ibu Silvia Anggraini, M. Kes., selaku sekretaris sidang. Ibu Ira Hidayati, S.Psi., M. A., selaku penguji I. Ibu Iin Yulianti, M.A., selaku Penguji II. Ibu Nurul Isnaini, M.Psi., selaku penguji III.
7. Terimakasih kepada Seluruh dosen dan staf akademik di Fakultas Psikologi Islam yang telah memberikan banyak ilmu kepada saya selama menempuh perkuliahan di Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
8. Terimakasih kepada Almamater Hijau Kampus Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
9. Terimakasih kepada subjek penelitian yang telah bersedia untuk menjadi informan dan mau bercerita dengan membagikan pengalaman masa lalunya melalui wawancara, sebab kalian saya dapat menyelesaikan penelitian ini dengan lancar.
10. Terimakasih kepada kantor Pengadilan Agama Martapura OKU Timur, yang mau menerima saya dengan ramah, dan memberikan data-data yang di butuhkan dalam keperluan skripsi ini.
11. Terimakasih untuk diriku sendiri yaitu Nur Aini, seorang wanita cantik yang kuat dalam memeluk banyaknya luka, seorang wanita yang sering meneteskan rintik mata diheningnya malam yang sunyi. Terimakasih sudah bertahan dan berjuang sejauh ini dengan melewati badai ujian yang Allah kasih begitu nikmat. Terimakasih sudah melewati proses kehidupan yang begitu panjang dengan suka dan duka begitu banyaknya, yang tetap teguh berjuang menjadi wanita baik dengan senyum manisnya walau banyak sebab untuk mencari pelampiasan dari sakitnya kehidupan.
12. Terimakasih untuk seluruh teman-teman psikologi angkatan 2022, dan terkhusus untuk teman-teman kelas C yang sudah kebersamai kurang lebih selama empat tahun lamanya. Banyak cerita dan pengalaman yang aku dapat dari kalian semua

yang sangat berharga di perjalanan hidupku. Tanpa ada nya pertemuan-pertemuan dengan kalian mungkin akan membuat perjuangan mendapatkan gelar ini terasa sulit.

13. Terimakasih untuk semua teman-teman terdekat dan sahabat-sahabat aku yang benar-benar ada saat aku lagi bingung dan butuh. Terkhusus empat sahabat semasa perkuliahan yaitu, Tara Dwi Cahyani, Risma Adelisa dan Cindy Destika. Terimakasih sudah sangat sering membantu aku ketika dalam keadaan sulit, menemani proses mulai dari Sempro hingga Munaqosah. Terimakasih untuk kalian dengan banyak cerita yang kita lewati bersama selama kurang lebih empat tahun ini, semoga kita berempat akan menjadi orang sukses di masa depan Aamiin.
14. Terimakasih untuk salah satu sahabat ku yang sangat aku percaya yaitu Seswi Mulia Putri, yang selalu menjadi tempat pulang untuk bercerita yang aman dan nyaman, yang tidak menghakimi apapun keluh kesah yang aku ceritakan.

Bandar Lampung, 17 Juli 2026



Nur Aini
2231060247

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
ABSTRAK.....	ii
ABSTRACT	iii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iv
LEMBAR PERSETUJUAN	v
PENGESAHAN	vi
MOTTO.....	vii
PERSEMBAHAN.....	viii
RIWAYAT HIDUP	ix
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI.....	xiii
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	12
C. Tujuan Penelitian	12
D. Manfaat Penelitian	13
E. Kajian Penelitian Terdahulu yang Relevan	14
BAB II LANDASAN TEORI	24
A. Regulasi Emosi.....	24
1. Pengertian Regulasi Emosi	24
2. Aspek-Aspek Regulasi Emosi.....	25
3. Faktor-Faktor Regulasi Emosi	26
4. Proses Regulasi Emosi	28
B. Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT).....	30
1. Pengertian Kekerasan Dalam Rumah Tangga.....	30
2. Penyebab Kekerasan Dalam Rumah Tangga	33
3. Pola Kekerasan dalam Rumah Tangga	35
4. Dampak dari Kekerasan Dalam Rumah Tangga.....	37
C. PERCERAIAN.....	39
1. Pengertian Perceraian.....	30
2. Faktor Penyebab Perceraian.....	40
D. Kerangka Berpikir	42

BAB III METODE PENELITIAN	45
A. Metode Penelitian.....	45
B. Jenis Penelitian.....	45
C. Subjek Penelitian.....	47
D. Sumber Data.....	48
E. Metode Pengumpulan Data.....	48
F. Teknik Analisis Data.....	50
G. Teknik Keabsahan Data	53
BAB IV PELAKSANAAN DAN HASIL PEMBAHASAN	55
A. Orientasi Kancan dan Pelaksanaan Penelitian	55
1. Orientasi Kancan Penelitian	55
2. Persiapan Penelitian.....	56
3. Pelaksanaan Penelitian	56
B. Analisis Data Penelitian.....	76
1. Analisis Data	76
2. Regulasi Emosi pada Perempuan Penyintas (KDRT)	
Pascaceraian	129
BAB V KESIMPULAN.....	146
A. Kesimpulan	146
B. Rekomendasi.....	147
DAFTAR PUSTAKA	150
LAMPIRAN.....	156

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Profil Singkat Subjek Penelitian	74
Tabel 4.2 Jadwal Penelitian Subjek S	76
Tabel 4.3 Observasi Subjek S.....	85
Tabel 4.4 Jadwal Penelitian Subjek IDS	95
Tabel 4.5 Observasi Subjek IDS	105
Tabel 4.6 Jadwal Penelitian Subjek NH.....	113
Tabel 4.7 Observasi Subjek NH.....	122



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Berpikir.....	42
Gambar 4.1 <i>Word Frequency Query</i> Subjek S	87
Gambar 4.2 <i>Bar Chart</i> Subjek S	90
Gambar 4.3 <i>Word Frequency Query</i> Subjek IDS.....	107
Gambar 4.4 <i>Bar Chart</i> Subjek IDS.....	109
Gambar 4.5 <i>Word Frequency Query</i> Subjek NH	124
Gambar 4.6 <i>Bar Chart</i> Subjek NH.....	126
Gambar 4.7 <i>Hirarcy Chart</i>	129
Gambar 4.8 <i>Mind Map</i>	135
Gambar 4.9 <i>Project Map</i>	138
Gambar 4.10 Kategorisasi Tema	143
Gambar L.1 Izin Penelitian di PA Martapura	172
Gambar L.2 Proses Perolehan Data Angka Perceraian	172
Gambar L.3 Pertemuan 1 Subjek S.....	173
Gambar L.4 Pertemuan 2 Subjek S.....	173
Gambar L.5 Pertemuan 3 Subjek S.....	173
Gambar L.6 <i>Significant Others</i> : Ibu	173
Gambar L.7 Akta Cerai.....	173
Gambar L.8 Pertemuan 1 Subjek IDS	174
Gambar L.9 Pertemuan 2 Subjek IDS	174
Gambar L.10 Pertemuan 3 Subjek IDS	174
Gambar L.11 <i>Significant Others</i> : Bibi.....	174
Gambar L.12 Pertemuan 1 Subjek NH.....	175
Gambar L.13 Pertemuan 2 Subjek NH.....	175
Gambar L.14 Pertemuan 3 Subjek NH.....	175
Gambar L.15 <i>Significant Others</i> : Ponakan	175
Gambar L.16 Akta Cerai.....	175
Gambar L.17 Bentuk Regulasi Emosi: Karya Sastra	176
Gambar L.18 Bentuk Regulasi Emosi: Karya Sastra	177
Gambar L.19 Bentuk Regulasi Emosi: Karya Sastra	178
Gambar L.20 Kondisi sekarang yang adaptif & Sehat.....	179
Gambar L.21 Bentuk Regulasi Emosi: Hadirnya Anak	180
Gambar L.22 Kondisi sekarang yang adaptif & Sehat.....	181
Gambar L.27 Surat Hasil Turnitin.....	364

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) merupakan salah satu permasalahan sosial yang masih terjadi secara luas dan berkelanjutan, baik di tingkat internasional maupun nasional. Fenomena ini tidak hanya berkaitan dengan persoalan hubungan personal antara suami dan istri, melainkan juga mencerminkan ketimpangan kuasa, norma sosial, serta budaya patriarki yang masih mengakar kuat dalam masyarakat. Kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) sering kali berlangsung secara tersembunyi karena terjadi di ranah privat, sehingga sulit terdeteksi dan kerap dianggap sebagai persoalan internal keluarga. Padahal, dalam realitasnya, kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) menyebabkan banyak dampak yang serius, khususnya bagi perempuan yang paling rentan menjadi korban (Sitompul et al., 2025).

Berdasarkan Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2004 tentang Penghapusan Kekerasan dalam Rumah Tangga (UU PKDRT), kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) merupakan setiap perbuatan terhadap seseorang, terutama perempuan, yang mengakibatkan penderitaan atau kesengsaraan secara fisik, psikis, seksual, dan penelantaran rumah tangga, termasuk ancaman, pemaksaan, atau perampasan kemerdekaan secara melawan hukum dalam kehidupan rumah tangga (Saman, 2024). Definisi ini menegaskan bahwa kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) tidak hanya berupa kekerasan fisik yang dapat menimbulkan rasa sakit, luka, atau cedera, seperti memukul, menampar, menendang, mendorong, ataupun perbuatan lain yang dapat membahayakan keselamatan.

Selain kekerasan fisik, juga mencakup bentuk-bentuk kekerasan nonfisik berupa kekerasan verbal, seksual, ataupun ekonomi bagi korban, yang menyebabkan penderitaan secara psikis. Penderitaan psikis menyebabkan ketakutan, hilangnya rasa percaya diri, tekanan batin, dan rasa tidak berdaya. Bentuk kekerasan verbal berupa penghinaan, ancaman, kata-kata kasar,

pengendalian berlebihan terhadap pasangan, dan tindakan yang merendahkan harga diri. Kekerasan seksual meliputi pemaksaan hubungan seksual, perlakuan seksual yang tidak diinginkan, atau eksploitasi seksual dalam lingkup rumah tangga. Selain itu, kekerasan nonfisik juga dapat berupa pembatasan terhadap ekonomi, seperti tidak memberikan nafkah, melarang untuk bekerja, atau menguasai penghasilan pasangan. Walaupun tidak menyebabkan luka secara fisik, kekerasan nonfisik dapat memberikan dampak psikologis, seperti rasa takut, rendah diri, stres, hingga trauma yang berkepanjangan (Karini et al., 2023).

Dampak kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) terhadap korban, khususnya perempuan, sangat luas dan mendalam. Dari aspek psikologis, korban KDRT rentan mengalami stres berkepanjangan, depresi, kecemasan, dan trauma psikologis. Kekerasan yang terjadi secara berulang dalam lingkungan domestik yang seharusnya menjadi tempat paling aman menyebabkan korban mengalami konflik batin, rasa tidak berdaya, dan gangguan emosional (Janah et al., 2025). Dari aspek sosial, korban sering mengalami isolasi sosial, kehilangan dukungan dari keluarga atau lingkungan sekitar, serta stigma sosial yang membuat korban tidak mau untuk melaporkan atau membicarakan kekerasan yang dialaminya. Dari aspek moral dan spiritual, korban dapat mengalami krisis makna hidup, kehilangan harapan, serta pergulatan batin dalam menerima dan memahami penderitaan yang dialaminya (Miftahul et al., 2024).

Selain dampak traumatis secara psikologis, banyaknya fenomena keretakan rumah tangga yang berujung pada perceraian di Pengadilan Agama Martapura juga dipicu oleh berbagai fakta dan bukti (eviden) perlakuan buruk non-fisik. Berdasarkan observasi dan data awal, pemicu utama keretakan tersebut tidak hanya terbatas pada bentuk fisik, melainkan diiringi oleh tindak penelantaran ekonomi di mana suami tidak memberikan nafkah lahir dan batin, keterlibatan suami dalam tindak pidana penyalahgunaan narkoba, hingga adanya faktor perselingkuhan. Di samping itu, adanya tekanan keuangan akibat judi online, beban utang, serta sikap cemburu buta yang tidak jelas (terlalu posesif)

disertai pengekanan dan ancaman menggunakan senjata tajam, dan adanya ikut campur dari pihak keluarga mertua makin memperkeruh konflik, sehingga memaksa korban untuk mengambil tindakan hukum berupa gugatan cerai demi keselamatan jiwanya.

Kondisi tersebut sering kali mendorong perempuan korban KDRT untuk mengambil keputusan bercerai sebagai jalan terakhir demi keselamatan diri dan kesehatan mental. Setelah perceraian, perempuan penyintas kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) dihadapkan pada tantangan psikologis yang tidak ringan. Selain harus menyesuaikan diri dengan status baru sebagai perempuan yang sudah bercerai, mereka juga masih membawa luka emosional akibat kekerasan yang dialami selama pernikahannya dahulu (Herlany, 2022). Pada fase ini, kemampuan untuk mengelola emosi menjadi aspek penting dalam proses pemulihan psikologis. Regulasi emosi dapat dipahami sebagai kemampuan seseorang dalam menilai, menyesuaikan, dan mengendalikan reaksi emosionalnya agar mampu menampilkan perilaku yang relevan dengan kondisi yang dihadapi (Barrett et al., 2001).

Regulasi emosi merupakan kumpulan proses pengendalian yang berfokus pada pengaturan waktu, situasi, cara, serta jenis emosi yang dirasakan maupun diekspresikan oleh seseorang. Dengan kata lain, regulasi emosi dapat dipahami sebagai kemampuan seseorang dalam menilai, menyesuaikan, dan mengendalikan reaksi emosionalnya agar mampu menampilkan perilaku yang relevan dengan kondisi yang dihadapi (Butler et al., 2007). Regulasi emosi yang adaptif dapat membantu perempuan penyintas kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) untuk menenangkan diri, mengurangi tekanan batin, serta mengambil keputusan secara lebih rasional dalam menghadapi realitas kehidupan pascacerai. Sebaliknya, regulasi emosi yang maladaptif dapat memperburuk kondisi psikologis penyintas dan menghambat proses pemulihan batin (Cahyani Shavira Kurnia et al., 2023). Oleh karena itu, memahami bagaimana perempuan penyintas kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) pascacerai dalam

mengelola emosinya menjadi sangat penting, terutama dalam konteks pengalaman subjektif mereka.

Di tingkat internasional, kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) diakui sebagai salah satu pemicu utama kekerasan hingga perceraian hubungan perkawinan. Berdasarkan perkiraan Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), sekitar 31,6% atau hampir satu dari tiga perempuan di seluruh dunia pernah mengalami kekerasan fisik maupun seksual dari pasangan sah atau mantan pasangan mereka. Implikasi KDRT terhadap angka perceraian bervariasi secara signifikan di tingkat nasional tergantung pada dinamika sosial dan sistem hukum masing-masing negara. Di Amerika Serikat, penelitian yang dipublikasikan melalui *Centers for Disease Control and Prevention* (CDC) menunjukkan bahwa KDRT menjadi kontributor utama pada sekitar 23,5% hingga 27,8% kasus perceraian.

Data Badan Pusat Statistika (BPS) yang mengutip Kementerian Agama Republik Indonesia dan Mahkamah Agung menunjukkan bahwa angka perceraian di Indonesia masih tergolong tinggi. Tercatat sebanyak 447.743 kasus perceraian pada tahun 2021, meningkat menjadi 516.344 kasus pada tahun 2022, kemudian menurun menjadi 463.654 kasus pada tahun 2023, 394.608 kasus pada tahun 2024, dan 317.056 kasus pada tahun 2025. Fluktuasi (naik-turun) ini menunjukkan bahwa perceraian masih menjadi fenomena sosial yang signifikan, dengan kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) sebagai salah satu faktor yang berkontribusi di dalamnya.

Berdasarkan data Badan Pusat Statiska (BPS) Sumatera Selatan dan laporan Pengadilan Tinggi Agama Palembang, angka perceraian akibat kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) pada tahun 2023 terdapat 259 kasus, dan tahun 2024 terdapat 427 kasus perceraian akibat dari KDRT. Pada awal tahun 2026, dilaporkan KDRT dan penelantaran menjadi pemicu utama dari 3.088 kasus perceraian yang ditangani Pengadilan Agama Palembang pada tahun 2025.

Fenomena tingginya angka perceraian yang dipicu oleh tindak kekerasan juga terdapat di tingkat lokal, khususnya di

kecamatan Belitang, kabupaten Ogan Komering Ulu (OKU) Timur. Untuk memperkuat data di lapangan, peneliti memperoleh data jumlah angka perceraian akibat KDRT di wilayah OKU Timur, yang bersumber dari lembaga resmi Pengadilan Agama Martapura OKU Timur. Berdasarkan data laporan tahunan Pengadilan Agama Martapura Ogan Komering Ulu Timur, tercatat angka perceraian beberapa tahun terakhir akibat kekerasan dalam rumah tangga, yakni sebanyak 625 kasus pada tahun 2023 dan 574 kasus pada tahun 2024. Mayoritas merupakan jenis cerai gugat yang diajukan oleh pihak istri, faktor KDRT tercatat sebagai salah satu pemicu selain dari faktor dominan seperti masalah ekonomi, dampak negatif penyalahgunaan judi online, perselingkuhan, dan lain-lainnya yang menjadi faktor utama yang mendorong perempuan untuk mengakhiri ikatan perkawinan.

Di Kecamatan Belitang, yang merupakan salah satu pusat populasi terpadat di Kabupaten OKU Timur, realitas ini menunjukkan urgensi mendalam mengingat tingginya interaksi sosial dan dinamika domestik di wilayah tersebut. Peningkatan jumlah penyintas yang berani mengambil langkah hukum mencerminkan adanya transisi besar dalam kehidupan mereka, yang semula berada dalam siklus kekerasan menuju fase hidup mandiri pascacerai. Namun, besarnya angka tersebut tidak serta merta menghapus jejak trauma psikologis yang dialami. Oleh karena itu, memahami gambaran regulasi emosi pada perempuan penyintas KDRT di Kecamatan Belitang, Kabupaten OKU Timur menjadi sangat penting, guna mengetahui bagaimana mereka mengelola tekanan yang dirasakannya dan dapat bertahan serta bangkit di tengah beban psikologis yang kompleks setelah berpisah dari pasangan..

Untuk memperoleh data penelitian, peneliti akan melakukan pra-riset guna mengetahui fenomena yang terjadi di lapangan, yang dapat dijadikan acuan untuk menentukan langkah peneliti selanjutnya. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan di kecamatan Belitang, kabupaten OKU Timur, Sumatera Selatan. Terdapat tiga perempuan penyintas kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) Pascacerai yaitu berinisial (S), (IDS), dan (NH).

Ketiga subjek pernah mengalami KDRT ketika masih menjalin hubungan pernikahan dengan mantan suaminya dan berhasil bangkit dari masa terpuruk dalam kehidupannya..

Subjek S merupakan seorang guru yang mengalami KDRT dalam pernikahan singkatnya yang baru berjalan selama tiga bulan akibat temperamen mantan suami yang dipicu masalah utang serta keterlibatan dalam dunia hitam (narkoba).

"Marah-marahnya itu kalau misalnya waktu pas ditagih hutang, diajak ngomong tahu-tahu bentak gitu.." (S. BG. 140)

"Jadilah, sudahlah dulu! Tapi nadanya tinggi. Terus sendoknya aja sambil dibanting waktu itu ingat waktu pas puasa. Sendoknya dibanting, terus tangannya udah kayak mau ngepal." (S. BG. 155)

"Terus sampai gemeteran nahan nangis waktu itu. Terus kan waktu kena sakit kan, enggak diurusi sama keluarganya, sama suami yang mantan suami itu kan." (S. BG. 165)

Kondisi psikologis subjek semakin tertekan karena di samping harus menghadapi bentakan dan ancaman suami yang ingin kembali ke dunia hitam, subjek juga mengalami penelantaran ekonomi dan tidak diurusi di saat jatuh sakit.

Subjek IDS menikah di usia yang sangat muda (18 tahun) dan menerima perlakuan KDRT yang sangat kejam dari mantan suaminya sejak usia 3 bulan pernikahan, yang puncaknya terjadi pada bulan Oktober 2020 berupa penganiayaan fisik berat di saat dirinya baru saja beberapa bulan selesai menjalani operasi sesar.

"Dirangkulnya ayuk itu, dia tuh megang lah yang kuping ayuk tadi. Ayuk nih ngomong, 'Sudah Aa', sakit Aa', jangan dipegang," kata ayuk nih. Dia tuh tambah keras dek, makin keras megang entah dia tuh kesel apa bagaimana dek. Lah berkali-kali ayuk tuh ngomong, "Jangan pegang, jangan pegang." terus ayuk nih ngomong dengan nada agak tinggi. Aku kemarin dari berobat, kau kan tahu aku minta antarkan kau, kau ngga mau. Kenapa kau pegang kau tambah keras kan sakit," kata ayuk nih kan. Langsung dilepaskannya dek, tiba-tiba dia ke kamar ngambil Aqua berisi 1, 1,5 liter itu Aqua berisi penuh air. Dilemparkannya ke ayuk, kenalah betis, betis ayuk nih sampai memar biru." (IDS. BG. 235)

“Duduk sudah yang nglempar itu kan. AyuK tuh ngomong, ‘kenapa Aa’ kau tuh kok tiba-tiba kayak itu?, kata ayuk tuh kan. Nah langsung tiba-tiba dia nih berdiri dek, langsung ngambil ayuk nih, baju ayuk ditariknya ya, nggak lama itu... dilepaskannya yang tarikan nih, dicekeknnya dek. Dicekeknnya nih didorong nya ke belakang, ke dinding kenalah dinding yang kepala ayuk nih dibenturkannya ke dinding. Pertama tuh sekali dulu dek, sudah di dinding itu ditinjunya dek mulut ayuk ini, langsung ditinju dengan tangan kanannya. Tangan kiri nyekek ayuk ya, tangan kanan ninju. Ayuk posisi makai behel dek, jadi yang mungkin behel itu tadi kena bibir kan, jadi langsung pecah. Saat itulah langsung pecah, dari yang bibir atas ini sampai bibir bawah ini pecah, tegores sampai darahnya tuh ayuk lap pakai baju.” (IDS. BG. 280, 295)

“Nah sampai kamar hp ayuk nih diambilnya, belum sempatlah ayuk nelson Ibu nih tadi, hp ayuk dibantingnya ke kasur. Di kasur ayuk nih didudukkannya di kasur itu, ayu ditamparnya, dicakarnya.... Tiba-tiba ayuk mau keluar ini tadi didorongnya, ngehantam yang kayu separo itu tadi. Ayuk maju ada meja, meja segi empat pas banget yang sudut meja yang siku-sikunya tadi kena perut ayuk yang tempat operasi.” (IDS. BG. 340, 440)

Pengalaman kekerasan fisik dan verbal yang parah ini sempat menimbulkan rasa trauma serta perasaan ketidakberdayaan yang berat pada diri subjek IDS pascacerai.

Subjek NH mengalami KDRT fisik dan psikis berupa cemburu buta, pengekangan yang ketat, intimidasi senjata tajam, hingga tindak kekerasan fisik parah yang bahkan menyebabkan dirinya mengalami keguguran.

“Ngancam sering, pernah ibarat... dulu tuh ya, melihat pisau aja aku takut... Katanya kalau ini kan aku takut, dulu kan pernah sih di gini-giniin kayak gitu kan dileher... Pokoknya dia tuh memang cemburu buta gitu loh...” (NH. BG. 380)

“Pernah di sini tuh luka, kena apa ya, itu namanya kayak cincin, sampai pernah berdarah. Aku hamil aja pernah dibanting, depan mertua itu.” (NH. BG. 855, 895)

"Dia tuh ada rasa cemburu, pulang-pulang naik motor mengebut, posisi aku masih umur satu bulan kalau nggak salah, sekiranya satu bulan masih ini segumpal. Nah itu kan ada lobang, jadi naik motor tuh ngebut, dia tuh marah, Dug! gitu nah. Nah itulah terjadi keguguran." (NH. BG. 320-34)

Tindakan kekerasan yang berlangsung selama bertahun-tahun ini membuat subjek NH merasa sangat terluka, hingga sempat terbersit pikiran untuk mengakhiri hidup karena merasa putus asa.

Berdasarkan data-data tersebut menegaskan bahwa KDRT masih menjadi persoalan serius yang berdampak langsung terhadap kesejahteraan psikologis perempuan. Penelitian terdahulu menjelaskan fenomena KDRT dan dampaknya terhadap kesejahteraan psikologis perempuan telah banyak menjadi fokus dalam berbagai penelitian terdahulu. Penelitian yang dilakukan oleh Junita dkk. (2022) serta Ningsih dkk. (2025) telah membuktikan secara kuantitatif bahwa regulasi emosi memiliki kaitan erat dengan aspek psikologis lain, seperti kemampuan memaafkan masa lalu dan penurunan perilaku agresi verbal dalam rumah tangga. Begitu pula penelitian Angelica & Himawan (2022) serta Ramadhany dkk. (2024) yang menunjukkan bahwa strategi regulasi emosi seperti *cognitive reappraisal* berperan penting dalam kepuasan pernikahan dan perilaku mencari bantuan bagi korban kekerasan.

Meskipun aspek regulasi emosi telah banyak dibahas, terdapat beberapa celah penelitian (*research gap*) yang mendasari pentingnya penelitian ini dilakukan. Pertama, mayoritas penelitian terdahulu (Junita dkk., 2022; Ningsih dkk., 2025; Ramadhany dkk., 2024) menggunakan pendekatan kuantitatif yang cenderung melihat hubungan antar variabel secara umum, namun belum mampu menggambarkan secara mendalam "bagaimana" proses dan dinamika emosional yang dirasakan oleh individu secara subjektif. Kedua, penelitian kualitatif yang ada, seperti yang dilakukan oleh Herlany (2022) dan Rachmatunisa & Rahmandani (2024), lebih banyak menitikberatkan pada gambaran psikologis umum pascacerai atau pada proses pengambilan keputusan untuk

bercerai. Sementara itu, penelitian mengenai bagaimana para penyintas KDRT secara spesifik melakukan regulasi emosi setelah mereka terlepas dari ikatan pernikahan (pascacerai) masih sangat terbatas.

Selain itu, penelitian Cahyani & Hendriani (2023) memang membahas regulasi emosi pada korban kekerasan, namun lingkupnya masih terbatas pada hubungan pacaran, yang tentunya memiliki kompleksitas dan beban trauma yang berbeda dibandingkan dengan hubungan pernikahan yang berakhir dengan perceraian. Perbedaan lokasi penelitian juga menjadi poin penting, di mana penelitian-penelitian sebelumnya banyak dilakukan di Pulau Jawa (Ngawi dan Semarang) atau Aceh. Dimana berdasarkan data Catatan Tahunan (CATAHU) Komnas Perempuan, jumlah pelaporan kasus Kekerasan Berbasis Gender (KBG) menunjukkan tren peningkatan dari tahun ke tahun, di mana KDRT secara konsisten mendominasi porsi laporan (berkisar antara 60% hingga 70% dari total kasus).

Ditinjau dari sebaran geografis, provinsi-provinsi di Pulau Jawa secara konsisten peringkat teratas dalam kontribusi jumlah kasus KDRT di Indonesia. Data CATAHU mencatat bahwa Jawa Barat (lebih dari 63.000 kasus terdata), Jawa Timur (lebih dari 46.000 kasus), dan Jawa Tengah (lebih dari 44.000 kasus) menjadi tiga wilayah dengan angka pelaporan tertinggi secara nasional, disusul oleh wilayah metropolitan DKI Jakarta dan Banten. Selain data hukum pidana, tingginya angka KDRT di Pulau Jawa juga dijelaskan dalam data Badan Peradilan Agama, di mana KDRT menjadi alasan di balik ratusan ribu gugatan cerai (cerai gugat) yang dibuat oleh perempuan setiap tahunnya.

Tingginya angka KDRT di Pulau Jawa tidak dapat dilepaskan dari struktur sosial dan budaya masyarakat setempat. Meskipun sistem masyarakat Jawa memberikan ruang yang lebih luas bagi perempuan dalam mengelola urusan rumah tangga dan sumber ekonomi keluarga, norma sosial yang berlaku masih sangat lekat dengan nilai-nilai patriarki yang kuat. Dalam nilai tradisional Jawa, terdapat pembagian peran gender yang kaku, di mana laki-laki ditempatkan sebagai kepala keluarga (pencari nafkah) dan

perempuan diidentikkan dengan peran domestik (macak, masak, manak).

Sedangkan penelitian sekarang berada di wilayah Oku Timur, Sumatera Selatan, yang memiliki keunikan yang terletak pada perpaduan budaya dan kemandirian ekonomi warganya. Di daerah ini, percampuran antara suku Jawa dan Komering memengaruhi cara seorang istri menyikapi KDRT yang dialaminya. Selain itu, banyaknya perempuan yang bekerja dan berpenghasilan membuat mereka lebih mandiri dan berani mengambil langkah hukum (menggugat cerai) saat menjadi korban KDRT, tanpa takut kehilangan mata pencaharian. Ditambah lagi ada pengaruh kuat dari tokoh agama dan perangkat desa dalam menyelesaikan masalah rumah tangga. Gabungan faktor budaya, ekonomi perempuan, dan peran tokoh masyarakat inilah yang menjadi kebaruan (hal unik) dari penelitian KDRT di OKU Timur yang mungkin memengaruhi cara perempuan penyintas kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) mengelola emosinya.

Kebaruan (*novelty*) dalam penelitian ini terletak pada upaya menghadirkan pemahaman yang lebih mendalam mengenai regulasi emosi perempuan penyintas KDRT pada fase pascacerai yang belum banyak dikaji secara spesifik dalam penelitian terdahulu. Penelitian ini tidak hanya menggunakan pendekatan kualitatif untuk menggali pengalaman subjektif penyintas, tetapi juga menganalisis proses regulasi emosi secara terstruktur melalui tiga aspek utama, yaitu memonitor, mengevaluasi, dan memodifikasi emosi. Dengan demikian, penelitian ini memberikan gambaran yang lebih lengkap mengenai bagaimana penyintas mengelola respon emosionalnya setelah keluar dari relasi kekerasan. Selain itu, penelitian ini mengangkat konteks lokal di OKU Timur sebagai kontribusi kontekstual dalam memperkaya kajian psikologi terkait regulasi emosi pada perempuan penyintas KDRT pascacerai.

Pascacerai, seorang perempuan penyintas KDRT tidak hanya berhadapan dengan luka trauma masa lalu, tetapi juga tekanan sosial. Kemampuan meregulasi emosi menjadi faktor penentu apakah penyintas tersebut dapat pulih secara fungsional

atau justru terjebak dalam trauma berkepanjangan. Berdasarkan celah tersebut, penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran yang lebih utuh dan mendalam mengenai gambaran regulasi emosi pada perempuan penyintas kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) pascacerai, dengan mengeksplorasi pengalaman individu dan strategi pengelolaan emosi yang mereka gunakan dalam menghadapi realitas kehidupan setelah kekerasan.

Selaras penjelasan tentang mengelola emosi secara adaptif (regulasi emosi), juga dibahas dalam salah satu ayat Al-Qur'an, sebagaimana firman Allah dalam Q.S Yusuf ayat 86:

قَالَ إِنَّمَا أَشْكُوا بَثِّي وَخُزْنِي إِلَى اللَّهِ وَأَعْلَمُ مِنَ اللَّهِ مَا لَا تَعْلَمُونَ ﴿٨٦﴾

Artinya: Dia (Ya'qub) menjawab, "Hanya kepada Allah aku mengadukan kesusahan dan kesedihanku. Aku mengetahui dari Allah apa yang tidak kamu ketahui." (QS. Yusuf: 86)

Menurut Haji Abdul Malik Karim Amrullah (Hamka) didalam kitabnya tafsir Al-Azhar, perkataan Ya'qub pada ayat 86 adalah jawaban dari ucapan anak-anaknya pada ayat sebelumnya, QS. Yusuf ayat 85; "Mereka berkata, Demi Allah, engkau tidak henti-hentinya mengingat Yusuf sehingga engkau (mengidap) penyakit berat atau engkau termasuk orang-orang yang akan binasa". Ya'qub menjawab, "Aku hanya mengadukan kesusahanku dan kesedihanku kepada Allah, dan aku tahu dari Allah apa yang tidak kamu ketahui" (Hamka, 2001).

Menurut Hamka (2001) berpendapat dalam tafsir Al-Azhar bahwa di sinilah rahasia kesedihan yang mendalam itu. Itulah yang Ya'qub katakan kepada anak-anaknya, "Allah memberitahu kepadaku apa yang kamu tidak mengetahui." Ya'qub tidak mengeluhkan nasibnya kepada orang lain, sebab orang lain tidak akan dapat melepaskannya dari kesedihan itu. Hanya kepada Allah dia memohon dilepaskan dari kesedihan dan kesusahan itu.

Tingginya angka perceraian di tingkat nasional dan lokal yang disebabkan oleh KDRT, serta dampak psikologis, dan sosial, menegaskan bahwa fase pascacerai bagi perempuan penyintas bukanlah akhir dari persoalan, melainkan awal dari tantangan

pemulihan emosional. Meskipun regulasi emosi yang adaptif terbukti penting dalam membantu penyintas bangkit dari trauma dan mengambil keputusan yang rasional, penelitian terdahulu masih didominasi oleh pendekatan kuantitatif dan Penelitian tersebut masih belum membahas secara mendalam tentang apa yang dirasakan serta pengalaman pribadi para penyintas. Selain itu, penelitian juga belum melihat bagaimana pengalaman mereka dipengaruhi oleh kondisi sosial tertentu, misalnya seperti yang ada di kecamatan Belitang, kabupaten OKU Timur. Oleh karena itu, penelitian dengan judul **“Gambaran Regulasi Emosi pada Perempuan Penyintas kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) Pascacerai”** ini penting dilakukan untuk memberikan gambaran yang utuh mengenai bagaimana para perempuan ini mengelola tekanan dan luka masa lalu mereka secara mandiri. Hal ini mendesak untuk diteliti karena di lapangan masih banyak penyintas yang terjebak dalam trauma berkepanjangan dan membutuhkan strategi yang tepat untuk dapat pulih secara fungsional serta menjalani kehidupan baru yang lebih sehat setelah terlepas dari siklus kekerasan.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan diatas, dalam studi ini peneliti membuat rumusan masalah yakni: Bagaimana gambaran regulasi emosi pada perempuan penyintas kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) pascacerai?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan sebuah penelitian adalah terjawabnya sasaran atau maksud yang hendak dicapai peneliti, berdasarkan rumusan masalah diatas maka dapat dikemukakan tujuan dari penelitian ini, yakni : Mengetahui dan mendeskripsikan bagaimana gambaran regulasi emosi pada perempuan penyintas kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) pascacerai.

D. Manfaat Penelitian

Di sini peneliti membagi manfaat penelitian menjadi 4, yaitu manfaat secara teoritis, praktis, subjek penelitian dan penelitian selanjutnya.

1. Manfaat Teoritis:

Penelitian ini diharapkan bisa memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang psikologi, terutama yang berhubungan dengan pembahasan mengenai regulasi emosi pada perempuan penyintas kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) pascacerai. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat memperkaya literatur ilmiah serta menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya yang membahas mengenai dinamika psikologis, serta pengelolaan emosi pada individu yang mengalami pengalaman traumatis dalam kehidupan rumah tangga.

2. Manfaat Praktis:

Penelitian ini diharapkan bisa menjadi bahan referensi bagi psikolog, konselor, maupun pendamping korban kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) dalam memahami regulasi emosi pada perempuan penyintas kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) pascacerai. Temuan penelitian ini juga dapat dijadikan dasar dalam merancang intervensi atau layanan pendampingan yang lebih efektif.

3. Manfaat pada Peneliti:

Bagi Peneliti, penelitian ini memberikan dampak positif secara akademis maupun personal. Secara akademis, peneliti berhasil memperdalam mengaplikasikan dan mengasah keterampilan penelitian kualitatif studi kasus, teknik wawancara mendalam, observasi, triangulasi data, hingga penggunaan perangkat lunak NVivo 12 Plus.

Secara personal, melalui interaksi langsung dengan para subjek, peneliti mendapatkan pengalaman berharga dari nilai-nilai ketabahan atas ketentuan takdir, mampu untuk bangkit, dan keberanian para penyintas yang dapat meningkatkan kedewasaan emosional serta empati peneliti.

4. Manfaat pada Subjek Penelitian:

Penelitian ini diharapkan bisa memberikan ruang bagi subjek penelitian untuk mengungkapkan pengalaman, perasaan, serta proses pengelolaan emosi yang mereka alami setelah perceraian akibat kekerasan dalam rumah tangga (KDRT). Melalui proses penelitian ini, subjek diharapkan bisa lebih memahami kondisi emosional yang dialami dan memperoleh refleksi diri terhadap pengalaman yang sudah dilalui, sehingga dapat membantu mereka dalam proses pemulihan psikologis serta penyesuaian diri dalam menjalani kehidupan setelah perceraian.

5. Manfaat pada Peneliti Selanjutnya:

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi rujukan serta memberikan kontribusi bagi pengembangan penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan regulasi emosi, perempuan penyintas kekerasan dalam rumah tangga (KDRT), maupun kajian psikologi terkait proses pemulihan pascaperistiwa traumatis.

E. Kajian Penelitian Terdahulu yang Relevan

1. Nursan Junita, Retna Aisyah Simanhate, Hafnidar, dan Zurratul Muna (2022) melakukan penelitian berjudul “*Regulasi Emosi dan Pemaafan pada Wanita Bercerai di Aceh Tengah*”.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional. Teknik pengambilan sampel menggunakan insidental sampling dengan jumlah responden sebanyak 275 wanita yang telah bercerai. Instrumen yang digunakan yaitu Emotion Regulation Questionnaire (ERQ) untuk mengukur regulasi emosi dan TRIM-18 (Transgression-Related Interpersonal Motivation) untuk mengukur pemaafan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara regulasi emosi dan pemaafan. Hal ini berarti bahwa semakin tinggi kemampuan regulasi emosi pada wanita yang telah bercerai, maka semakin tinggi pula kemampuan mereka dalam memaafkan pengalaman masa lalu.

Sebaliknya, rendahnya regulasi emosi akan berhubungan dengan rendahnya pemaafan.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan peneliti adalah Penelitian ini berfokus pada hubungan antara regulasi emosi dan pemaafan pada wanita yang telah bercerai dengan menggunakan pendekatan kuantitatif, sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti berfokus pada gambaran regulasi emosi pada perempuan penyintas KDRT pascacerai dengan pendekatan kualitatif. Selain itu, penelitian ini tidak secara spesifik meneliti perempuan korban KDRT, melainkan wanita bercerai secara umum, sedangkan penelitian peneliti lebih spesifik pada penyintas kekerasan dalam rumah tangga.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan peneliti adalah:Keduanya memiliki kesamaan pada variabel utama yaitu regulasi emosi pada perempuan yang telah mengalami perceraian. Selain itu, kedua penelitian sama-sama membahas dampak emosional pascacerai serta pentingnya regulasi emosi dalam proses pemulihan psikologis. Penelitian ini juga relevan karena menunjukkan bahwa regulasi emosi berperan dalam proses adaptasi psikologis seperti pemaafan, yang juga menjadi bagian penting dalam pemulihan perempuan penyintas KDRT pascacerai (Junita et al., 2022).

2. Ningsih, M. K. P Abdi Keraf, Juliana M. Y Benu (2025) melakukan penelitian berjudul *“Hubungan Regulasi Emosi dengan Perilaku Agresi Verbal pada Pasangan Suami Istri di Kota Kupang”*.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif non-eksperimental dengan desain korelasional. Teknik pengambilan sampel menggunakan simple random sampling dengan jumlah responden sebanyak 164 pasangan suami istri. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner skala regulasi emosi dan agresi verbal. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara regulasi emosi dan perilaku agresi verbal. Artinya, semakin tinggi kemampuan regulasi emosi seseorang, maka semakin rendah

kecenderungan untuk melakukan agresi verbal dalam rumah tangga.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan peneliti adalah Penelitian ini berfokus pada hubungan (korelasi) antara regulasi emosi dan agresi verbal pada pasangan suami istri yang masih dalam ikatan pernikahan, sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti lebih menitikberatkan pada gambaran regulasi emosi pada perempuan penyintas KDRT pascacerai dengan pendekatan kualitatif. Selain itu, perbedaan juga terletak pada subjek penelitian, di mana penelitian ini melibatkan pasangan suami istri secara umum, sedangkan penelitian peneliti hanya berfokus pada perempuan korban KDRT.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan peneliti adalah Keduanya memiliki kesamaan pada topik utama yaitu regulasi emosi dalam konteks kekerasan dalam rumah tangga (KDRT). Selain itu, kedua penelitian sama-sama menyoroti pentingnya kemampuan regulasi emosi dalam mengurangi konflik serta dampak negatif dalam hubungan rumah tangga. Penelitian ini juga relevan sebagai dasar teoritis karena menunjukkan bahwa rendahnya regulasi emosi berkaitan dengan munculnya perilaku agresi, yang menjadi salah satu bentuk KDRT.. (Ningsih et al., 2025).

3. Salsabila Herlany Muna (2022) melakukan penelitian berjudul “*Psikologi Perempuan Dewasa Awal Pasca Perceraian*”.

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif kualitatif. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, dan dokumentasi terhadap 10 informan perempuan dewasa awal di Kabupaten Ngawi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh informan pernah merasakan stressor psikososial yang memengaruhi kondisi psikis mereka. Gejala yang muncul akibat perceraian meliputi stres berat seperti sulit tidur, emosi tidak terkendali, hingga trauma mendalam, terutama bagi mereka yang mengalami Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) dan perselingkuhan. Untuk mengatasi gangguan tersebut, para

perempuan menerapkan manajemen stres melalui *self-efficacy* (memotivasi diri dan mengikhlaskan), melakukan berbagai aktivitas seperti bekerja dan mengurus anak, serta mengandalkan dukungan sosial dari orang-orang terdekat.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan peneliti adalah fokus kajian dan lokasi penelitian. Penelitian ini berfokus pada gambaran psikologi secara umum dan manajemen stres pada perempuan dewasa awal pascaperceraian, sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti berfokus secara spesifik pada gambaran regulasi emosi. Selain itu, penelitian ini dilakukan di Kabupaten Ngawi, Jawa Timur, sementara penelitian yang dilakukan peneliti berlokasi di Oku Timur, Sumatera Selatan.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan peneliti adalah kesamaan pada subjek dan fenomena penelitian. Kedua penelitian sama-sama mengkaji subjek perempuan yang telah bercerai dan memiliki latar belakang pengalaman sebagai penyintas Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT). Selain itu, keduanya menggunakan metode kualitatif untuk mengeksplorasi kondisi psikologis subjek setelah mengalami perpisahan (Herlany, 2022).

4. Febi Ayu Milka Angelica dan Karel Karsten Himawan (2022) melakukan penelitian berjudul *“Tahan atau pikir kembali: Strategi regulasi emosi dan kepuasan pernikahan pada masa pandemi Covid-19 (Pendahuluan Angka Perceraian Mengalami Peningkatan Seiring Waktu dan Menjadi Fenomena dalam Pernikahan di Indonesia)”*.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling terhadap 166 individu yang berstatus menikah di Indonesia. Instrumen yang digunakan adalah Emotion Regulation Questionnaire (ERQ) dan Relationship Assessment Scale (RAS). Analisis data dilakukan dengan uji regresi, korelasi, dan uji beda. Hasil penelitian menunjukkan bahwa strategi regulasi emosi cognitive reappraisal (berpikir kembali) memiliki pengaruh positif yang signifikan terhadap kepuasan

pernikahan, sedangkan *expressive suppression* (menahan emosi) tidak memberikan pengaruh signifikan secara umum, namun berdampak negatif pada laki-laki. Hal ini menunjukkan bahwa kemampuan individu dalam mengevaluasi kembali situasi emosional secara lebih positif dapat meningkatkan kualitas hubungan pernikahan.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan peneliti adalah terletak pada subjek dan konteks penelitian. Penelitian ini berfokus pada individu yang masih berada dalam hubungan pernikahan dan mengkaji kepuasan pernikahan, sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti berfokus pada perempuan penyintas KDRT pascacerai yang telah keluar dari hubungan pernikahan. Selain itu, penelitian ini menggunakan metode kuantitatif, sedangkan penelitian peneliti menggunakan pendekatan kualitatif untuk menggali pengalaman secara mendalam.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan peneliti adalah sama-sama membahas regulasi emosi sebagai variabel utama dalam konteks hubungan pernikahan dan konflik rumah tangga. Selain itu, kedua penelitian juga sama-sama menyoroti pentingnya kemampuan individu dalam memonitor, mengevaluasi, dan memodifikasi emosi dalam menghadapi permasalahan rumah tangga, termasuk yang berkaitan dengan potensi terjadinya konflik atau KDRT. (Angelica et al., 2022)

5. Nadya Ridha Rachmatunisa dan Amalia Rahmandani (2024) melakukan penelitian berjudul *“Apakah Aku Masih Memiliki Harapan? Studi Kualitatif Fenomenologi Pengalaman Ibu Korban KDRT Hingga Memutuskan Bercerai”*.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Teknik pengambilan subjek menggunakan purposive sampling dengan jumlah subjek sebanyak 3 orang ibu yang telah bercerai dan mengalami KDRT. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara semi terstruktur. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat tiga tema utama yaitu: (1)

dinamika pengalaman selama mengalami KDRT, (2) proses pengambilan keputusan untuk bercerai, dan (3) pengasuhan anak setelah perceraian. Penelitian ini juga menemukan bahwa perempuan korban KDRT mengalami beban psikologis seperti perasaan takut, tidak berdaya, stres, dan trauma, namun perceraian dapat menjadi jalan keluar positif apabila kekerasan terjadi secara berkepanjangan. Faktor yang memengaruhi keputusan bercerai antara lain penderitaan selama KDRT, dukungan sosial, dan pertimbangan kondisi psikologis anak.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan peneliti adalah pada fokus kajian. Penelitian ini lebih menekankan pada pengalaman ibu korban KDRT dalam proses pengambilan keputusan untuk bercerai serta pengasuhan anak, sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti berfokus pada regulasi emosi pada perempuan penyintas KDRT setelah perceraian (pascacerai). Selain itu, penelitian ini meneliti subjek ibu yang memiliki anak, sedangkan penelitian peneliti dapat mencakup perempuan penyintas secara lebih umum.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan peneliti adalah terletak pada topik dan fenomena yang dikaji, yaitu sama-sama membahas perempuan korban KDRT dan dampak psikologis yang dialami, serta sama-sama menggunakan pendekatan kualitatif untuk memahami pengalaman subjektif individu. Selain itu, keduanya juga menyoroti proses psikologis pasca pengalaman kekerasan, yang relevan dengan regulasi emosi pada penyintas (Rachmatunisa et al., 2024).

6. Shavira Kurnia Cahyani dan Wiwin Hendriani (2023) melakukan penelitian berjudul *“Gambaran Regulasi Emosi Terkait Pengalaman Kekerasan Verbal dalam Hubungan Pacaran pada Perempuan Dewasa Awal”*

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus instrumental. Teknik pengambilan subjek menggunakan purposive sampling dengan kriteria perempuan dewasa awal usia 18–25 tahun yang pernah mengalami kekerasan verbal dalam hubungan pacaran. Teknik

pengumpulan data dilakukan melalui wawancara. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perempuan yang mengalami kekerasan verbal memiliki pengalaman emosional yang cukup kompleks, seperti trauma, stres, dan kesulitan dalam mengontrol emosi. Namun demikian, setiap individu memiliki strategi regulasi emosi yang berbeda-beda dalam menghadapi pengalaman tersebut. Regulasi emosi yang baik membantu individu untuk mengontrol, memahami, dan mengekspresikan emosi secara adaptif, sehingga dapat meminimalkan emosi negatif dan membantu proses penyesuaian diri.

Perbedaan yang terdapat pada penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan peneliti adalah pada konteks dan subjek penelitian. Penelitian ini berfokus pada perempuan yang mengalami kekerasan verbal dalam hubungan pacaran, sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti berfokus pada perempuan penyintas KDRT dalam pernikahan yang telah bercerai (pascacerai). Selain itu, penelitian ini tidak secara khusus membahas kondisi pasca perceraian.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan peneliti adalah sama-sama membahas regulasi emosi pada perempuan korban kekerasan, serta sama-sama menggunakan pendekatan kualitatif untuk memahami pengalaman emosional individu. Kedua penelitian juga sama-sama menyoroti bagaimana individu mengelola emosi setelah mengalami kekerasan dalam hubungan interpersonal (Cahyani et al., 2023).

7. Vinna Ramadhany Sy, Gita Irianda Rizkyani Medellu, dan Sri Juwita Kusumawardhani (2024) melakukan penelitian berjudul *“Peran Regulasi Emosi dalam Perilaku Mencari Bantuan pada Korban Kekerasan dalam Pacaran”*.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan analisis regresi. Teknik pengambilan subjek menggunakan purposive sampling dengan partisipan individu dewasa awal usia 18–29 tahun yang mengalami kekerasan emosional dalam pacaran. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner, yaitu skala Emotion Regulation

Questionnaire (ERQ) untuk mengukur regulasi emosi dan General Help-Seeking Questionnaire (GHSQ) untuk mengukur perilaku mencari bantuan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa regulasi emosi memiliki pengaruh signifikan terhadap perilaku mencari bantuan pada korban kekerasan dalam pacaran. Regulasi emosi melalui strategi cognitive reappraisal dan expressive suppression memberikan kontribusi terhadap kemampuan individu dalam merespon tekanan emosional serta menentukan keputusan untuk mencari bantuan. Semakin baik regulasi emosi individu, maka semakin besar kemungkinan individu untuk mencari bantuan dalam menghadapi kekerasan yang dialami.

Perbedaan yang terdapat pada penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan peneliti adalah pada jenis penelitian dan konteks subjek. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dan berfokus pada korban kekerasan dalam pacaran, sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti menggunakan pendekatan kualitatif dan berfokus pada perempuan penyintas KDRT dalam pernikahan yang telah bercerai (pascacerai). Selain itu, penelitian ini menekankan pada perilaku mencari bantuan, bukan pada gambaran regulasi emosi secara mendalam.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan peneliti adalah sama-sama membahas regulasi emosi pada korban kekerasan dalam hubungan interpersonal, serta melihat bagaimana regulasi emosi berperan dalam respon psikologis individu terhadap kekerasan. Kedua penelitian juga sama-sama menyoroti pentingnya regulasi emosi dalam membantu individu menghadapi tekanan emosional akibat kekerasan (Ramadhany et al., 2024).

8. Muhamad Kaisar dan Yudi Kurniawan melakukan penelitian berjudul *“Gambaran Resiliensi Perempuan Penyintas Kekerasan dalam Rumah Tangga”*.

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif. Data dalam penelitian ini diambil dengan teknik observasi dan wawancara mendalam terhadap empat orang

penyintas KDRT yang direkomendasikan oleh lembaga bantuan hukum. Hasil penelitian menunjukkan bahwa resiliensi pada penyintas muncul sebagai interaksi antara faktor risiko dan faktor protektif. Keempat responden mampu menjadi resilien dengan mengoptimalkan aspek dukungan sosial, seperti bantuan dari keluarga dan lembaga pendamping, serta memiliki kemampuan adaptasi yang baik terhadap masalah yang dihadapi. Kemampuan untuk bangkit ini membantu subjek mengatasi trauma dan tekanan psikologis akibat kekerasan yang dialami selama masa pernikahan.

Perbedaan yang terdapat pada penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan peneliti adalah variabel atau fokus psikologis yang diteliti. Penelitian ini berfokus pada gambaran "Resiliensi" (kemampuan untuk bangkit dari keterpurukan), sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti berfokus pada "Regulasi Emosi". Selain itu, penelitian ini dilakukan di Kota Semarang, sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti berlokasi di Oku Timur, Sumatera Selatan.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang dilakukan peneliti adalah kesamaan pada fenomena dan kriteria subjek penelitian. Kedua penelitian sama-sama mengkaji perempuan yang menjadi penyintas Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT). Selain itu, kedua penelitian ini sama-sama menggunakan pendekatan kualitatif untuk memahami pengalaman mendalam para penyintas (Kaisar et al., 2022).

Berdasarkan penelitian-penelitian terdahulu yang relevan, dapat dipahami bahwa regulasi emosi merupakan faktor penting dalam dinamika psikologis individu, khususnya dalam konteks seperti pernikahan, perceraian, dan kekerasan dalam rumah tangga (KDRT). Penelitian kuantitatif seperti Junita et al. (2022) dan Ningsih et al. (2025) secara konsisten menunjukkan bahwa regulasi emosi berhubungan dengan variabel psikologis lain. Temuan ini memperkuat posisi regulasi emosi sebagai variabel kunci dalam menjelaskan kualitas penyesuaian psikologis individu. Namun demikian, pendekatan kuantitatif dalam penelitian-penelitian tersebut cenderung sederhana, karena hanya mendeskripsikan

hubungan antar variabel tanpa mampu menjelaskan bagaimana proses regulasi emosi itu berlangsung dalam pengalaman subjektif individu. Dengan kata lain, penelitian tersebut belum mampu menjawab pertanyaan mendasar seperti, bagaimana individu memaknai emosi yang muncul, bagaimana proses mereka mengelola emosi tersebut, serta bagaimana pengalaman kekerasan membentuk pola regulasi emosi tersebut.

Di sisi lain, penelitian kualitatif seperti Herlany (2022), Rachmatunisa et al. (2024), dan Cahyani et al. (2023) memang telah berupaya menggali pengalaman subjektif perempuan yang mengalami perceraian dan kekerasan. Akan tetapi, fokus kajian penelitian tersebut masih bersifat umum dan belum terfokus pada regulasi emosi sebagai topik utama. Sebagian penelitian lebih fokus pada aspek psikologi umum, proses pengambilan keputusan bercerai atau resiliensi, sehingga konsep regulasi emosi belum di gali secara sistematis dan mendalam. Selain itu, terdapat perbedaan konteks subjek dalam beberapa penelitian terdahulu. Sejumlah studi masih mengkaji populasi umum seperti pasangan suami istri, individu dalam hubungan pacaran. Padahal, perempuan penyintas kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) memiliki karakteristik pengalaman emosional yang lebih kompleks, seperti trauma berkepanjangan, perasaan tidak berdaya, hingga konflik batin pascacerai, yang sangat mungkin memengaruhi pola regulasi emosi mereka berbeda.

Dengan demikian, dapat ditegaskan bahwa masih terdapat kesenjangan penelitian yang signifikan, yaitu belum adanya penelitian yang secara khusus, mendalam, dan kontekstual mengkaji gambaran regulasi emosi pada perempuan penyintas kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) pascacerai dengan menggunakan pendekatan kualitatif. Penelitian ini hadir untuk mengisi kekosongan tersebut dengan mengeksplorasi secara lebih lengkap dan mendalam bagaimana perempuan penyintas KDRT dapat menilai, menyesuaikan, dan mengendalikan reaksi emosionalnya agar mampu menampilkan perilaku yang tepat dengan kondisi yang dihadapi.

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Regulasi Emosi

1. Pengertian Regulasi Emosi

Menurut James Gross (1998) menjelaskan tentang regulasi emosi dari cabang psikologi kognitif dan berkaitan dengan psikologi klinis, konseling ataupun eksperimental, yaitu regulasi emosi merupakan proses yang dilakukan individu untuk mempengaruhi jenis emosi yang dialami, waktu kemunculannya, serta cara emosi tersebut dirasakan dan diekspresikan. Dengan kata lain, regulasi emosi dapat dipahami sebagai kemampuan seseorang dalam menilai, menyesuaikan, dan mengendalikan reaksi emosionalnya agar mampu menampilkan perilaku yang relevan dengan kondisi yang dihadapi (Barrett et al., 2001).

Regulasi emosi merupakan kumpulan proses pengendalian yang berfokus pada pengaturan waktu, situasi, cara, serta jenis emosi yang dirasakan maupun diekspresikan oleh seseorang (Butler et al., 2007). Proses pengendalian emosi berlangsung baik pada tingkat otomatis maupun sadar, di mana emosi dapat diarahkan untuk mencapai berbagai tujuan. Dalam konteks interpersonal, pengaturan emosi umumnya dilakukan dengan dua cara, yaitu meningkatkan kemungkinan munculnya emosi positif serta mengurangi peluang timbulnya emosi negatif.

Menurut James Gross (1998) regulasi emosi mencakup seluruh proses intrinsik maupun ekstrinsik, sadar maupun tidak sadar, yang mempengaruhi berbagai aspek emosi, mulai dari komponen, integrasi, ekspresi, dasar kemunculannya dalam situasi tertentu, hingga konsekuensinya. Regulasi emosi juga dipahami sebagai himpunan kemampuan yang saling berkaitan, meliputi kesadaran emosi, kejelasan dalam memahami emosi, penerimaan terhadap emosi, pengendalian impuls, kemampuan mempertahankan fokus pada tujuan meskipun berada dalam kondisi emosi negatif, serta

keterampilan menggunakan strategi secara fleksibel sesuai dengan kebutuhan situasi untuk mengatur emosi.

2. Aspek-Aspek Regulasi Emosi

James Gross (1998) menjelaskan bahwa terdapat empat aspek utama dalam regulasi emosi individu, yaitu kemampuan memantau emosi atau *emotion monitoring*, kemampuan menilai emosi atau *emotional evaluating*, serta kemampuan mengubah emosi atau *emotion modification*.

a. Kemampuan Memonitor Emosi (*Emotions Monitoring*)

Kemampuan seseorang untuk mengenali dan mengerti seluruh proses yang berlangsung dalam dirinya, meliputi perasaan, pikiran, serta alasan yang melatarbelakangi setiap tindakannya. Aspek ini menjadi dasar dari aspek-aspek lain. Memonitor emosi dapat membantu seorang terhubung dengan emosi, pikiran, dalam keterhubungan ini membantu individu memahami setiap emosi yang muncul.

b. Kemampuan Mengevaluasi Emosi (*Emotions Evaluating*)

Kemampuan seseorang dalam mengendalikan serta menyeimbangkan emosi yang dirasakannya sangatlah penting. Terutama dalam mengendalikan emosi negatif seperti marah, sedih, kecewa, dendam, maupun benci, keterampilan ini membantu individu agar tidak larut dan terlalu terpengaruh secara berlebihan, sehingga tetap mampu berpikir dengan jernih dan rasional. Contoh, ketika seorang yang mengalami perasaan kecewa dan benci, tetapi dapat menerima perasaan tersebut tanpa ada penolakan, dan berusaha menyeimbangkan emosi secara konstruktif.

c. Kemampuan Memodifikasi Emosi (*Emotions Modification*)

Kemampuan seseorang untuk mengubah emosinya sedemikian rupa sehingga dapat memberikan dorongan motivasi, terutama saat menghadapi rasa putus asa,

kecemasan, maupun kemarahan, menjadi hal yang penting. Keterampilan ini memungkinkan individu tetap tegar dalam menghadapi masalah yang dialaminya dan tidak cepat putus asa serta hilang harapan. Dari penjelasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa aspek-aspek regulasi emosi mencakup kemampuan mengelola emosi positif maupun negatif, kesadaran serta pengendalian emosi secara otomatis, dan keterampilan dalam menghadapi situasi penuh tekanan akibat masalah yang dihadapi (Thompson, 2011).

3. Faktor-Faktor Regulasi Emosi

Setiap individu dipengaruhi oleh berbagai faktor dalam merasakan emosi, demikian pula saat harus mengendalikan kondisi emosionalnya. Menurut James Gross (1998), faktor-faktor yang mempengaruhi hal tersebut antara lain:

a. Pengalaman Individu

Pengalaman yang dialami seseorang sepanjang hidupnya berperan dalam membentuk perkembangan emosinya. Interaksi dengan orang lain maupun lingkungan sekitar menjadi acuan bagi individu dalam mengekspresikan emosi yang dimilikinya.

b. Pengalaman Trauma

Pengalaman traumatis di masa lalu dapat berdampak pada perkembangan emosi individu. Hal tersebut bisa memunculkan rasa takut serta kewaspadaan yang berlebihan, yang pada akhirnya mempengaruhi kestabilan emosionalnya.

c. Model Pengasuhan Orang Tua

Perasaan atau emosi dalam keluarga dapat muncul dalam bentuk positif maupun negatif. *Affect* positif di antara anggota keluarga tercermin melalui emosi seperti kehangatan, kasih sayang, cinta, serta kepekaan, yang menunjukkan adanya kemauan untuk saling mendengarkan dan memahami kebutuhan satu sama lain. Sebaliknya, *affect* negatif ditandai oleh emosi “dingin,”

sikap penolakan, hingga permusuhan, di mana anggota keluarga saling tidak menyukai bahkan kehilangan rasa cinta. Menurut Banerju, kebutuhan akan *affect* ini menjadikan orangtua memiliki peranan penting dalam membentuk kehidupan emosional anak-anaknya. Orangtua yang berinteraksi dengan anak, khususnya anak perempuan, sesuai dengan nilai sosial yang diyakini, cenderung membuat anak lebih mudah mengalami gejolak emosi dalam hubungannya dengan teman sebaya. Beberapa studi juga menunjukkan bahwa anak-anak yang diarahkan orangtuanya untuk mengekspresikan emosi secara tepat, akan tumbuh menjadi pribadi yang lebih empatik dan memiliki kepekaan emosional yang tinggi.

d. Jenis Kelamin dan Usia

Faktor usia dan jenis kelamin berpengaruh terhadap regulasi emosi individu. Anak perempuan berusia 7–17 tahun cenderung lebih cepat melupakan pengalaman emosional yang menyakitkan dibandingkan anak laki-laki seusianya. Menurut Salovey dan Sluyter, anak perempuan lebih sering mencari dukungan serta perlindungan dari orang lain untuk mengelola emosi negatif, sedangkan anak laki-laki lebih memilih aktivitas fisik sebagai sarana pengendalian emosi. Perbedaan ini juga dipengaruhi oleh kondisi hormonal dan aspek fisiologis yang membentuk karakteristik emosi masing-masing. Laki-laki umumnya memiliki intensitas emosi yang lebih tinggi, sementara perempuan lebih menonjol dalam sisi emosionalitas karena adanya peran sosial yang menuntut mereka untuk menekan perilaku agresif maupun asertif, sehingga kerap memunculkan kecemasan. Selain itu, kematangan emosi juga dipengaruhi oleh usia; seiring bertambahnya umur, pertumbuhan fisiologis dan penurunan kadar hormon dapat menyebabkan berkurangnya intensitas emosional seseorang.

e. Faktor Lingkungan Sosial

Faktor lingkungan yang dimaksud mencakup tempat individu hidup, meliputi lingkungan keluarga, sekolah, maupun masyarakat. Kehidupan keluarga yang harmonis, suasana sekolah yang nyaman, serta kondisi masyarakat yang aman dan kondusif akan memberikan pengaruh besar terhadap perkembangan emosi seseorang (Butler et al., 2007).

4. Proses Regulasi Emosi

James Gross (1998) mengemukakan bahwa terdapat lima tahapan dalam regulasi emosi, yaitu memilih situasi, mengubah kondisi, mengarahkan perhatian, melakukan perubahan kognitif, serta mengubah respon.

a. *Situation Selection* (Pemilihan Situasi)

Situation selection adalah upaya individu untuk menempatkan dirinya dalam situasi yang diharapkan sehingga dapat memunculkan emosi yang diinginkan. Dengan kata lain, strategi ini dilakukan dengan cara mendekati atau menjauhi seseorang, tempat, maupun objek tertentu sesuai dengan pengaruh emosional yang ditimbulkannya.

b. *Situation Modification* (Modifikasi Situasi)

Situasi yang berpotensi memunculkan emosi dapat dicegah melalui strategi pemecahan masalah, yakni dengan mengubah kondisi agar dampak emosionalnya berbeda sebagai bagian dari regulasi emosi. Pada orang dewasa atau individu yang lebih tua, modifikasi ini bisa dilakukan lewat dukungan verbal yang membantu dalam memecahkan masalah atau memberi validasi terhadap respon emosional. Modifikasi situasi juga dapat terwujud melalui kehadiran pasangan maupun teman. Perlu dicatat bahwa situasi bisa bersifat eksternal maupun internal, namun modifikasi situasi yang dimaksud di sini lebih menekankan pada perubahan lingkungan fisik eksternal.

c. *Attentional Deployment* (Mengarahkan Perhatian)

Attentional deployment dapat dipahami sebagai bentuk internal dari strategi pemilihan situasi. Terdapat dua strategi utama dalam penggunaan perhatian, yakni distraksi dan konsentrasi. Distraksi dilakukan dengan mengalihkan fokus pada aspek lain dari situasi yang sedang dihadapi, atau memindahkan perhatian ke situasi berbeda. Bentuk-bentuk dari *attentional deployment* cukup beragam, seperti mengalihkan perhatian secara fisik (misalnya menutup mata atau telinga), mengubah arah perhatian secara internal (melalui distraksi maupun konsentrasi), hingga memberikan respon terhadap pengalihan tersebut.

d. *Cognitive Change* (Perubahan Kognitif)

Setelah suatu situasi dipilih, dimodifikasi, dan diperhatikan, respons emosional bukanlah tahap akhir. Emosi menuntut adanya aturan yang diberi makna, di mana individu menilai sejauh mana kemampuan mereka dalam mengendalikan situasi tersebut. Seperti dijelaskan dalam teori penilaian, terdapat tahapan kognitif yang diperlukan untuk mengubah aturan menjadi pemicu timbulnya emosi. Perubahan kognitif merujuk pada cara kita mengubah pola pikir mengenai suatu situasi atau kemampuan diri dalam menghadapi tuntutan yang muncul. Misalnya individu membandingkan diri lebih rendah dari orang lain, perubahan kognitif adalah transformasi kognisi untuk mengubah pengaruh emosi yang kuat dari situasi.

e. *Response Modulation* (Modifikasi Respon)

Modulasi respon merujuk pada upaya mempengaruhi reaksi fisiologis, pengalaman emosional, maupun perilaku secara langsung. Aktivitas seperti olahraga dan teknik relaksasi dapat dimanfaatkan untuk meredakan gejala fisik serta pengalaman dari emosi negatif. Selain itu, sebagian orang juga menggunakan obat-obatan, bahkan makanan sebagai cara untuk

mengubah atau menyesuaikan pengalaman emosinya. Bentuk dari modifikasi respon melibatkan regulasi perilaku yang dapat mengekspresikan emosi (Butler et al., 2007).

B. Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT)

1. Pengertian Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT)

Menurut Abdul Saman (2024), di Indonesia kasus kekerasan pada perempuan yang berumah tangga masih sering dianggap sebagai hal yang wajar. Banyak perempuan yang memilih diam dan tidak melaporkan tindakan kekerasan yang mereka alami karena menganggapnya sebagai aib keluarga yang sebaiknya tidak diketahui orang lain. Fenomena ini dapat diibaratkan seperti gunung es, dimana kasus yang terungkap hanyalah sebagian kecil dari banyaknya kejadian yang masih tersembunyi.

Kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) merupakan segala tindakan yang ditujukan kepada seseorang, khususnya perempuan, yang menimbulkan penderitaan atau kesengsaraan baik secara fisik, seksual, psikis, maupun dalam bentuk penelantaran. Tindakan ini juga mencakup ancaman, pemaksaan, serta perampasan kebebasan yang dilakukan secara melawan hukum dalam lingkup keluarga. Untuk menanggulangi tingginya kasus KDRT di Indonesia, pemerintah menetapkan Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2004 tentang Penghapusan Kekerasan Dalam Rumah Tangga (UU PKDRT). Melalui peran Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KemenPPPA), pemerintah berkomitmen memberikan perlindungan kepada perempuan yang menjadi korban kekerasan dalam rumah tangga (Saman, 2024).

Dalam Al-quran juga disebutkan terhadap orang-orang yang mendapatkan ujian dalam hidup, sebagaimana yang dijelaskan dalam firman-Nya;

لَتُبْلَوْنَ فِيْ أَمْوَالِكُمْ وَأَنْفُسِكُمْ وَلَتَسْمَعَنَّ مِنَ الَّذِينَ أُوتُوا الْكِتَابَ مِنْ قَبْلِكُمْ وَمِنَ الَّذِينَ أَشْرَكُوا أَذًى كَثِيْرًا وَإِنْ تَصْبِرُوْا وَتَتَّقُوا فَإِنَّ ذَلِكَ مِنْ عَزْمِ الْأُمُوْر ۝ ١٨٦

Artinya: “Kamu sungguh-sungguh akan diuji terhadap hartamu dan dirimu. dan (juga) kamu sungguh-sungguh akan mendengar dari orang-orang yang diberi kitab sebelum kamu dan dari orang-orang yang mempersekutukan Allah, gangguan yang banyak yang menyakitkan hati. jika kamu bersabar dan bertakwa, Maka Sesungguhnya yang demikian itu Termasuk urusan yang patut diutamakan.” (QS. Ali Imran:186).

Ibnu Katsir menafsirkan ayat ini untuk memotivasi umat Islam agar tabah dan sabar dalam ujian, baik menghadapi ujian harta dan jiwa, maupun tekanan-tekanan.

Tokoh yang mencetuskan teori dasar tentang kekerasan yaitu Zastrow dan Browker (1984), teori ini termasuk dalam bidang (psikologi kepribadian dan psikologi sosial) yang menerangkan bahwa terdapat tiga teori utama, yaitu teori biologis, teori frustrasi-agresi, dan teori kontrol.

a. Teori biologis

Menjelaskan bahwa manusia sejak lahir sudah memiliki insting agresif mirip seperti hewan, demi bertahan hidup dan menegaskan dominasi dalam kelompok. Perspektif biologis menjelaskan bahwa manusia, seperti makhluk hidup lainnya, memiliki insting agresif sejak lahir. Sigmund Freud berpendapat bahwa manusia menyimpan dorongan destruktif yang bisa mendorong mereka menikmati kekerasan, baik terhadap diri sendiri maupun orang lain. Robert Ardrey menambahkan bahwa manusia memiliki naluri untuk menguasai dan mempertahankan wilayahnya, yang seringkali memicu konflik dan tindakan agresif. Sementara itu, Konrad Lorenz berargumen bahwa perilaku agresif berkembang sebagai mekanisme bertahan hidup. Meskipun agresi merupakan bagian dari

naluri manusia, dalam kehidupan modern, penting untuk mengelola dan mengarahkannya ke dalam bentuk yang lebih positif agar tidak mengganggu kehidupan sosial dan keharmonisan dalam rumah tangga.

b. Teori frustrasi-agresi

Menjelaskan bahwa kekerasan bisa terjadi akibat pelampiasan atas ketegangan saat seseorang mengalami kekecewaan atau kegagalan, seperti suami yang tidak bekerja dan merasa tidak berguna lalu melampiaskan kekesalannya kepada keluarganya, atau terjadinya kekerasan sering kali muncul sebagai reaksi terhadap rasa frustrasi. Ketika seseorang menghadapi hambatan atau tekanan yang sulit diatasi, mereka cenderung menyalurkan emosi negatifnya dalam bentuk perilaku agresif. Namun, tidak semua individu yang mengalami frustrasi akan bertindak agresif. Kemampuan seseorang dalam mengelola stres, pengalaman masa lalu, serta lingkungan sosial mereka dapat memengaruhi bagaimana mereka merespons situasi yang menekan. Oleh karena itu, memahami faktor-faktor yang memoderasi hubungan antara frustrasi dan agresi menjadi sangat penting dalam upaya pencegahan KDRT.

c. Teori kontrol

Menyebutkan bahwa orang yang tidak menjalin hubungan sosial yang baik, seperti tidak dekat dengan keluarga atau teman, cenderung lebih mudah melakukan kekerasan. Travis Hirschi mendukung teori tersebut dengan menunjukkan remaja laki-laki yang temperamental biasanya tidak memiliki hubungan yang kuat dengan orang-orang di dekatnya. Ketiga teori ini menjelaskan bahwa kekerasan bisa terjadi karena faktor bawaan, masalah hidup, maupun kurangnya hubungan sosial yang sehat. Selain itu, mereka yang merasa terasing dari lingkungan sosial, seperti mantan narapidana atau individu yang kurang memiliki

dukungan sosial, lebih berisiko melakukan kekerasan (Saman, 2024).

2. Penyebab Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT)

Abdul Saman (2024) juga mengemukakan kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) dapat dipicu oleh berbagai faktor yang umumnya terbagi menjadi dua kategori utama: faktor internal dan faktor eksternal.

a. Faktor Internal

Faktor ini berasal dari dalam keluarga itu sendiri, khususnya ketika anggota keluarga mengalami kesulitan dalam beradaptasi satu sama lain. Ketidakseimbangan dalam hubungan ini dapat menimbulkan perilaku diskriminatif dan eksploitasi terhadap anggota keluarga yang lebih lemah.

b. Faktor Eksternal

Faktor ini muncul dari pengaruh lingkungan sosial, yang dapat membentuk pola pikir dan perilaku seseorang, termasuk kecenderungan untuk melakukan kekerasan terhadap anggota keluarga lainnya, terutama perempuan dan anak-anak.

Selain itu, ada beberapa faktor yang dapat memperburuk situasi dalam rumah tangga, seperti kurangnya komunikasi, ketidakharmonisan, tekanan ekonomi, tidak dapat mengendalikan emosi, serta kesulitan dalam mencari solusi atas permasalahan rumah tangga. Kondisi seperti kecanduan alkohol, narkoba, atau judi juga dapat memperparah keadaan dan mendorong tindakan kekerasan.

a. Faktor Budaya dan Norma Sosial

Salah satu faktor yang memicu KDRT adalah masih kuatnya budaya patriarki pada masyarakat. Sistem ini, laki-laki diposisikan sebagai pemegang kekuasaan dalam rumah tangga, sementara perempuan ditempatkan sebagai pihak yang harus patuh. Ketika perempuan berusaha menyuarakan pendapat atau menuntut kesetaraan, hal tersebut kerap dipersepsikan sebagai

bentuk perlawanan, yang kemudian berujung pada tindakan kekerasan. Selain itu, norma sosial yang cenderung mentoleransi kekerasan demi menjaga keutuhan rumah tangga turut memperburuk situasi, karena korban sering kali didorong untuk diam demi menjaga reputasi keluarga.

b. Faktor Ekonomi

Ketergantungan finansial korban terhadap pelaku menjadi salah satu alasan utama mengapa kekerasan terus berlangsung. Korban yang tidak memiliki kemandirian ekonomi atau tidak diberikan akses terhadap sumber keuangan akan merasa sulit untuk keluar dari hubungan yang tidak sehat. Dalam banyak kasus, pelaku memanfaatkan kontrol ekonomi sebagai sarana dominasi, seperti tidak memenuhi kebutuhan finansial dan mengambil alih pendapatan korban.

c. Faktor Psikologis

Aspek psikologis memiliki peran penting dalam terjadinya KDRT. Pelaku umumnya memiliki karakter seperti sifat agresif, ketidakstabilan emosi, atau pengalaman trauma yang belum terselesaikan. Sementara itu, korban yang mengalami kekerasan secara berulang cenderung mengalami tekanan psikologis, seperti rasa takut, ketidakberdayaan, serta penurunan harga diri, sehingga kesulitan untuk melawan atau meninggalkan situasi tersebut. Selain itu, kecenderungan pelaku untuk menyalahkan korban atas berbagai masalah dalam rumah tangga juga memperkuat siklus kekerasan.

d. Rendahnya Literasi Hukum

Minimnya pemahaman korban mengenai hak-hak hukum yang dimiliki menjadi faktor yang memperparah KDRT. Banyak korban yang tidak menyadari bahwa tindakan yang mereka alami termasuk dalam kategori pelanggaran hukum, sehingga enggan untuk melapor atau mencari bantuan.

e. Lemahnya Penegakan Hukum

Meskipun sudah tersedia perangkat hukum yang mengatur perlindungan terhadap korban KDRT, implementasinya di lapangan masih menghadapi berbagai kendala. Aparat penegak hukum terkadang belum memiliki perspektif yang sensitif terhadap isu gender dan masih memandang KDRT sebagai persoalan domestik yang sebaiknya diselesaikan secara kekeluargaan. Pandangan ini justru berpotensi memperpanjang siklus kekerasan dan menghambat tercapainya keadilan bagi korban.

Dalam beberapa kasus, suami yang merasa frustrasi karena ketidakmampuan memenuhi tanggung jawab baik karena masalah finansial maupun ketidaksiapan dalam berumah tangga (misalnya, akibat pernikahan dini) dapat melampiaskan emosinya dengan cara yang destruktif. Akibatnya, mereka mencari pelarian dalam kebiasaan negatif seperti mabuk, berjudi, atau berselingkuh, yang berujung pada kekerasan terhadap pasangan.

Meski penyebab KDRT bisa sangat kompleks, hal yang perlu ditekankan adalah bahwa segala bentuk kekerasan terhadap perempuan merupakan tindakan yang melanggar hak asasi manusia. Jika tidak segera ditangani, KDRT dapat menimbulkan dampak jangka panjang yang semakin memperburuk kondisi keluarga dan masyarakat. Oleh karena itu, penting untuk memahami akar permasalahan yang mendasari kekerasan dalam rumah tangga agar dapat menemukan solusi yang tepat (Saman, 2024).

3. Pola dan Bentuk Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT)

a. Pola Kekerasan (Siklus Kekerasan)

Kekerasan dalam rumah tangga tidak muncul secara tiba-tiba, melainkan berlangsung dalam pola tertentu yang berulang. Pola tersebut umumnya dikenal sebagai *cycle of violence* atau siklus kekerasan, yang terdiri dari

beberapa fase. Pertama, fase ketegangan, yaitu kondisi ketika konflik mulai muncul dan emosi pelaku meningkat. Kedua, fase kekerasan, yakni terjadinya tindakan kekerasan secara nyata. Ketiga, fase rekonsiliasi atau *honeymoon phase*, di mana pelaku menunjukkan penyesalan, meminta maaf, dan berjanji untuk berubah.

Fase rekonsiliasi sering kali menimbulkan harapan bagi korban bahwa pelaku akan berubah menjadi lebih baik. Namun, pada kenyataannya, siklus ini cenderung terus berulang dan bahkan kekerasan yang terjadi dapat meningkat, baik dari segi frekuensi maupun tingkat keparahannya (Sitompul et al., 2025).

b. Bentuk-Bentuk Kekerasan dalam Rumah Tangga

1. Kekerasan Fisik

Kekerasan fisik merupakan bentuk kekerasan yang paling mudah dikenali karena menimbulkan dampak langsung pada kondisi tubuh korban, seperti luka, memar, atau cedera serius. Bentuknya meliputi tindakan seperti menampar, memukul, menendang, hingga percobaan pembunuhan. Meskipun demikian, banyak korban yang enggan melaporkan kejadian tersebut karena diliputi rasa takut, malu, atau adanya ketergantungan secara ekonomi kepada pelaku.

2. Kekerasan Verbal

Kekerasan verbal mencakup tindakan-tindakan yang menyebabkan tekanan psikologis, seperti penghinaan, caci maki, ancaman, meludahi, intimidasi, dan bentuk penghinaan lain. Dampaknya tidak terlihat secara kasat mata, namun dapat menimbulkan gangguan psikis yang serius, seperti kecemasan, depresi, serta penurunan rasa percaya diri. Dalam banyak situasi, kekerasan psikis berlangsung dalam jangka waktu yang lama dan

cenderung lebih sulit untuk dipulihkan dibandingkan kekerasan fisik.

3. Kekerasan Seksual

Kekerasan seksual dalam rumah tangga sering kali tidak terungkap akibat adanya konstruksi sosial yang menganggap hubungan seksual dalam pernikahan sebagai kewajiban yang tidak dapat ditolak. Padahal, segala bentuk pemaksaan, pelecehan, maupun eksploitasi seksual tetap merupakan pelanggaran terhadap hak individu. Banyak korban yang belum menyadari bahwa mereka memiliki hak untuk menolak hubungan seksual, bahkan dalam hubungan suami istri.

4. Pengekangan Ekonomi

Pengekangan ekonomi adalah bentuk kekerasan yang dilakukan dengan cara membatasi atau mengontrol korban terhadap sumber finansial. Bentuknya dapat berupa tidak memberikan nafkah, melarang pasangan untuk bekerja, atau mengambil alih seluruh penghasilan pasangan. Kondisi ini menyebabkan korban berada dalam posisi ketergantungan terhadap pelaku, sehingga menyulitkan mereka untuk keluar dari hubungan yang tidak sehat atau berisiko.

4. Dampak dari Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT)

Menurut Abdul Saman (2024) dampak kekerasan dalam rumah tangga diantaranya:

a. Dampak Psikologis

1) Stres Pasca trauma

Korban kekerasan dalam rumah tangga, terutama istri, sering mengalami stres pasca trauma akibat pengalaman buruk yang mereka alami. Kekerasan dalam rumah tangga bukan hanya ancaman terhadap fisik, tetapi juga terhadap kesejahteraan emosional korban, yang seharusnya merasa aman di

lingkungan rumah tangganya sendiri. Bentuk kekerasan seperti fisik, psikologis, dan seksual dapat meninggalkan luka emosional yang mendalam dan berdampak jangka panjang pada kondisi mental korban.

2) Rasa Malu

Rasa malu menjadi salah satu dampak psikologis yang sering dialami oleh perempuan yang menjadi korban kekerasan dalam rumah tangga. Perasaan ini muncul akibat rendahnya rasa percaya diri dan adanya perasaan terhina karena tidak mampu melindungi diri dari kekerasan yang terjadi. Banyak korban juga merasa bersalah atau tidak berdaya karena tidak dapat keluar dari situasi tersebut. Selain itu, tekanan sosial dan stigma negatif dari masyarakat terhadap korban KDRT dapat memperparah perasaan malu ini. Stereotip yang ada di lingkungan sekitar sering membuat korban merasa takut jika kisah mereka diketahui oleh orang lain, sehingga mereka memilih untuk diam dan menyimpan penderitaan sendiri.

3) Kecemasan

Kecemasan merupakan reaksi emosional yang muncul akibat tekanan atau stres yang dialami korban. Kondisi ini ditandai dengan perasaan gelisah, ketakutan, serta munculnya reaksi fisik seperti jantung berdebar dan meningkatnya tekanan darah. Kecemasan dapat disebabkan oleh berbagai faktor, seperti pengalaman traumatis, ketidakpastian masa depan, bahkan perubahan hormonal pada perempuan. Dalam kasus kekerasan dalam rumah tangga, korban sering kali merasa cemas karena mengantisipasi kemungkinan ancaman atau tindakan kekerasan yang mungkin terjadi lagi, sehingga mereka terus hidup dalam ketakutan.

b. Dampak Fisik

Cedera akibat kekerasan dalam rumah tangga merupakan konsekuensi langsung dari tindakan agresif yang dilakukan oleh pasangan dalam hubungan intim. KDRT bukan hanya sebatas tindakan kekerasan fisik, tetapi juga cara seseorang mempertahankan kontrol atas pasangannya melalui ancaman atau tindakan kasar. Dampak fisik dari kekerasan ini beragam, mulai dari luka ringan seperti memar hingga cedera serius seperti patah tulang, luka bakar, atau bahkan trauma pada kepala yang dapat berakibat fatal. Selain menyebabkan rasa sakit yang hebat, korban seringkali membutuhkan perawatan medis untuk memulihkan kondisi mereka. Dampak ini juga dapat mengganggu aktivitas sehari-hari dan menurunkan kualitas hidup korban secara keseluruhan (Saman, 2024).

C. Perceraian

1. Pengertian Perceraian

Pernikahan merupakan salah satu insting dasar manusia, di mana melalui ikatan ini terbentuk rasa saling memiliki, saling memberikan, dan saling mendukung, sehingga tercipta keluarga yang harmonis, penuh kasih sayang, dan penuh rahmat. Pembentukan keluarga yang harmonis, penuh kasih, dan rahmat adalah tujuan utama dari pernikahan. Namun, dalam perkembangan kehidupan keluarga, pasangan suami-istri sering kali mengalami fluktuasi yang mempengaruhi keutuhan rumah tangga. Meskipun perceraian diperkenankan, angka perceraian yang tinggi dapat memicu berbagai masalah sosial.

Perceraian adalah pemutusan ikatan perkawinan antara suami dan istri berdasarkan keputusan pengadilan, dengan alasan bahwa keduanya tidak lagi mampu hidup harmonis sebagai pasangan. Perceraian merupakan peristiwa perpisahan resmi antara suami dan istri, di mana mereka memilih untuk tidak lagi melaksanakan peran dan tanggung

jawab sebagai pasangan. Mereka tidak lagi tinggal bersama di bawah satu atap, karena ikatan resmi telah berakhir. Bagi pasangan yang bercerai namun belum memiliki anak, perpisahan tersebut tidak menimbulkan trauma psikologis pada anak-anak. Namun, bagi mereka yang telah memiliki keturunan, perceraian dapat menimbulkan masalah psiko-emosional bagi anak-anak. Perceraian seharusnya dilakukan sebagai langkah terakhir setelah semua upaya dan usaha maksimal telah ditempuh untuk memperbaiki kehidupan perkawinan, dan ternyata tidak ada pilihan lain selain berpisah. Dengan kata lain, perceraian merupakan jalan keluar atau pintu darurat bagi suami dan istri untuk mencapai kebahagiaan yang diharapkan setelah perpisahan tersebut (Arif, 2023)

2. Faktor Penyebab Perceraian

Arif (2023) mengatakan keputusan pasangan suami istri untuk mengakhiri ikatan pernikahan dibandingkan mempertahankannya sering kali dipicu oleh berbagai dinamika kompleks. Terdapat beberapa faktor utama yang menjadi determinan terjadinya perceraian, antara lain:

a. Faktor Ekonomi

Aspek finansial sering menjadi pemicu keretakan rumah tangga. Dalam banyak kasus, ketidakmampuan suami dalam memenuhi standar kebutuhan materi atau keinginan tertentu istri dapat memicu ketidaksetiaan. Kondisi ekonomi yang sulit atau jeratan kemiskinan sering kali membuat salah satu pihak merasa tidak sanggup melanjutkan kebersamaan, sehingga muncul dorongan untuk mencari pasangan baru yang dianggap lebih mapan secara finansial. Pasangan muda yang belum memiliki fondasi ekonomi yang kokoh cenderung lebih rentan terhadap konflik. Jika perselisihan mengenai pengelolaan keuangan ini tidak segera dicarikan solusinya, hal tersebut dapat bereskalasi menjadi perpecahan yang berujung pada perceraian.

b. Faktor Kesetiaan dan Komitmen

Perselingkuhan, baik yang dilakukan oleh suami maupun istri, merupakan penyebab umum runtuhnya institusi pernikahan. Fenomena munculnya "pihak ketiga" ini biasanya berakar dari hilangnya rasa nyaman dan keharmonisan dalam hubungan. Ketika pasangan mulai mengabaikan komitmen atau janji suci pernikahan mereka, mereka cenderung mencari validasi emosional atau kasih sayang di luar hubungan resmi yang dianggap lebih menarik atau menjanjikan kebahagiaan baru.

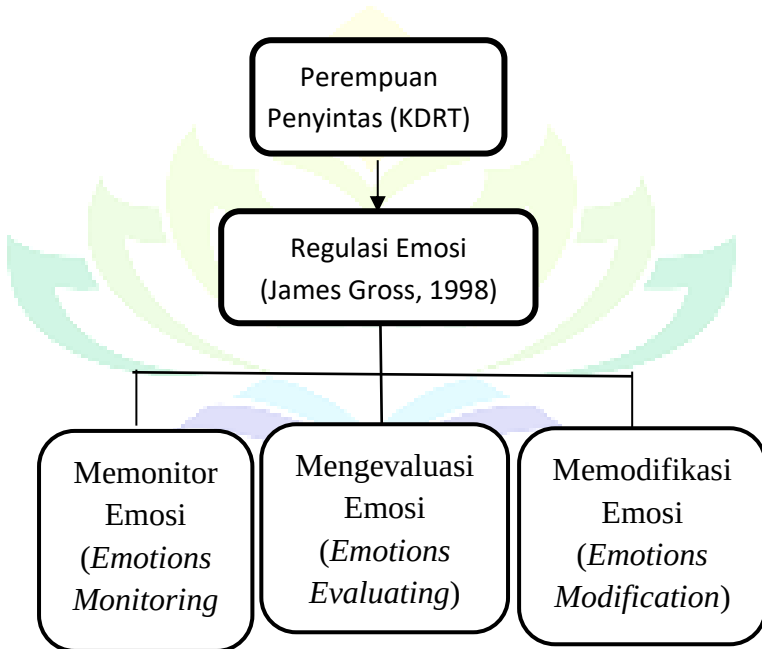
c. Stabilitas Emosional dan Keamanan Rumah Tangga

Ketidakharmonisan yang berujung pada hilangnya ketenangan dan rasa aman di dalam rumah menjadi alasan krusial lainnya. Berdasarkan berbagai laporan di media massa, banyak pernikahan yang berakhir karena lingkungan domestik tidak lagi menjadi tempat yang damai (baiti jannati). Hal ini sering kali disebabkan oleh adanya perilaku kekerasan dalam rumah tangga (KDRT), sikap suami yang kasar, maupun tuntutan istri yang berlebihan. Ketika rumah tangga yang seharusnya menjadi perlindungan justru berubah menjadi sumber tekanan mental dan fisik, perceraian sering kali dianggap sebagai jalan keluar terakhir.

D. Kerangka Berpikir

Didalam suatu studi yang dilakukan diperlukan adanya kerangka teoritik karena berfungsi sebagai dasar yang kuat untuk penelitian, membantu dalam merumuskan pertanyaan penelitian, serta hipotesis yang dapat diuji (Sugiyono, 2013). Adapun kerangka teoritik penulis yakni sebagai berikut:

Alur pemikiran penelitian ini berawal dari perempuan penyintas kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) pascacerai dalam meregulasi emosi. Regulasi emosi menurut James Gross (1998) terbagi menjadi tiga aspek yaitu memonitor emosi (*Emotions Monitoring*), mengevaluasi emosi (*emotions evaluating*), dan memodifikasi emosi (*emotions modification*).



Gambar 2.1 Kerangka Berpikir
Gambaran Regulasi Emosi pada Perempuan Penyintas
Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT) Pascacerai

Pada kerangka teoritik diatas yaitu menunjukkan pola bagaimana penelitian ini dilakukan yaitu berawal dari fenomena perempuan penyintas kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) pascacerai atau perempuan yang telah melewati dan pernah mengalami kekerasan dari mantan suami ketika masih menjalin status pernikahan serta berhasil bertahan hidup dari kekerasan tersebut. Kemudian memutuskan untuk bercerai dari sang suami, dan meninggalkan hubungan pernikahan tersebut akibat kekerasan yang dialaminya.

Kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) yang didapat ketika masih menjalin hubungan pernikahan berupa, kekerasan fisik yang dapat menimbulkan rasa sakit, luka, atau cedera, seperti memukul, menampar, menendang, mendorong, ataupun perbuatan lain yang dapat membahayakan keselamatan. Selain kekerasan fisik, juga mencakup bentuk-bentuk kekerasan nonfisik berupa kekerasan verbal, seksual, ataupun ekonomi bagi korban, yang menyebabkan penderitaan secara psikis. Penderitaan psikis menyebabkan ketakutan, hilangnya rasa percaya diri, tekanan batin, dan rasa tidak berdaya. Bentuk kekerasan verbal berupa penghinaan, ancaman, kata-kata kasar, pengendalian berlebihan terhadap pasangan, dan tindakan yang merendahkan harga diri. Kekerasan seksual meliputi pemaksaan hubungan seksual, perlakuan seksual yang tidak diinginkan, atau eksploitasi seksual dalam lingkup rumah tangga. Selain itu, kekerasan nonfisik juga dapat berupa pembatasan terhadap ekonomi, seperti tidak memberikan nafkah, melarang untuk bekerja, atau menguasai penghasilan pasangan (Karini et al., 2023).

Kekerasan tersebut mengakibatkan dampak pada kondisi emosional dan mental korban, korban kekerasan biasanya mengalami tekanan emosional seperti takut, cemas, sedih, dan rasa tidak berdaya (Saman, 2024). Kemudian kondisi emosional yang dialami setelah bercerai menjadi permasalahan tambahan yang dirasakan perempuan. Setelah perceraian, perempuan penyintas kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) dihadapkan pada tantangan psikologis yang tidak ringan. Selain harus menyesuaikan diri dengan status baru sebagai perempuan yang

sudah bercerai, mereka juga masih membawa luka emosional akibat kekerasan yang dialami selama pernikahannya dahulu (Herlany, 2022).

Setelah itu peneliti ingin melihat bagaimana regulasi emosi pada perempuan penyintas kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) pascacerai. Pengelolaan emosi (regulasi emosi) menjadi kunci utama untuk bertahan dan beraktivitas secara adaptif di tengah tekanan yang dialaminya. Kemampuan untuk mengenali, mengontrol atau mengelola, dan mengekspresikan emosi secara tepat, dapat menjadi penentu bagaimana perempuan tersebut menghadapi trauma akibat kekerasan yang dialaminya. James Gross (1998) mendefinisikan regulasi emosi sebagai proses internal maupun eksternal yang dilakukan individu untuk mempengaruhi emosi yang muncul, bagaimana emosi tersebut dirasakan, serta bagaimana emosi tersebut diekspresikan. Regulasi emosi tersebut didapat dari teori dan aspek regulasi emosi oleh James Gross (Barrett et al., 2001)



Observasi memiliki beberapa jenis, di antaranya observasi partisipan dan observasi nonpartisipan (Sugiyono, 2013).

Penelitian ini menggunakan observasi nonpartisipan. Sugiyono (2013) menjelaskan bahwa observasi nonpartisipan merupakan metode pengamatan di mana peneliti tidak terlibat secara langsung dalam aktivitas subjek penelitian, melainkan berperan sebagai pengamat yang bersifat independen. Dalam pelaksanaannya, peneliti mengamati subjek pada saat pertemuan berlangsung atau ketika proses wawancara dilakukan.

3. Dokumentasi

Dalam penelitian ini digunakan pendekatan kualitatif, yaitu suatu metode yang bertujuan untuk menggambarkan secara sistematis, faktual, dan akurat mengenai fakta-fakta dan sifat-sifat populasi terhadap objek, peneliti melakukan pengamatan langsung untuk mendapatkan data yang relevan pada fokus penelitian. Dokumentasi digunakan sebagai salah satu teknik pengumpulan data agar mendapatkan gambaran nyata di lapangan, yang digunakan dalam dokumentasi adalah kamera dan lainnya (Prawiyogi et al., 2021).

F. Teknik Analisis Data

Menurut Bogdan dan Biklen (1982), analisis data merupakan proses mengorganisasi dan menyusun data ke dalam pola, kategori, serta uraian dasar, yang kemudian dianalisis untuk memperoleh makna dan kesimpulan berdasarkan temuan lapangan. Teknik analisis data bertujuan untuk menguraikan dan menjelaskan pemecahan masalah yang terjadi saat ini berdasarkan data yang tersedia (Ristiawan, 2014).

Sementara itu, Miles dan Huberman menjelaskan bahwa analisis data kualitatif dilakukan secara terus-menerus dan saling berkaitan hingga diperoleh data yang jenuh. Analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan bantuan perangkat lunak NVivo 12 Plus. Proses analisis tersebut meliputi tiga tahapan utama, yaitu reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan atau verifikasi (Handoko, 2024).

1. Reduksi Data (*Data Reduction*)

Reduksi data merupakan tahapan untuk menyederhanakan dan menyeleksi data mentah yang diperoleh di lapangan. Pada tahap ini, peneliti memusatkan perhatian pada data yang relevan dengan fokus penelitian melalui proses kategorisasi dan pengabstrakan yang berlangsung sejak awal hingga akhir penelitian. Dalam pelaksanaannya, peneliti melakukan pengumpulan data melalui observasi, wawancara, serta dokumentasi, kemudian menyeleksi dan memperdalam informasi yang dianggap penting sesuai dengan tujuan penelitian.

Pada tahap ini, peneliti memasukkan transkrip wawancara terstruktur dan semi terstruktur dari para subjek ke dalam berkas proyek NVivo 12 Plus. Selanjutnya, peneliti melakukan proses membaca mendalam dan pengodean (*coding*). Peneliti membuat kode-kode (*nodes*) berdasarkan aspek regulasi emosi James Gross (1998) yaitu *emotions monitoring*, *emotions evaluating*, dan *emotions modification*, lalu mengelompokkan kutipan pernyataan subjek yang relevan ke dalam *nodes* tersebut guna menyaring informasi penting.

2. Penyajian Data (*Data Display*)

Dalam penelitian kualitatif, data dapat disajikan dalam berbagai bentuk seperti uraian singkat, bagan, atau diagram hubungan antar kategori. Namun, bentuk penyajian yang paling umum digunakan adalah penyajian data dalam bentuk teks naratif yang menjelaskan hasil temuan secara deskriptif.

Penyajian data merupakan proses menampilkan atau memaparkan data dalam bentuk deskripsi singkat, bagan, atau diagram hubungan antar kategori, dan bentuk lainnya. Dalam penelitian kualitatif, bentuk penyajian yang paling umum digunakan adalah uraian dalam bentuk teks naratif. Hal ini bertujuan agar peneliti dapat memahami fenomena yang terjadi dengan lebih mendalam serta menyusun langkah kerja selanjutnya berdasarkan pemahaman yang telah diperoleh.

Dengan menggunakan *software* NVivo 12 Plus, peneliti menyajikan visualisasi hubungan antarkategori data melalui fitur pembuatan peta konsep (*mind map*), peta proyek (*project map*), dan grafik hierarki (*hierarchy chart*). Fitur-fitur ini membantu peneliti dalam melihat keterkaitan pola regulasi emosi penyintas KDRT secara holistik.

3. Penarikan Kesimpulan dan Verifikasi (*Conclusion Drawing/Verification*)

Menurut Miles dan Huberman, penarikan kesimpulan merupakan bagian dari rangkaian analisis yang menyatu dan dilakukan sepanjang proses penelitian. Kesimpulan dalam penelitian kualitatif merupakan hasil temuan yang bersifat baru, yang disajikan dalam bentuk deskripsi atau gambaran mengenai suatu fenomena yang sebelumnya belum tampak jelas, kemudian menjadi lebih terang dan terstruktur. Temuan tersebut dapat berupa pola hubungan sebab-akibat, hubungan interaktif, maupun rumusan hipotesis atau teori. Proses penarikan dan verifikasi kesimpulan dilakukan setelah peneliti menyelesaikan kegiatan pengumpulan data di lapangan.

Proses analisis data dalam penelitian ini diawali dengan mengkaji secara menyeluruh seluruh data yang telah terkumpul, yang meliputi hasil wawancara, observasi, serta catatan lapangan. Data yang diperoleh kemudian diolah berdasarkan teknik analisis yang telah diuraikan sebelumnya dan disusun secara sistematis dalam bentuk laporan penelitian, sesuai dengan metodologi penelitian yang digunakan. Sejalan dengan pendekatan penelitian ini, temuan penelitian akan dipaparkan dalam bentuk deskriptif serta diperkuat oleh landasan teori yang bersumber dari buku, jurnal ilmiah, dan referensi relevan lainnya. Selanjutnya, peneliti melakukan analisis mendalam untuk memahami proses regulasi emosi pada perempuan penyintas kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) pascacerai. Adapun tahap penarikan kesimpulan dan penyusunan pembahasan dalam

penelitian ini dilaksanakan pada tanggal yang telah ditentukan.

G. Teknik Keabsahan Data

Dalam penelitian ini, uji keabsahan data dilakukan melalui teknik triangulasi. Triangulasi merupakan metode untuk mengecek validitas data dengan memanfaatkan sumber atau informasi lain di luar data utama sebagai pembanding. Teknik ini digunakan untuk memastikan kebenaran dan keakuratan data yang diperoleh dari berbagai sumber penelitian (Vera Nurfajriani et al., 2024).

Triangulasi merupakan upaya untuk memverifikasi keabsahan data atau informasi dengan cara membandingkan hasil dari berbagai pendekatan dan waktu yang berbeda, yang bertujuan untuk memperkuat landasan teori, metode, dan interpretasi dalam penelitian kualitatif. Oleh sebab itu triangulasi yang digunakan dalam penelitian ini yaitu triangulasi teknik, triangulasi waktu, dan triangulasi sumber, yaitu dengan memverifikasi data yang diperoleh oleh subjek utama (perempuan penyintas KDRT) dengan memeriksa informasi tersebut kepada *significant other* (orang terdekat subjek seperti ibu, bibi, atau keponakan). Langkah ini dilakukan untuk memastikan bahwa data mengenai gambaran regulasi emosi pascacerai yang disampaikan oleh subjek utama bersifat akurat dan valid (Sugiyono, 2013).

1. Triangulasi Sumber

Proses ini dilakukan dengan menelaah kembali data yang telah didapatkan dari beberapa sumber. Data yang diperoleh kemudian dijelaskan secara rinci dan dikelompokkan berdasarkan kesamaan, perbedaan, serta karakteristik khusus yang muncul dari sumber-sumber tersebut. Setelah peneliti melakukan analisis hingga menghasilkan suatu kesimpulan, hasil tersebut selanjutnya dikonfirmasi kembali kepada para sumber data melalui proses member check untuk memperoleh persetujuan dan memastikan keabsahan temuan.

2. Triangulasi Teknik

Dilakukan dengan memverifikasi data kepada sumber yang sama, tetapi menggunakan metode yang berbeda. Sebagai contoh, data yang awalnya dikumpulkan melalui wawancara kemudian diperiksa kembali melalui observasi, atau dokumentasi. Apabila melalui ketiga teknik pengujian kredibilitas tersebut ditemukan perbedaan hasil data, maka peneliti perlu melakukan pembahasan lebih lanjut dengan sumber data terkait atau dengan pihak lain yang relevan untuk memperoleh kejelasan dan memastikan kebenaran data tersebut.

3. Triangulasi Waktu

Triangulasi waktu adalah teknik pengujian keabsahan data dengan cara mengumpulkan data tentang topik yang sama pada waktu atau kondisi yang berbeda (misalnya: wawancara hari dilakukan pada hari senin kemudian dilakukan wawancara kembali pada hari sabtu, sebelum dan sesudah kejadian, atau secara berkala). Tujuannya adalah memastikan bahwa informasi yang diperoleh konsisten dan tidak dipengaruhi oleh situasi emosional atau kondisi sesaat dari informan.

DAFTAR PUSTAKA

- Angelica, F. A. M., & Himawan, K. K. (2022). Tahan atau pikir kembali: Strategi regulasi emosi dan kepuasan pernikahan pada masa pandemi Covid-19 (Pendahuluan Angka Perceraian Mengalami Peningkatan Seiring Waktu dan Menjadi Fenomena dalam Pernikahan di Indonesia). *Persona: Jurnal Psikologi Indonesia*, 11(1), 107–122. <https://doi.org/10.30996/persona.v11i1.6294>
- Arif, E. (2023). *Perceraian Akibat Kekerasan dalam Rumah Tangga di Pengadilan Agama Sinjai Perspektif Hukum Islam* [Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar]. <http://repository.uin-alaudhin.ac.id>
- Barrett, L. F., Gross, J., Christensen, T. C., & Benvenuto, M. (2001a). Knowing what you're feeling and knowing what to do about it: Mapping the relation between emotion differentiation and emotion regulation. *Cognition and Emotion*, 15(6), 713–724. <https://doi.org/10.1080/02699930143000239>
- Barrett, L. F., Gross, J., Christensen, T. C., & Benvenuto, M. (2001b). Knowing what you're feeling and knowing what to do about it: Mapping the relation between emotion differentiation and emotion regulation. *Cognition and Emotion*, 15(6), 713–724. <https://doi.org/10.1080/02699930143000239>
- Br Sembiring, B., Ananda Fazhart, M., Nainggolan, C., Mirza, R., & Irvan Dwi Putra, A. (2024). *Emosi dan Proses Regulasi Emosi: Studi Kualitatif Pada Perempuan Yang Memutuskan Menikah Di Usia Remaja Emotions and the Process of Emotion Regulation: A Qualitative Study on Women Who Decided to Marry in Adolescence*. 5(1), 50–60. <https://doi.org/10.51849/j-p3k.v5i1.270>
- Butler, E. A., Lee, T. L., & Gross, J. J. (2007). Emotion regulation and culture: Are the social consequences of emotion suppression

culture-specific? *Emotion*, 7(1), 30–48.
<https://doi.org/10.1037/1528-3542.7.1.30>

Cahyani Shavira Kurnia, & Hendriani Wiwin. (2023). *Gambaran Regulasi Emosi Terkait Pengalaman Kekerasan Verbal dalam Hubungan Pacaran pada Perempuan Dewasa Awal*. <http://ejournal.unair.ac.id/index.php/BRPKM>

Creswell, J. W., Hanson, W. E., Clark Plano, V. L., & Morales, A. (2007). Qualitative Research Designs: Selection and Implementation. *The Counseling Psychologist*, 35(2), 236–264.
<https://doi.org/10.1177/0011000006287390>

Creswell, JW, & Poth, CN (2018). *Penyelidikan Kualitatif dan Desain Penelitian: Memilih di Antara Lima Pendekatan* (edisi ke-4). SAGE Publications.

Dukes, S. (1984). Metodologi fenomenologis dalam ilmu-ilmu humaniora. *Jurnal Agama dan Kesehatan*, 23(3), 197–203.
<https://doi.org/10.1007/BF00990785>

Elviana, E., & Syam, H. (2024). Menelisik Perilaku Forgiveness bagi Perempuan Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga. *Jurnal Kajian dan Pengembangan Umat*, 7(2), 118–130. <https://jurnal.umsb.ac.id/index.php/ummatanwasathan/article/view/5981>.

Handoko, Y., Wijaya, H. A., & Lestari, A. (2024). *Metode Penelitian Kualitatif Panduan Praktis untuk Penelitian Administrasi Pendidikan*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
[https://books.google.co.id/books?id=G_HvEAAAQBAJ&lpg=PR1&ots=AlxqjleUCr&dq=\(Lestari%2C%202024\).&lr&hl=id&pg=PR1#v=onepage&q=\(Lestari,%202024\).&f=false](https://books.google.co.id/books?id=G_HvEAAAQBAJ&lpg=PR1&ots=AlxqjleUCr&dq=(Lestari%2C%202024).&lr&hl=id&pg=PR1#v=onepage&q=(Lestari,%202024).&f=false)

Herlany, S. (2022). Psikologi Perempuan Dewasa Awal Pasca Perceraian. *Journal Of Family Studies*, 6(2). <http://urj.uin-malang.ac.id/index.php/jibl>

- Hidayati, I., Widyaningrum, S. A., Mutaqin, A., & Kharisma, S. D. (2025). Early Adult Survivors of BPD: The Role of Tawakal in Emotional Stability? *KnE Social Sciences*, 10(14), 205–215. <https://doi.org/10.18502/kss.v10i14.19087>
- Janah, M., Pusvitasari, P., Shafira, N., Dewi, P. N., & Zahra, N. K. (2025). *Studi Kasus: Dampak Psikologis Terhadap Korban Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT) dan Implikasinya dalam Proses Peradilan*. <https://journal-mandiracendikia.com/jip-mc>
- Junita, N., Simanhate, A. R., Hafnidar, & Muna, Z. (2022). Regulasi Emosi dan Pemaafan pada Wanita Bercerai di Aceh Tengah Emotional Regulation and Forgiveness of Divorced Women in Central Aceh. In *Jurnal Psikologi 2022* (Vol. 5, Number 2). <http://ejurnal.untag-smd.ac.id/index.php/MV/article/view/6473>.
- Kaisar, M., & Kurniawan, Y. (2022). Gambaran Resiliensi Perempuan Penyintas Kekerasan dalam Rumah Tangga. *PSIKODIMENSIA*, 21(2), 206–215. <https://doi.org/10.24167/psidim.v21i2.4669>
- Karini, E., Syariah, F., Raden, U., & Lampung, I. (2023). *Kekerasan Fisik Dalam Rumah Tangga Menurut KUHP Dan Undang-Undang Nomor 23 Tahun 2004 Tentang Penghapusan Kekerasan Dalam Rumah Tangga*. 5(1), 75. <https://doi.org/10.32502/khdk.v4i1.7969>
- Kusmarni, Y. (2012). *STUDI KASUS (John W. Creswell)*. https://www.academia.edu/download/50467309/Laporan_Studi_Kasus.pdf
- Miftahul Jannah, & Moh. Amin Tohari. (2024). Analisis Deskriptif Penyebab Kekerasan Dalam Rumah Tangga Terhadap Perempuan. *Terang : Jurnal Kajian Ilmu Sosial, Politik Dan Hukum*, 1(1), 247–254. <https://doi.org/10.62383/terang.v1i1.97>

- M. Quraish Shihab. Wawasan Al-Qur'an tentang zikir dan Do'a. *Cet-III*, (Jakarta: Lentera Hati, 2008).
[https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=LAL2CAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PR1&dq=M.+Quraish+Shihab.+Wawasan+Al-Qur%E2%80%99an+tentang+zikir+dan+Do%E2%80%99a.+Cet-III,+Jakarta:+Lentera+Hati,+2008\)&ots=6b7ap14TK3&sig=OxaLJMd04pYKHgFfXfo6KpUBSWA&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false](https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=LAL2CAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PR1&dq=M.+Quraish+Shihab.+Wawasan+Al-Qur%E2%80%99an+tentang+zikir+dan+Do%E2%80%99a.+Cet-III,+Jakarta:+Lentera+Hati,+2008)&ots=6b7ap14TK3&sig=OxaLJMd04pYKHgFfXfo6KpUBSWA&redir_esc=y#v=onepage&q&f=false)
- Mustikasari, A. (2024). *Pengalaman Ibu Rumah Tangga Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) di Kota Semarang: Studi Fenomenologi* (Doctoral dissertation, Universitas Islam Sultan Agung SEMARANG).
<https://repository.unissula.ac.id/36506/>
- Ningsih, Keraf, A. M. K. P., & Benu, M. Y. J. (2025). Hubungan Regulasi Emosi dengan Perilaku Agresi Verbal pada Pasangan Suami Istri di Kota Kupang. *Jurnal Penelitian Kedokteran Dan Kesehatan*, 1233–1239.
- Prawiyogi, A. G., Sadih, T. L., Purwanugraha, A., & Elisa, P. N. (2021). Penggunaan Media Big Book untuk Menumbuhkan Minat Membaca di Sekolah Dasar. *Jurnal Basicedu*, 5(1), 446–452.
<https://doi.org/10.31004/basicedu.v5i1.787>
- Prof. Dr. Hamka. (2001). *Tafsir Al - Azhar* (Jilid 5). Pustaka Nasional Pte Ltd. <https://hadinur.net>
- Rachman, A., Yochanan, E., Samanlangi, A. I., & Purnomo, H. (2024). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D* (B. Ismaya, Ed.; 1st ed.). Saba Jaya Publisher.
<https://www.researchgate.net/profile/HeryPurnomo/publication/377469385>
- Rachmatunisa, N. R., & Rahmandani, A. (2024). Apakah Aku Masih Memiliki Harapan? Studi Kualitatif Fenomenologi Pengalaman

- Ibu Korban KDRT Hingga Memutuskan Bercerai. In *Jurnal Empati* (Vol. 13). <https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/empati/article/view/27699>.
- Ramadhany, V., Medellu, G. I. R., & Kusumawardhani, S. J. (2024). Peran Regulasi Emosi dalam Perilaku Mencari Bantuan pada Korban Kekerasan dalam Pacaran. *Jurnal Penelitian Dan Pengukuran Psikologi: JPPP*, 13(2), 148–154. <https://doi.org/10.21009/jppp.132.08>
- Romdona, S., Senja Junista, S., & Gunawan, A. (2025). *Teknik Pengumpulan Data: Observasi, Wawancara dan Kuesioner*. 3(1), 39–47. <https://samudrapublisher.com/index.php/JISOSEPOL>
- Saman, N. A. (2024). Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT) : Telaah Dampak Kekerasan Fisik, Kekerasan Domestik, Kekerasan Sosial dan Sosio-Ekonomi. *Jurnal Cakrawala Ilmiah*, 3, 3123–3138. <http://bajangjournal.com/index.php/JCI>
- Santrock, J. W. (2012). *Life-Span Development: Perkembangan Masa-Hidup*. Jakarta: Erlangga.
- Sidiq, U., Choiri, M., & Mujahidin, A. (2019). Metode penelitian kualitatif di bidang pendidikan. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1-228. <https://repository.iainponorogo.ac.id/484/1/METODE%20PENELITIAN%20KUALITATIF%20DI%20BIDANG%20PENDIDIKAN.pdf>.
- Sinaga, H. (2022). Mengungkap realitas dan solusi terhadap kekerasan dalam rumah tangga. *Iblam Law Review*, 2(1), 188-210. <http://ejurnal.iblam.ac.id/IRL/index.php/ILR/article/view/236>.

- Sitompul, L. H., Syekh, I. N., Hasan, A., & Padangsidempuan, A. A. (2025). Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT). *Jurnal Dialektika Hukum*, 7(1).
<https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/84857>.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (13th ed.). Alfabeta.
https://www.academia.edu/118903676/Metode_Penelitian_Kuantitatif_Kualitatif_dan_R_and_D_Prof_Sugiono
- Thompson, R. A. (2011). Methods and measures in developmental emotions research: Some assembly required. *Journal of Experimental Child Psychology*, 110(2), 275–285.
<https://doi.org/10.1016/j.jecp.2011.04.007>
- Vera Nurfajriani, W., Ilhami, M. W., Mahendra, A., Sirodj, R. A., Afgani, W., Negeri, U. I., Fatah, R., & Abstract, P. (2024). Triangulasi Data Dalam Analisis Data Kualitatif. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 10(17), 826–833.
<https://doi.org/10.5281/zenodo.13929272>
- Zamimah, I., & Putri, D. A. (2021). Manajemen emosi sedih menurut Al-Qur'an: Kajian Surah Yusuf ayat 86 dengan pendekatan psikologi. *QOF: Jurnal Studi Al-Qur'an dan Tafsir*, 5(2), 187–206.
<https://doi.org/10.30762/qof.v5i2.13>[\]\(https://doi.org/10.30762/qof.v5i2.13\)](https://doi.org/10.30762/qof.v5i2.13)
- Zulkarnain, Z. (2019). Kesehatan Mental dan Kebahagiaan. *MAWA'IZH: JURNAL DAKWAH DAN PENGEMBANGAN SOSIAL KEMANUSIAAN*, 10(1), 18–38.
<https://doi.org/10.32923/maw.v10i1.715>

LAMPIRAN



Lampiran 1. Pedoman Wawancara

Guideline Wawancara

Data Demografi dan Latar Belakang Wawancara

Data Demografi	1. Identitas Subjek Penelitian Nama/inisial : Tempat Tanggal Lahir : Usia : Jenis Kelamin : Agama : Pendidikan Terakhir : Pekerjaan : Tahun Menikah : Tahun Berceraai : Alamat : 2. Identitas <i>Significant Other</i> Nama/inisial : Jenis Kelamin : Usia : Agama : Pekerjaan : Alamat :
Latar Belakang Wawancara	1. Bisa ceritakan sedikit tentang diri Anda (aktivitas saat ini dan kesibukan sehari-hari) ? 2. Berapa lama usia pernikahan Anda dahulu bertahan? 3. Bisa diceritakan pertama bertemu dengan mantan suami dan awal pernikahan anda? 4. Bagaimana hubungan Anda dengan suami selama masa pernikahan (awal pernikahan,

	apakah ada perubahan di tengah atau akhir pernikahan) ? 5. Bagaimana cara berkomunikasi Anda dan pasangan ketika masih berumah tangga (baik, sering mengobrol, diam, atau konflik)? 6. Kapan awal Anda mengalami adanya kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) ? 7. Bentuk kekerasan seperti apa yang pernah Anda alami (fisik, verbal, seksual, dan penelantaran ekonomi) ? 8. Bagaimana perasaan Anda saat mengalami hal tersebut? 9. Apa yang Anda lakukan ketika pertama kali mengalami kekerasan dari mantan suami? 10. Apa yang akhirnya membuat Anda memutuskan untuk bercerai?
--	--

Aspek-aspek Regulasi Emosi James Gross (1998), yaitu:

No	Aspek	Indikator	Pertanyaan
1	Memonitor Emosi (kemampuan individu dalam menyadari, mengenali, dan mengamati emosi yang muncul pada dirinya)	a. Identifikasi jenis emosi (membedakan label pada emosi seperti marah, sedih, takut, kecewa). b. Kepekaan terhadap perubahan emosi (mengenali	Ketika mengingat pengalaman selama pernikahan atau pengalaman Anda ketika mengalami KDRT, emosi apa yang muncul pada diri Anda (marah, sedih, takut, kecewa)? Anda pernah merasakan emosi yang berubah-ubah dalam satu waktu ketika mengingat pengalaman tersebut (merasa marah, kemudian sedih, dan muncul rasa takut disertai kecewa), bagaimana kondisi diri Anda? Ketika Anda sedang menghadapi situasi yang tidak menyenangkan dan kembali mengingatkan pada pengalaman tersebut, apa emosi (marah, sedih, takut, dan kecewa) sering muncul? Bagaimana cara anda mengenali emosi yang dirasakan (Anda merasa marah tetapi ada perasaan bersalah dan menyalahkan diri sendiri) apa hal tersebut menyulitkan Anda? Emosi mana yang lebih sering muncul dan Anda rasakan pada aktivitas sehari-hari (marah, sedih, takut, dan kecewa), kenapa? Kapan biasanya Anda mulai menyadari ketika emosi Anda mulai berubah, misalnya dari tenang menjadi marah atau sedih?

		dinamika atau perubahan intensitas emosi dari waktu ke waktu)	Bagaimana perubahan emosi dan kondisi Anda dari waktu ke waktu setelah perceraian? Bagaimana yang Anda rasakan sekarang, apakah emosi Anda sekarang lebih stabil atau masih sering berubah? Bagaimana proses emosi (marah, sedih, takut, dan kecewa) tersebut muncul? secara tiba-tiba tanpa sebab atau bertahap Tanda-tanda seperti apa yang biasanya terjadi pada diri anda ketika emosi tersebut akan muncul? Apa yang Anda lakukan ketika menyadarinya?
2	Mengevaluasi Emosi (Kemampuan dalam menilai, memahami, dan memaknai emosi yang dialami)	a. Pemahaman penyebab emosi (mengetahui situasi, pikiran, atau pengalaman yang menjadi alasan atau faktor munculnya emosi).	Menurut Anda, apa yang menjadi penyebab munculnya emosi yang Anda rasakan, apakah dipengaruhi oleh situasi, pikiran, atau pengalaman dari masa lalu? Anda sering merenungkan kejadian tertentu dari pengalaman tersebut, bagaimana cara Anda untuk perlahan melupakan kejadian-kejadian tersebut? Ketika Anda merasa sedih atau marah, apakah Anda mencoba memahami alasan di balik perasaan tersebut? Dari pengalaman KDRT yang Anda alami apakah masih sangat memengaruhi kondisi Anda saat ini?

		b. Pertimbangan dampak emosi (memahami dampak emosi terhadap perilaku diri sendiri dan hubungan sosial)	Dalam situasi seperti apa dampak dari KDRT itu muncul dan memengaruhi diri anda? Bagaimana dampak KDRT memengaruhi perilaku Anda sehari-hari? (dampak yang dirasakan ketika masih mengalami kdrt dan setelah bercerai) Bagaimana perubahan dalam sikap atau tindakan Anda setelah bercerai? Dari pengalaman tersebut apakah berdampak memengaruhi hubungan Anda dengan orang lain? Bagaimana pengaruhnya terhadap keluarga atau lingkungan sekitar? Pernahkan pengalaman dari masa lalu itu menimbulkan konflik bagi diri Anda ke orang lain? Menurut Anda, apakah emosi yang anda alami akibat pengalaman tersebut lebih banyak memberikan dampak positif atau negatif? Pernakah Anda pernah benar-benar meluapkan emosi (marah, sedih, takut, dan kecewa) tanpa terkendali? Apa yang Anda rasakan akibatnya dari emosi (marah, sedih, takut, dan kecewa) tersebut? Bagaimana Anda mempertimbangkan dampak dari emosi sebelum meluapkan?
--	--	--	---

			Apa yang membuat Anda mempertimbangkan untuk mengekspresikan emosi tersebut?
3	Memodifikasi Emosi (Kemampuan individu mengelola, mengubah, dan mengekspresikan emosi secara adaptif)	a. Strategi pengelolaan emosi (menggunakan cara tertentu untuk mengatur emosi pada dirinya) b. Pengendalian ekspresi emosi (mengontrol bagaimana emosi ditampilkan, ditahan, dan diungkapkan secara tepat)	Ketika emosi (marah, sedih, takut, dan kecewa) muncul, apakah Anda mencoba menenangkan diri? Apa yang biasanya Anda lakukan untuk mengatasi emosi (marah, sedih, takut, dan kecewa) bagaimana caranya? Bagaimana cara Anda untuk mengalihkan pikiran melalui aktivitas tertentu, agar tidak mengingat kejadian trauma tersebut? Bagaimana cara Anda mengelola emosi (marah, sedih, takut, dan kecewa) sebelum dan setelah perceraian, apakah ada perubahan dalam mengelola emosi? Menurut Anda cara-cara tersebut benar-benar efektif pada diri Anda? Bagaimana Anda mengekspresikan emosi yang sedang Anda rasakan seperti marah, sedih, takut dan kecewa kepada orang lain? Anda cenderung memilih mengekspresikan emosi yang sedang anda rasakan atau menahannya, kenapa? Situasi seperti apa yang membuat anda memilih untuk menahan atau langsung mengekspresikan

		emosi tersebut dan apa alasannya? Bagaimana Anda mengontrol emosi agar tidak meluap atau merugikan diri sendiri maupun orang lain? Menurut Anda, apakah Anda sudah mampu mengelola dan mengekspresikan emosi dengan baik saat ini? Dari kejadian masa lalu Anda yang berat apakah masih meninggalkan trauma pada Anda sekarang, bagaimana cara belajar menerima pengalaman yang sulit tersebut? Untuk sekarang, masih adakah yang ingin Anda perbaiki pada diri Anda dan perbaiki dalam mengelola emosi?
--	--	---

Lampiran 2. Pedoman Observasi

Guideline Observasi

No	Aspek	Indikator	Cheklis	Deskripsi
1	(Strategies) Kemampuan strategi regulasi emosi	a. Kemampuan menemukan cara menenangkan diri b. Kemampuan memilih strategi yang tepat sesuai kondisi		
2	(Goals) Kemampuan tidak terpengaruh emosi positif maupun negatif	a. Kemampuan menjaga keseimbangan antara perasaan dan tindakan		

		b. Kemampuan menjaga ketenangan dalam situasi emosional		
3	(Impuls) Kemampuan mengenali dan mengontrol emosi secara otomatis	a. Kemampuan mengenali emosi sebelum bereaksi b. Kemampuan mengontrol emosi untuk bereaksi		

Lampiran 3. Surat Izin Penelitian



KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
FAKULTAS PSIKOLOGI ISLAM
 Alamat : Jl. Letkol. H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung
 Website : <https://psikologiislam.radenintan.ac.id/>

Nomor : B.602/Un.16/DPs.I.1/TL.002.5/5/2026
 Sifat :
 Lamp : -
 Hal : Permohonan Izin Survey / Penelitian

Kepada Yth.
 Kepala Pengadilan Agama Martapura Oku Timur
 Di-
 Tempat

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Sehubungan dengan salah satu persyaratan menyelesaikan studi pada Program Studi Psikologi Islam UIN Raden Intan Lampung, maka dengan ini kami mohon Bapak/Ibu berkenan memberikan izin untuk melaksanakan penelitian pada lembaga yang Bapak/Ibu pimpin kepada mahasiswa:

Nama : Nur Aini
 NPM : 2231060247
 Semester : 8 (delapan)
 Prodi : Psikologi Islam
 Judul Skripsi : Gambaran Regulasi Emosi Pada Perempuan Penyintas Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT) Pascacerai.

Demikian permohonan ini kami sampaikan, dan atas kerja sama Bapak/ibu diucapkan terimakasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Bandar Lampung, 04 Mei 2026

A.n.Dekan,
 Wukh. Dekan Bidang I



Dr. Rika Rahmawati, M.Kep.NS.Sp.Kep.J
 NIP.19731620060420021

Lampiran 4. Surat diberikannya Izin Penelitian pada Kantor PA Martapura



**MAHKAMAH AGUNG REPUBLIK INDONESIA
DIREKTORAT JENDERAL BADAN PERADILAN AGAMA
PENGADILAN TINGGI AGAMA PALEMBANG
PENGADILAN AGAMA MARTAPURA**

Jalan Adhiwiyata, Kel. Koto Baru Selatan, Kecamatan Martapura
Kabupaten Oku Timur 32311 www.pa-martapuraokut.go.id, pamartapuraokut@gmail.com

Nomor : 386/KPA.W6-A9/HM2.1.4/V/2026
Sifat : -
Lamp : -
Hal : Permohonan Izin Survey/Penelitian

Martapura, 13 Mei 2026

Yth. Wakil Dekan Bidang I Universitas Islam
Negeri Raden Intan Lampung Fakultas
Psikologi Islam

di

Jl. Letkol. H. Endro Suratmin Sukarama Bandar Lampung

Menindaklanjuti surat nomor B-602/Um.16/DPs.I.1/TL.002.5/5/2026 tanggal 04 Mei 2026 tentang Permohonan Izin Survey/Penelitian, melalui surat ini kami sampaikan beberapa hal berikut ini:

- a. Pada dasarnya kami tidak keberatan dan dipersilahkan untuk melakukan penelitian pada Pengadilan Agama Martapura.
- b. Program penelitian ini hanya diberikan untuk keperluan akademik.
- c. Penelitian disesuaikan dengan jam kerja kantor Pengadilan Agama Martapura selama program penelitian berlangsung.

Demikian surat balasan ini kami buat dan dapat dipergunakan sebagaimana mestinya, Atas perhatiannya kami ucapkan terimakasih.



Martapura, 13 Mei 2026

Ketua

Arifan Mirdaus

Lampiran 5. *Informed Consent*

Informed Consent

Lembar Penjelasan Penelitian

Nama Peneliti : Nur Aini
 NPM : 2231060247
 Alamat : Jl. Sukarame, Bandar Lampung
 Judul Penelitian : **Gambaran Regulasi Emosi pada Perempuan Penyintas Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT) Pascacerai**

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Saya Mahasiswa Program Studi Psikologi Islam Fakultas Psikologi Islam Universitas Raden Intan Lampung saya ingin melakukan wawancara dengan anda terkait dengan judul saya yaitu **"Gambaran Regulasi Emosi pada Perempuan Penyintas Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT) Pascacerai"**. Untuk itu saya meminta bantuan anda untuk berpartisipasi dalam penelitian ini wawancara yang akan saya lakukan. saya juga meminta izin kepada anda untuk merekam semua proses wawancara ini karena saya tidak ingin kehilangan informasi sedikit pun dari informasi dan data yang anda akan berikan nanti dan saya juga akan membuat beberapa catatan secara manual, namun saya tidak yakin dengan mencatatnya dengan cepat dan menuliskannya secara lengkap dalam catatan saya. Oleh karena itu wawancara ini akan direkam.

Semua informasi dan data yang sudah anda berikan akan kami jaga kerahasiaannya Hal ini artinya semua yang sudah anda bagikan kepada saya dalam penelitian ini dan saya pastikan dalam pembuatan laporan penelitian ini saya buat tidak akan menyebutkan secara eksplisit bahwa anda adalah informan dalam penelitian ini. Selama wawancara ini berlangsung, anda berhak untuk tidak menjawab pertanyaan yang saya ajukan dan anda juga berhak untuk mengakhiri wawancara ini kapanpun anda inginkan.

Wassalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Bandar Lampung, 27 April 2026



Nur Aini
 Peneliti

Lampiran 6. Persetujuan menjadi Informan IDS

Persetujuan menjadi Informan

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh Saya,

Nama : (IDS)

Jenis Kelamin : Perempuan

Usia : 26 Tahun

Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga

Alamat : Gumawang, kec. Belitang, kab. OKU Timur

Setuju untuk berpartisipasi di dalam riset/studi kualitatif mengenai "**Gambaran Regulasi Emosi pada Perempuan Penyintas Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT) Pascacerai**" Saya mungkin akan mengajukan pertanyaan mengenai prosedur dan tindakan yang akan dilakukan selama proses penelitian dan pertanyaan saya harus dijawab dengan jujur dan lengkap. Sehingga saya sadar bahwa telah bertanya dan mendapatkan penjelasan terkait riset/studi ini dari peneliti. Kemudian saya akan sadar untuk mengikuti prosedur penelitian ini dengan baik, dengan tidak ada risiko yang perlu saya tanggung.

Saya bebas untuk menarik persetujuan ini dan menghentikan partisipasi saya dalam studi riset setiap saat dan keputusan ini tidak akan mengakibatkan sesuatu pada saya. Saya paham bahwa respon saya akan tetap dijaga kerahasiaannya dan tidak dikaitkan kepada saya dengan cara apa pun.

Wassalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh



Informan

Lampiran 7. Persetujuan menjadi Informan NH

Persetujuan menjadi Informan

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh Saya,

Nama : (NH)

Jenis Kelamin : Perempuan

Usia : 40 Tahun

Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga

Alamat : Gk kec. Belitang, Kab. OKU Timur

Setuju untuk berpartisipasi di dalam riset/studi kualitatif mengenai " **Gambaran Regulasi Emosi pada Perempuan Penyintas Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT) Pascacerai**" Saya mungkin akan mengajukan pertanyaan mengenai prosedur dan tindakan yang akan dilakukan selama proses penelitian dan pertanyaan saya harus dijawab dengan jujur dan lengkap. Sehingga saya sadar bahwa telah bertanya dan mendapatkan penjelasan terkait riset/studi ini dari peneliti. Kemudian saya akan sadar untuk mengikuti prosedur penelitian ini dengan baik, dengan tidak ada risiko yang perlu saya tanggung.

Saya bebas untuk menarik persetujuan ini dan menghentikan partisipasi saya dalam studi riset setiap saat dan keputusan ini tidak akan mengakibatkan sesuatu pada saya. Saya paham bahwa respon saya akan tetap dijaga kerahasiaannya dan tidak dikaitkan kepada saya dengan cara apa pun.

Wassalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh


(NH)
Informan

Lampiran 8. Persetujuan menjadi Informan S

Persetujuan menjadi Informan

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh Saya,

Nama : (S)

Jenis Kelamin : Perempuan

Usia : 28 Tahun

Pekerjaan : Guru

Alamat : h, kec. Belitang, Kab. Oku Timur

Setuju untuk berpartisipasi di dalam riset/studi kualitatif mengenai " **Gambaran Regulasi Emosi pada Perempuan Penyintas Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT) Pascacerai**" Saya mungkin akan mengajukan pertanyaan mengenai prosedur dan tindakan yang akan dilakukan selama proses penelitian dan pertanyaan saya harus dijawab dengan jujur dan lengkap. Sehingga saya sadar bahwa telah bertanya dan mendapatkan penjelasan terkait riset/studi ini dari peneliti. Kemudian saya akan sadar untuk mengikuti prosedur penelitian ini dengan baik, dengan tidak ada risiko yang perlu saya tanggung.

Saya bebas untuk menarik persetujuan ini dan menghentikan partisipasi saya dalam studi riset setiap saat dan keputusan ini tidak akan mengakibatkan sesuatu pada saya. Saya paham bahwa respon saya akan tetap dijaga kerahasiaannya dan tidak dikaitkan kepada saya dengan cara apa pun.

Wassalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh


 (S)
 Informan



**Gambar L.1 Izin Penelitian di Pengadilan Agama Martapura
OKU Timur, Sumatera Selatan**



**Gambar L.2 Proses Perolehan Data Angka Perceraian yang Ada
di Kabupaten Ogan Komering Ulu Timur, Sumatera Selatan.**

Lampiran 9. Dokumentasi Subjek S



Gambar L.3 Pertemuan 1



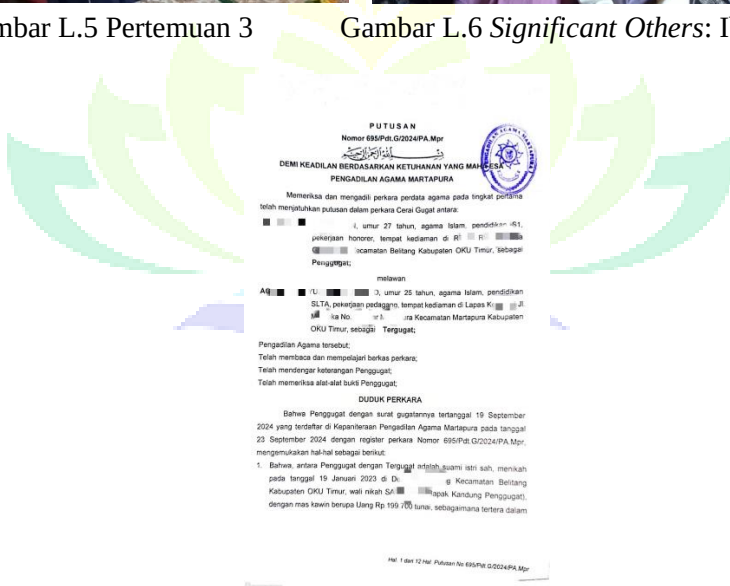
Gambar L.4 Pertemuan 2



Gambar L.5 Pertemuan 3



Gambar L.6 *Significant Others: Ibu*



Gambar L.7 Akta Cerai

Lampiran 10. Dokumentasi Subjek IDS



Gambar L.8 Pertemuan 1



Gambar L.9 Pertemuan 2



Gambar L.10 Pertemuan 3



Gambar L.11 *Significant Others*: Bibi



Lampiran 11. Dokumentasi Subjek NH



Gambar L.12 Pertemuan 1



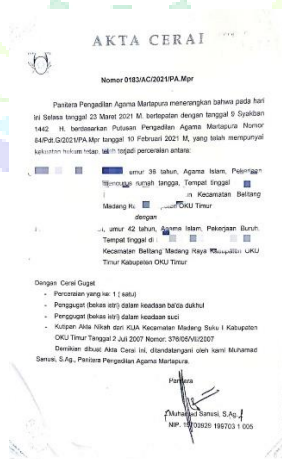
Gambar L.13 Pertemuan 2



Gambar L.14 Pertemuan 3

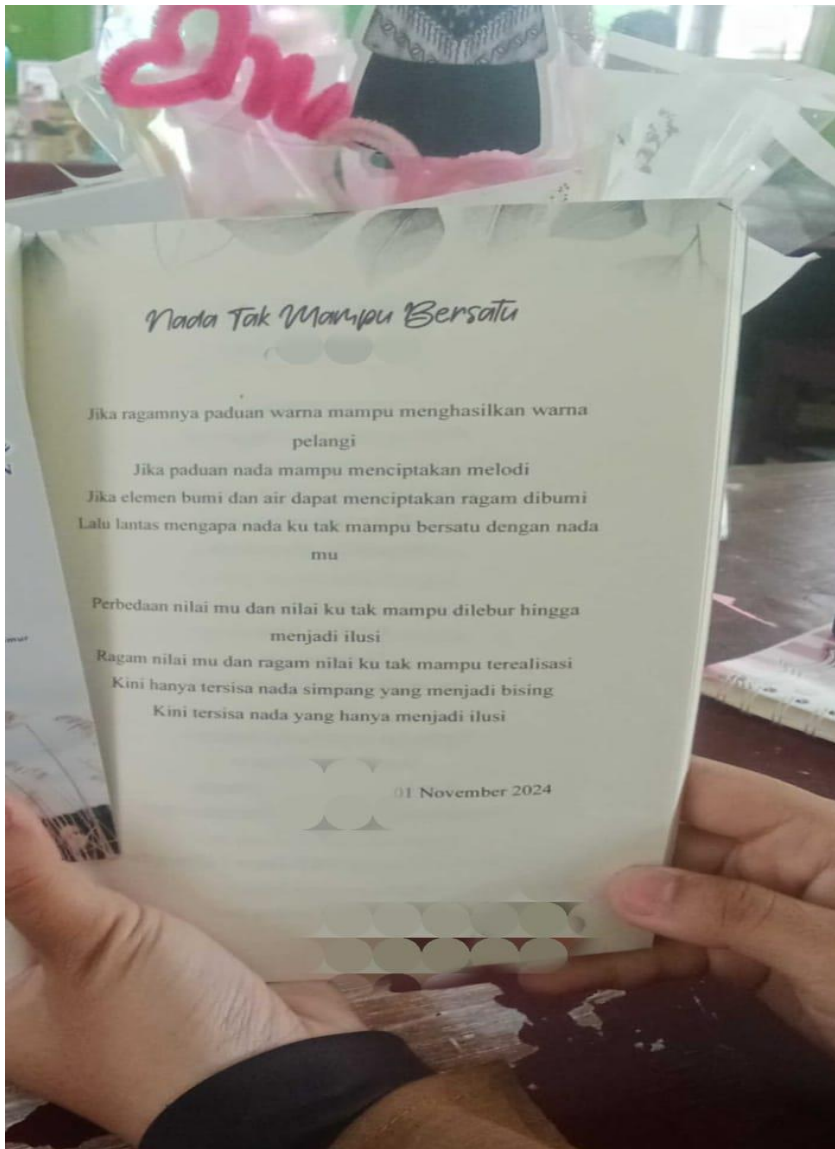


Gambar L.15 *Significant Others*



Gambar L.16 Akta Cerai

Lampiran 12. Dokumen Bentuk-Bentuk Regulasi Emosi Subjek S dan Validasi Kondisi Subjek Sekarang yang Adaptif dengan Hadirnya Pasangan Baru yang Sehat



Gambar L.17 Bentuk Regulasi Emosi: Karya Sastra



ANTOLOGI PUISI

PELANCI

★★★★★

PELANCI

dik

Harga :
Rp65.000

FREE SERTIFIKAT

The image shows a book cover for 'Antologi Puisi' (Poetry Anthology) by Pelangi. The cover features a dark, abstract illustration with a central figure and some text. The book is displayed on a light pink background with decorative elements like stylized leaves and geometric shapes. The title 'ANTOLOGI PUISI' is at the top, followed by the publisher 'PELANCI'. A five-star rating is shown below the publisher's name. The book is also labeled 'PELANCI' and 'dik'. The price is listed as 'Rp65.000' and 'FREE SERTIFIKAT' is mentioned at the bottom.

Gambar L.18 Bentuk Regulasi Emosi: Karya Sastra



Gambar L.19 Bentuk Regulasi Emosi: Karya Sastra



Gambar L.20 Kondisi sekarang yang adaptif & Sehat

Lampiran 13. Dokumen Bentuk-Bentuk Regulasi Emosi Subjek IDS dan Validasi Kondisi Subjek Sekarang yang Adaptif dengan Hadirnya Pasangan Baru yang Sehat



Gambar L.21 Bentuk Regulasi Emosi: Hadirnya Sosok Anak



Gambar L.22 Kondisi Sekarang yang Adaptif & Sehat

Lampiran 14. Dokumen Bentuk-Bentuk Regulasi Emosi Subjek NH dan Validasi Kondisi Subjek Sekarang yang Adaptif dengan Hadirnya Pasangan Baru yang Sehat



Gambar L.23 Bentuk Regulasi Emosi: Kerja Gizi di RS



Gambar L.24 Bentuk Regulasi Emosi: Kerja Nimbang Padi



Gambar L.25 Bentuk Regulasi Emosi: Kajian Muslimah



Gambar L.26 Kondisi Sekarang yang Adaptif & Sehat

Lampiran 15. *Significant Other* Subjek S

VERBATIM *SIGNIFICANT OTHER* SUBJEK S

A. *Identitas Significant Other*

Nama/Inisial : (T)
 Jenis Kelamin : Perempuan
 Hubungan dengan Subjek: Ibu Kandung Subjek S

B. Transkrip Verbatim *Significant Other* Subjek S

Pewawancara/ Narasumber	Percakapan	Line
Iter	Sebelumnya izin ya, Bu. Kalau boleh tanya, hubungan Ibu dengan Mbak S itu apa ya, Bu?	
Itee	Kebetulan S itu adalah anak saya, Mbak	5
Iter	Oh iya, Bu. Kemarin kan aku kan udah sempat wawancara kan dengan Mbak S kan tentang pengalaman Mbak S yang pernah dapat KDRT dari mantan suami. Untuk kejadian itu emang benar-benar terjadi ya Bu, dengan Mbak S?	10
Itee	Iya, betul-betul terjadi kejadian tersebut	
Iter	Kalau untuk kejadiannya, pernah ngelihat nggak Ibunya?	15
Itee	Ya, pernah ngelihat lah	
Iter	Itu gimana kejadiannya? Yang di depan mata Ibu?	
Itee	Waktu itu anak saya lagi di rumah suaminya di P*. Waktu itu anak saya dalam posisi sakit, jarang diperhatikan sama suaminya. Terus	20

	kami ke rumahnya di sana, saya ngelihat anak saya di sana di rumah sana, anak saya sedang adu argumen dengan mantan suaminya. 25
Iter	Kalau untuk adu argumen itu, ucapan apa aja Bu yang diucapkan dari mantan itu? 30
Itee	Mantannya anak saya ngatain kata- kata kasar ke anak saya. Bahkan saya pun ikut dikata-katain sama mantan anak saya itu.
Iter	Ibu dikata-katain juga dengan mantan suaminya Mbak itu? 35
Itee	Iya, dikatakannya kata-kata yang enggak pantas lah buat diucapkan.
Iter	Terus ada pembelaan dari Mbak S enggak? 40
Itee	Ada. Makanya itu, makin adu argumen di rumah sana, terus memuncak lah ibaratnya konflik saat itu, hampir anak saya tuh di... di pukul lah ibaratnya ya Mbak ya. 45 Tapi untungnya enggak sampai terpukul.
Iter	Tapi kalau untuk cekcok mulut, adu argumen yang benar-benar maki- makian itu, udah sering itu atau Ibu lihatnya? 50
	Sudah beberapa kali saya melihatnya.
Iter	Perasaan Ibunya gimana itu ngelihatnya?
Itee	Sedih lah ngelihat anak saya dikata- katain kayak gitu, diperlakukan tidak layak. Pokoknya perasaan 55

	saya sebagai orang tua tentunya kecewa ya dapat menantu kayak itu. Dan bukan jadi harapan saya sebagai orang tua menginginkan anak saya dapat menantu yang bukan terbaik untuk anak saya. Saya harapannya sebagai orang tua, apa pun ingin yang terbaik tentunya untuk anak saya.	60
Iter	Tapi kalau dari Ibunya sendiri, memaafkan enggak untuk kesalahan menantunya itu?	65
Itee	Memaafkan-memaafkan, tapi nggak bakal melupakan.	



Lampiran 16. *Significant Other* Subjek IDS

VERBATIM *SIGNIFICANT OTHER* SUBJEK IDS

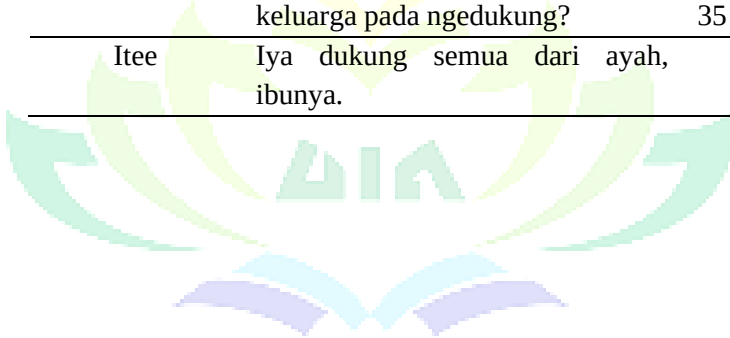
A. *Identitas Significant Other*

Nama/Inisial : (U)
Jenis Kelamin : Perempuan
Hubungan dengan Subjek : Bibik Subjek IDS

B. *Transkrip Verbatim Significant Other Subjek IDS*

Pewawancara/ Narasumber	Percakapan	Line
Iter	Jadi kan aku udah wawancara dengan yuk IDS kemarin terkait pengalaman dia tentang KDRT. Nah aku mastiin lagi untuk ke beberapa orang keluarga atau 5 teman terdekatnya bahwa benar nggak informasinya itu. Kalau boleh tahu Ayuk siapa ya IDS ya?	5
Itee	Aku bibiknya, kalau IDS itu ponakan	
Iter	bibik dari keluarga?	
Itee	Ayahnya dia	10
Iter	Kalau untuk terkait masalah KDRT itu, itu bener-bener terjadi dengan yuk IDS ya? Ayuk pernah lihat langsung atau denger cerita kalau untuk kejadian KDRT-nya itu?	15
Itee	Iya bener memang, kalau lihat pas lagi di KDRT belum, tapi lihat kondisi keadannya pas habis di gebuki itu	
Iter	Berarti bener-bener di ini ya, digebuk ya yang yuk IDS itu?	20

Itee	Iya, pecah mukanya dulu kan waktu itu, bekas cakar semua muka itu.	
Iter	Sama mantan suaminya itu?	
Itee	Yang mantan lakinya tu, dia nggak mau ngasih uang untuk belanja. Nah IDS malah minta sama ibunya.	25
Iter	Nggak dinafkahi ya?	
Itee	Apa-apa aja minta sama ibunya tulah. Nah lakinya tu pulang dari kerja nak makan terus kerjanya..	30
Iter	Tapi nggak ngasih duit?	
Itee	Nggak ngasih duit, nah	
Iter	Terus yuk IDS memutuskan buat bercerai dari mantan suaminya itu, keluarga pada ngedukung?	35
Itee	Iya dukung semua dari ayah, ibunya.	



Lampiran 17. *Significant Other* Subjek NH

VERBATIM *SIGNIFICANT OTHER* SUBJEK NH

A. *Identitas Significant Other*

Nama/Inisial : (S)
 Jenis Kelamin : Perempuan
 Hubungan dengan Subjek : Keponakan Subjek NH

B. *Transkrip Verbatim Significant Other* Subjek NH

Pewawancara/ Narasumber	Percakapan	Line
Iter	Jadi kan aku udah sedikit ngobrol- ngobrol dengan bibik NH kan . Jadi ini butuh ini, validasi dari orang terdekat dari bik NH kalau tentang kejadian-kejadian dari itu. 5 Sebelumnya, Mbak dengan Mbak Nurhayati apa hubungannya, Mbak?	
Itee	Ponakan	
Iter	Ponakan dari siapa nya?	
Itee	Dari pihak ibu	10
Iter	Itu saudara ya?	
Itee	Iya, adiknya ibunya.	
Iter	Oh, adiknya ibu. Mmm... Tinggal di mana Mbak sebelumnya, bik NH?	
Itee	Dekatan rumahnya dengan kami 15 waktu dulu, pas masih dengan suami yang dulu	
Iter	Kalau untuk pernikahan, tahu enggak hubungan berapa lama pernikahan itu, Mbak?	20

Itee	Kira-kira berapa ya, eh mungkin 5 tahun lebih	
Iter	Kalau untuk bercerainya itu gara-gara KDRT ya mbak, itu?	
Itee	Iya bener	25
Iter	Sering mbak ngelihat KDRT itu?	
Itee	Sering, sering dulu. Waktu kecil masih sering ingat, sering bibi ku dipukulin sama suaminya.	
Iter	Oh, di depan Mbaknya?	30
Itee	Iya	
Iter	Umur berapa itu Mbaknya?	
Itee	Waktu aku SD	
Iter	Sekarang kelas berapa?	
Itee	Sekarang udah kuliah	35
Iter	Berarti lebih dari se- dua, tiga kali ya mukulnya atau gimana?	
Itee	Sering, sudah parah banget itu. Sering lah pokoknya, tiap hari mungkin.	
Iter	Oh, tiap hari ribut? Ributnya sampai mukul, nampar?	40
Itee	Iya	
Iter	Terus kalau Mbak Nur, Nurhayati lagi, tadi lagi misalnya digebukin sama mantan suaminya itu, ngadu ke keluarga Mbak atau gimana, gitu?	45
Itee	Iya, ngadu ke ibuku dia.	
Iter	Ngadu, terus keluarganya Mbak gimana responnya?	
Itee	Ya, balik lagi ke bibiku sih, ya. Gimana yang ngejalanin.	50
Iter	Oh, berarti kalau untuk lagi misalnya dapat kekerasan dari	

	suami, bibinya Mbak ngadu ke ibunya Mbak ya cerita. Terus dari 55 keluarga balik lagi ke ini, bibik. Nggak ada perlawanan, gitu?
Itee	Ya, negur mungkin sekadar negur.
Iter	Sekadar negur?
Itee	Soalnya juga, dia apa suaminya tuh orangnya temperamen banget 60 gitu lho.
Iter	Oh, kalau ditegur marah gitu?
Itee	Iya, jadi ya kurang berani lah.



Lampiran 18. Verbatim Subjek

Verbatim Wawancara Subjek (S)

Nama/Inisial	: (S)
Tempat Tanggal Lahir	: OKU Timur, 19 September 1997
Usia	: 28 Tahun
Jenis Kelamin	: Perempuan
Agama	: Islam
Pendidikan Terakhir	: S1 Bahasa Inggris
Pekerjaan	: Guru
Tahun Menikah	: 2023 (Usia 25 Tahun)
Tahun Bercerai	: 2023 (Cerai Agama Usia 25 Tahun) 2024 (Cerai Negara)
Lama Pernikahan	: 3 Bulan
Masa single	: 2 Tahun (Menikah lagi Tahun 2025 Usia 27 Tahun)
Alamat	: Kec. Belitang, Kab. OKU Timur
Tanggal Wawancara	: Kamis, 14 Mei 2026
Waktu Wawancara	: 15.15 - 17.25 WIB

Pewawancara	Percakapan	Coding	Line
/			
Narasumber			
Iter	Sebelumnya izin memperkenalkan diri ya, Mbak. Nama saya Nur Aini, saya dari		5

Iter	S1? Di mana itu, Mbak?		
Itee	STKIP (***)		
Iter	Oh di (***), Untuk pekerjaan Mbaknya?		
Itee	Guru	Pekerjaan subjek	30
Iter	Guru dimana?		
Itee	SMP (***)		
Iter	SMP (***) Oh sekolah Islam itu ya, Mbak?		
Itee	Iya.		35
Iter	Ngajar apa Mbak di situ, Mbak?		
Itee	Bahasa Inggris, Budaya Komerling		
Iter	Bahasa Inggris sama Budaya Komerling, ya. Kelas berapa itu, Mbak?		40
Itee	7, 8, 9		
Iter	Untuk tahun menikah Mbaknya berapa Mbak ya dengan mantan suami?		
Itee	2023	Tahun menikah	45
Iter	Itu umur berapa Mbak pas nikah kemarin?		
Itee	25 kalau nggak salah		
Iter	25 ya?		
Itee	Iya, 25	Usia saat menikah	50
Iter	Terus untuk tahun bercerainya?		
Itee	2024	Tahun bercerai	

Iter	Tahun 2024. Bulan berapa itu, Mbak?	
Itee	Bulan... kalau sudah keluar akta cerai itu bulan 9 [Di buktikan dengan adanya akta cerai subjek dari PA Martapura OKU Timur. Akta cerai berisi: penggugat mendapatkan kekerasan verbal, berupa makian kata-kata kasar. Penggugat mendapatkan penelantaran nafkah lahir dan batin. Tergugat memiliki perempuan lain atau selingkuh].	55
Iter	Untuk alamat Mbaknya di mana Mbak ini, Mbak?	
Itee	Jalan M*** Alamat subjek G*****, Kecamatan Belitang, Kabupaten Oku Timur.	60
Iter	Boleh enggak Mbak ceritain sedikit tentang diri Mbak, dari aktivitas yang saat ini Mbak lakuin,	65

	terus kesibukan sehari-hari apa?	
Itee	Kalau aktivitas saat ini masih fokus mengajar dari jam... mulai berangkat itu jam 7 sampai pulang jam 3.	Aktivitas Subjek 70
Iter	Berangkat jam 7, pulang jam 3. Jam 3 sore ya?	
Itee	Heem. Jam 3 sore	
Iter	Selain ngajar ada apa lagi Mbak kegiatannya?	75
Itee	Enggak ada. Cuma ngajar doang. Waktu itu pernah ngajar les tapi berhenti.	
Iter	Oh pernah ngajar les bimbel juga ya?	80
Itee	Iya. Les bimbel. Sama juga apa itu Mbak pelajarannya, Mbak?	
Iter	Bahasa Inggris	
Itee	Bahasa Inggris juga, ya. Usia pernikahan Mbak dulu berapa Mbak dengan mantan suami?	85
Iter	Kalau mau dihitung waktu pas kena kasus itu baru jalan 3 bulan, dia kena tangkap. Terus soalnya mau	Usia pernikahan Subjek 90

ngurus apa perceraian waktu itu kan masih bingung, soalnya mau masih memberi kesempatan. 95

Ditunggu-tunggu kan sampai akhirnya ini yang ditelepon sama selingkuhannya suruh ngurus surat cerai. Itu tuh pas beberapa udah mau jalan 1 tahun apa ya. Terus akhirnya ngambil keputusan sebelum bulan September itu. Sebelum bulan September itu kan dekat Agustus kalau nggak salah. Agustus itu gara-gara dapat teleponan suruh ngurus surat cerai, jadi ngurus surat cerai, bulan 9 keluar akta cerainya. 100

105

[Di buktikan dengan adanya akta cerai subjek dari PA Martapura OKU Timur. Akta cerai berisi: penggugat mendapatkan kekerasan verbal, berupa makian kata-kata kasar.]

	Penggugat mendapatkan penelantaran nafkah lahir dan batin. Tergugat memiliki perempuan lain atau selingkuh].	
Itee	Oh berarti mantan suami Mbak pernah ditangkap?	
Iter	Iya, pernah ditangkap gara-gara kasus narkoba	
Itee	Oh makai narkoba juga?	110
Iter	Iya.	
Itee	Itu sudah lama belum, Mbak?	
Iter	Kalau makainya itu, dia cerita dia dulu kan sudah lama makai. Terus ini waktu mau nikah, sebelum nikah kan dia sudah berubah, udah nggak makai lagi. Terus waktu mau nikah itu dia ngomong semua tentang masa lalunya, udah bilang katanya mau berubah. Ya sudah dikasih kesempatan, soalnya kan kita berpikir manusia itu kan punya	Mantan suami Subjek memakai narkoba dan sering membentak subjek 115 120 125 130 140

masa lalu. Allah aja maha pemaaf, mau menerima kesalahan, namanya kenapa kita manusia enggak menerima. Diterima, tahu-tahu jalan 3 bulan itu kan dia kena masalah juga gara-gara orang yang mantan mertua dulu, orang tuanya dulu kan punya banyak hutang, sering ditagih dianya. Jadi sering pening dianya sering marah-marah, kadang ini nangis. Marah-marahnya itu kalau misalnya waktu pas ditagih hutang, diajak ngomong tahu-tahu bentak gitu.

[Di buktikan dengan adanya akta cerai subjek dari PA Martapura OKU Timur. Akta cerai berisi: penggugat mendapatkan kekerasan verbal, berupa makian kata-kata kasar. Penggugat mendapatkan penelantaran nafkah

	lahir dan batin. Tergugat memiliki perempuan lain atau selingkuh].	
Itee	Dia bentak Mbaknya? Itu dibentak gimana, Mbak?	145
Iter	Dibentak, itu kan dia lagi kena masalah toh, kena masalah...Yang hutang tadi. Terus saya nyoba hibur, tahu-tahu dibentak.	Subjek dibentak mantan suami
Itee	Dibentak bagaimana itu mbak? Dikata- kain?	150
Iter	Jadilah, sudahlah dulu! Tapi nadanya tinggi. Terus sendoknya aja sambil dibanting waktu itu ingat waktu pas puasa. Sendoknya dibanting, terus tangannya udah kayak mau ngepal. Dia kan kita sudah diam, terus dianya ninggalin saya waktu itu.	Subjek dibentak mantan suami 155
Itee	Tapi udah dibanting itu sendoknya?	160
Iter	Sudah,	
Itee	Di depan Mbaknya itu?	

Itee	Alasannya apa itu Mbak kalau enggak datang?	190
Itee	Alasannya capek, terus alasannya lagi ngerjain apa gitu. Padahal saya kan tahu kerjanya cuma apa, cuma di rumah aja. Kadang cuma main gitu kan. Terus habis itu, pas sudah... saya sudah mendingan, dia kena tangkap itu.	195
Itee	Pas Mbaknya sudah mendingan sakit, dia ketangkap?	200
Itee	heem	
Itee	Itu Mbaknya tahu dari siapa pas dia kena tangkap?	
Itee	Dari teman dia. Sore-sore itu ditelepon, "Mbak, si ini kena tangkap," katanya gitu. Ya kaget lah, orang baru aja mendingan. Terus habis itu saya ke sana, ke polseknya.	205
Itee	Ke polsek mana itu Mbak?	210
Itee	Polsek Belitang. Pas di sana ya dia nangis-nangis minta maaf.	

	Katanya khilaf, katanya pusing karena hutang itu tadi. Terus saya tanya, "Dapat barangnya dari mana?". Katanya dikasih temannya.	215
Itee	Terus Mbaknya gimana pas itu? Masih mau maafin?	
Iter	waktu itu karena Perasaan Subjek 220 masih sayang, ya saya saat mantan suami maafin. Saya bilang, ditangkap "Ya sudah, jalanin dulu prosesnya". Tapi ya itu, dari pihak keluarganya malah kayak nyalahin saya.	
Itee	Nyalahin gimana Mbak?	225
Iter	Katanya saya enggak bisa jaga suami, makanya dia sampai kayak gitu. Padahal 230 kan saya juga lagi sakit waktu itu. Terus pas dia di dalam (penjara) itu, saya kan sering jenguk, sering bawa in makanan. Eh, tahu-tahunya pas saya lagi enggak jenguk, ada perempuan lain yang jenguk.	
Itee	Oh, ada perempuan lain? Itu siapa Mbak?	235

Iter	Ya itu, selingkuhannya itu. Ternyata mereka sudah lama berhubungan, dari sebelum dia kena tangkap.	240
Itee	Mbaknya tahu dari mana?	
Iter	Tahu dari chat di HP-nya. Pas dia ditangkap kan HP-nya saya yang bawa. Awalnya saya enggak mau buka, tapi karena penasaran kok ada notifikasi terus, akhirnya saya buka. Di situ panggilannya sudah 'sayang-sayangan'.	Subjek mengetahui mantan suami juga selingkuh 245
Itee	Terus Mbaknya konfirmasi ke dia?	250
Iter	Iya, pas saya jenguk besoknya saya tanya. Awalnya dia ngelak, katanya cuma teman. Tapi pas saya kasih lihat buktinya, dia baru ngaku. Di situ saya benar-benar hancur, Mbak. Sudah mah kena kasus, selingkuh pula.	Perasaan Subjek saat mengetahui mantan selingkuh 255
Itee	Itu yang bikin Mbaknya mutusin buat cerai?	

Iter	Belum, waktu itu saya kasih kesempatan. Saya pikir mungkin dia lagi khilaf aja karena di dalam kan stress. Tapi ya itu tadi, puncaknya pas perempuan itu telepon saya, nyuruh saya cepat-cepat ceraiin dia karena mereka mau nikah.	Faktor tambahan yang memutuskan untuk bercerai	260 265
Itee	Berani banget ya perempuan itu telepon Mbaknya langsung.		
Iter	Iya, makanya di situ saya mikir, buat apa saya pertahanin laki-laki kayak gini. Akhirnya pas bulan Agustus itu saya urus semuanya ke Pengadilan Agama	Proses subjek mengurus perceraian	270
Itee	Prosesnya lama enggak Mbak di Pengadilan?		275
Iter	Enggak terlalu sih, karena dia kan lagi di dalam, jadi dia cuma tanda tangan surat pernyataan aja kalau setuju cerai. Bulan September kemarin akhirnya keluar aktanya.		280

Itee	sekarang perasaan Mbaknya gimana setelah bercerai?		
Iter	Jauh lebih tenang sih Mbak. Fokus kerja aja sekarang, fokus ngajar. Enggak mikirin yang aneh-aneh lagi.	Perasaan subjek setelah bercerai	285
Itee	Awal mula mbak ketemu dengan mantan suami itu bagaimana awalnya?		290
Iter	Awalnya itu gara-gara ngobatin bapak, bapak kan sakit gakbisa jalan. Nah kebetulan mantan itu kayak bisa ngobatin orang, kayak orang pintar gitu mbak.	Awal mula bertemu mantan suami	295
Itee	Oh, karena sering berobat ke sana?		
Iter	Iya, lama-lama dia sering main kerumah, minta dijadikan anak. Awalnya bapak saya mau angkat jadi anak angkat, tapi dia mintanya jadi anak menantu. Ditanya lah sama siapa? Sama Salbiah, katanya.		300

Itee	Oh, dia yang ngomong sendiri ke bapaknya, Mbak?	305
Itee	Iya. Jadi dari situ dijodohkan. Tadinya sebenarnya saya tuh ragu, soalnya tuh nggak tahu ngapa hati ini nggak tenang. Selalu doa istikharah. Waktu pas mau nikah lamaran itu kan juga dia tuh ngambek-ngambek gara-gara ada masalah dengan yang tetangga dekatnya itu kan, yang sering kemana-mana bareng dengan dia terus.	310 315
Itee	Itu teman perempuan?	
Itee	Iya, perempuan agak berumur. Ternyata dia emang tuh baik gara-gara pas udah cerai ini dia tuh minjam uang ke dia, makanya selalu dibelain. Kan nggak saling kenal, dan saya marah. Gara-gara saya marah itu, yang mantan itu ngamuk. Barang seserahan yang sudah disusun tuh dilempari,	320 325

	dibantingi, ditendangi.	
Itee	Pas itu, pas mau lamaran posisinya?	330
Iter	Iya. Dari situ saya sudah ragu, ya Allah gimana ini kalau misalnya lanjut hubunganku nggak baik ini. Itu sering saya minta berdoa sama Allah itu kan. Tapi waktu itu saya pernah ngomong juga ke orang tua, gimana kalau dibatalkan? "Kamu mau malukan keluarga ya?" Soalnya waktu itu sudah ngomong ke seluruh tetangga mau lamaran kan.	335 340
Itee	Tapi belum lamaran posisinya?	
Iter	Belum, tapi sudah ini... belum lamaran tapi hari H-nya mau lamaran tuh sudah diomongin ke tetangga waktu itu.	345
Itee	H-1, H-2?	
Iter	H-3. H-3 itu. Nah terus ini kan selalu berdoa. Dalam hati tuh tahu-tahu ada	350

	yang bilang, "Jalani aja dulu, kalau misal emang nggak jodoh nanti kan bisa cerai." Itu dalam hati tadi ada yang ngomong.	355
Itee	Dari siapa yang ngomong?	
Itee	Ini tuh percaya nggak percaya Mbak ya, kalau diomongkan mistis, tapi saya dari dulu itu kalau jalani sesuatu yang buruk itu dalam hati tuh selalu ada yang ngomong kayak ada yang ngasih tanda kayak gitu.	360
Itee	He-eh. Terus itu mbak	
Itee	Jadi katanya jalani aja dulu, kalau nggak jodoh bisa pisah.	365
Itee	Dilanjut habis itu?	
Itee	Dilanjut, soalnya kan sudah bilang ke tetangga kemana-mana. Sebenarnya dari waktu itu saya sudah ragu dengan yang mantan itu, mau membatalkan sampai waktu itu. Sampai yang pas waktu dia ngamuk itu kan, dia ngomong "Kalau cak	370
	Subjek sempat ragu untuk melanjutkan pernikahan	380

	ini, dak jadi bae." Sudah aku pastikan waktu itu, dak jadi nian. Tapi tahu-tahu dianya berubah pikiran, jadi.	
Itee	Mau tetap lanjut?	
Iter	Iya	385
Itee	Itu pas posisi ngamuk itu dengan Mbaknya apa gimana seserahannya sampai dihamburin?	
Iter	Dianya waktu kan pas datang ke rumah itu sudah ngamuk. Yang apa namanya, Yang sekarang jadi adik ipar itu juga kena tinju. Adik saya kan nomor dua punya suami, nah dulu kan belum jadi suami, ngehalangi kena tinju dianya. (Di buktikan dengan saksi signifikan others: ibu subjek)	Mantan suami sempat ribut pada saat mau lamaran 390 400
Itee	Oh, adik iparnya Mbak?	
Iter	Iya, yang sekarang jadi adik ipar kena tinju. Terus dia ke puncak ke rumahnya, saya tuh nyusul, soalnya gimanapun	405 410

	kan kalau kondisi marah itu kan bisa bahaya kan? Tahu-tahu pas saya datang itu sudah bug-gedebang-gedebung dianya nendangi seserahan itu, sudah dihancurkan.	
Itee	Di rumah dianya itu nendangi?	
Iter	Iya pas saya sudah sampai rumahnya, sudah dihancurinya seserahan itu.	
Itee	Habis itu gimana cara sampai dia bisa tenang lagi?	415
Iter	Ya itu tadi, katanya "Kalau cak ini, sudah dak jadi bae" katanya. Sampai kutekankan, "Nian dak jadi?"	420
Itee	Mbaknya yang bujuk?	
Iter	Iya, makanya "Nian dak jadi?" Pas ngomong cak itu dianya agak ini, mulai nge-down dia itu emosinya.	
Itee	Ngereda itu	425
Iter	Iya, agak ngereda.	
Itee	Terus untuk hubungan Mbak dengan suami	

	selama pernikahan itu gimana? Dari awal pernikahan, terus di tengah-tengah pernikahan, sampai akhirnya itu perubahannya apa aja Mbak?	430
Iteer	Kalau perubahannya itu sebenarnya tuh banyak pengaruh pas saya sudah tahu keluar ini ya lepas, banyak pengaruh dari tetangga sama ibunya. Awal mulanya dia tuh baik ya Mbak ya, manis perlakuannya.	435
Itee	Perhatian gak sama Mbak?	440
Iteer	Perhatian, apa-apa ini nanya sama saya, saya selalu dicariin. Kadang kalau saya capek tahu-tahu dia kan jualan kan, dimasakin mie tek-tek, dibuatkan bakso waktu itu. Terus pas saya sudah agak lama, perlakuan dia tuh berubah. Dulu kan sering kalau beli makanan kan berdua, tahu-tahu mulai beli	450 455

	makanan satu untuk dia aja.		
Itee	Buat dia sendiri? Mbaknya nggak dikasih?		
Iter	Enggak. Saya sampai pernah ngomong, "Kok kayak itu sih Yah, mikirkan perut dewek, dak bagus loh cak itu mikirkan perut dewek." Mungkin dia agak tertampar kan dengan teguranku, dikasihkan lah minumannya ke aku. "Ya sudah kita bagi dua." "Nggak usah" katanya, "Nggak apa-apa bagi dua," dianya nggak mau. Terus ini, mulai agak kurang perhatian kan, cuek. Pertamanya tidur barengan, tahu-tahu pisah kamar dianya.	Hubungan Subjek pertengahan pernikahan	460 465 470
Itee	Dia yang misahkan diri?		
Iter	Iya. Pertamanya kan dia pisah kamar, pindah kamar, saya ngejar. Tapi lama-lama capek jugalah ya ngejar terus, bangun malam ngejar dia terus, sudah saya	Hubungan Subjek jalan akhir pernikahan	475 480

	biarkan. Jadi saya tidur di kamar sendirian. Sering keluyuran, sering pergi nggak pamitan.	
Itee	Nyelonong aja malam-malam gitu?	
Iter	Iya, padahal dulu kalau mau pergi kemana aja pamit, selalu pamit dianya.	485
Itee	Kalau untuk jatah per bulan berapa Mbak dikasih dengan mantan suami?	
Iter	Nggak pernah dia ngasih, nggak pernah ngasih nafkah.	490
Itee	Terus Mbak dapat apa dari suami biaya itu hidupnya?	
Iter	Nggak dapat apa-apa, Nafkah uang dari soalnya kan saya kerja mantan suami waktu itu.	
Itee	Jadi Mbak benar-benar ngandalkan gajinya Mbak sendiri?	495
Iter	iya	
	Waktu itu nggak sama sekali ngasih uang?	
Iter	Nggak. Saya mau Nafkah uang dari waktu itu pernah mantan suami sampai posisi kayak terendah, mau beli es krim harga lima ribu	500 505

aja nggak tebeli.

Padahal waktu itu ngomong "Yah,

kepingin es krim."

Jadi ini, dia ada duit

dua ribu, belikan es

krim dua ribu ini bae

waktu itu. Terus

waktu penyakit gatal

kan mau beli sabun,

sampai tukangnya itu

ini, nungguin pergi

jadi saya TF lima

belas ribu padahal

mau minjam aja

nggak mau dianya.

Pakai gaji saya sendiri

memang. Kalau untuk

makan itu kan, ini

orang tua saya sering

ngantarkan makanan.

[Di buktikan dengan

adanya akta cerai

subjek dari PA

Martapura OKU

Timur. Akta cerai

berisi: penggugat

mendapatkan

kekerasan verbal,

berupa makian kata-

kata kasar.

Penggugat

mendapatkan

penelantaran nafkah

lahir dan batin.

Tergugat memiliki

510

515

	perempuan lain atau selingkuh].	
Itee	Orang tuanya Mbak jadi ngasih makanan?	
Iter	Iya. Terus di sekolah itu kan saya kan pulang jam tiga, sering dapat jatah makan dari sekolah.	520
Itee	Mbak pernah bilang nggak ke suami itu kewajiban dia buat nafkahi Mbak?	
Iter	Iya, sudah. Sudah bilang, selalu ngomong "Kamu kan sebagai imam, imam itu nafkahi. Kalau misalnya nggak nafkahi itu berdosa." Tapi sudahnya dia pergi	525
Itee	Nggak gubris gitu?	
Iter	Nggak. Bodoh amat. Kalau misalnya lama-lama dia marah.	Tanggapan mantan suami tentang nafkah 530
Itee	Mbak kayak nekan-nekan itu marah dia, mulai nada tinggi?	
Iter	Bukan nekan sih sebenarnya, kita ngomong kan... Kalau saya nggak pernah nekan Mbak orangnya. Saya nih	535 540

	santai, nggak mau nekan kayak ada model orang itu kan harus nuntut suami nafkahi, enggak. Saya modelannya kalau sudah punya pasangan itu mencoba memahami, tapi kadangan pasangannya yang nggak tahu diri.	545
Itee	Terus yang gimana tadi Mbak yang pas Mbak mau minta... maksudnya minta kayak ngasih tahu tadi kan dianya kayak mulai marah gitu, itu gimana marahnya maksudnya?	550
Itee	Ngebentak, tapi Tanggapan mantan nadanya tinggi, tahu suami tentang kan Mbak nada orang nafkah bentak itu gimana.	
Itee	Terus lanjut ini Mbak, kalau untuk cara komunikasi Mbak dengan suami itu pas masih berumah tangga gimana? Sering ngobrol apa diam atau ya tadi banyak konflik?	560 565

Iter	Yang pertama itu kan waktu pas baru awal-awal itu jalannya mau mulai harmonis itu satu bulan, satu bulan setengah itu masih manis.	Komunikasi dengan mantan saat awal pernikahan	
Itee	Terus mulai berubahnya kapan?		570
Iter	Pertengahan, mau bulan kedua. Mulai nyuekin, mulai bentak, kalau ngomong sedikit tahu-tahu ngebentak. Sering sampai sering waktu itu kan dia juga rumah makan kan yang bakso itu, nyuci piring banyak sampai nangis di dalam kamar mandi. Ya Allah hidup kok kayak gini, cak ini-lah cak itu, rasa nyesel. Sering Mbak waktu itu pas habis nyuci piring itu kan nahan ya nyuci piring itu kan banyak ya, nahan hati di kamar mandi agak lama nangis di situ. Balik sekolah capek soalnya Mbak ya, bangun pagi kita jam tiga bangun pagi itu,	Komunikasi dengan mantan saat berjalan pertengahan pernikahan	575 580 590 595 600 605

jam tiga bangun pagi
itu langsung masak,
nyapu, ngepel, buka
nyiapin buat bukaan
jualan, terus
berangkat sekolah.
Pulang sekolah sore
jam tiga capek nyuci
baju sudah itu bantu
jualan. Mau tahu
nggak Mbak yang
nyeseknya gimana?
Pas sudah pisah ini
ada orang yang
laporkan ngomong
ternyata yang mantan
mertua itu jahat,
jelekin saya ke mana-
mana bilang saya
pemalas, penyungkan,
nggak ngerti gawe
kalau nggak disuruh
nggak ngerti.

**[Di buktikan dengan
adanya akta cerai
subjek dari PA
Martapura OKU
Timur. Akta cerai
berisi: penggugat
mendapatkan
kekerasan verbal,
berupa makian kata-
kata kasar.
Penggugat
mendapatkan
penelantaran nafkah**

	lahir dan batin. Tergugat memiliki perempuan lain atau selingkuh].	
Itee	Itu pas selama Mbak masih nikah?	
Iter	Iya, selama nikah ternyata saya dijelek-jelekkan. Pantesan waktu pas saya nikah di situ sering saya melihat tetangganya agak sinis dengan saya modelannya. Pernah waktu itu kan posisi saya sakit ya. Dibilangi sama yang mantan ada kan dia punya ayu ipar, bahasa Jawa waktu itu, "Aku nek gur tura-turu mending aku balik nggone wong tuaku". Itu rasanya sesak itu posisi lagi sakit nggak bisa bangun, namanya sakit itu kan di mana mau kerja bangunkan badan aja nggak ada daya dibilang kayak gitu, sakit hati saya rasa.	610 615 620 625
Itee	Itu suami Mbak orang mana Mbak? Maksudnya orang sini	

	ngomongnya, wataknya, jadi saya mikir oh memang ini. Nah sekarang kan saya sudah nikah Mbak ya dapat orang Komerling alhamdulillah baik dianya.	
Itee	Oh gitu ya, itu nanti aja Mbak ya kalau yang itu kita bahas suaminya sekarang terakhir, kita nyelesain ini dulu.	660
Iter	Iya	
Itee	Tadi kan untuk komunikasi itu kan dari awal pernikahan sampai pertengahan bulan, pertengahan ya Mbak tadi mas-nya yang baik?	665
Iter	Pertengahan... oh ya yang mau jalan kedua bulannya baru kelihatan sifatnya kayak sering ngidiamin, marah, membentak gitu. Sampai barang saya Mbak HP itu digadaikan-nya.	Komunikasi dengan mantan saat berjalan pertengahan pernikahan 670
Itee	Gara-gara apa itu Mbak?	

Iter	Ya utang.	
Itee	Oh utang dia. Maksa itu mintanya?	
Iter	Diam-diam pertamanya, kan dia punya HP, HP itu dibeliakan sama ibu.	675
Itee	Ibu Mbak?	
Iter	Iya, katanya padahal baru, HP-nya hilang jadi mau komunikasi dia susah kan pakai HP saya. Itu saya sampai kena kasus lho Mbak gara-gara HP itu kan saya guru wali kelas, sering nggak balas. Jadi saya dipanggil sama pemilik sekolahnya gara-gara orang tua laporan katanya saya nggak respons sebagai wali kelas padahal dia nggak tahu saya kan nggak mau ya ngomong masalah saya ke orang-orang. Bilangnya sebagai wali kelas nggak respons padahal saya sebagai wali kelas itu sebelum nikah itu selalu perhatian, komunikasi nggak pernah telat gara-gara	680 685 690 695 700

	masalah HP ini kan telat komunikasinya. Itu saya sampai kena tegur saya juga sering telat dapat SP saya waktu itu di sekolahan.		
Itee	Gara-gara HP Mbak dijual mantan suami itu?		
Iter	Iya, digadaikan. Saya disuruh nebus saya nggak maulah, utangnya lebih banyak padahal itu HP anyar saya beli waktu masih gadis eh malah digadaikannya	HP digadaikan suami	Subjek mantan 705
Itee	Nggak pulang itu Mbak HP-nya?		
Iter	Nggak. Pernah waktu itu motor orang tua kan dibawa-nya motor mau digadaikan saya marahlah. Ya kamu mikir katanyanya orang itu dari punya bapak kamu ini kita beli nggak dibiayai nggak mau apa-apanya dikasih motor mau digadai.	Mantan suami juga sempat mau menggadaikan motor dari orang tua subjek	710 715
Itee	Dianya yang minta motor Mbak buat digadai untuk apa itu?		

Iter	untuk bayar utang. Subjek memberikan 720 Cincin sama gelang gelang emas untuk saya kan juga ini membayari hutang Mbak hilang juga di dari keluarga 725 ini, kan orang tuanya mantan suami ditagih rentenir terus ini tahu-tahu yang 730 mantan mertua itu katanya minjam bakal diganti kalau 735 rumahnya laku, waktu itu kan sudah mau dijual kan. Pas saya lihat-lihat rumah laku nggak diganti-ganti sampai saya ngomong "Bu, ganti bae duit yang khusus gelang pemberian uwak saya yang uwak saya meninggal itu karena hadiah nikah. Yang cincin emas apa namanya cincin dari lamaran seserahan dia itu nggak usah dibalikin nggak apa- apa yang penting gelang uwak saya". Sampai sekarang nggak dipulangi, emas satu suku dari uwak saya.	
Itee	Dijual ya Mbak ya	740
Iter	buat nuntasin utang	
	Iya	

Itee	Kalau ini untuk kekerasan fisik yang Mbak dapat dari mantan suami itu selain fisik, terus verbal, apa seksual atau pengekangan ekonomi apa aja Mbak?	745
Iter	Kalau kekerasan itu yang saya bilang tadi, setiap dia bentak itu kan dianya pergi atau nggak tuh saya yang pergi. Tapi posisinya sudah kayak udah mau memukul, mau nendang. Sering juga minta ini, pinjaman uang juga kan. Dia ngomong mau balik lagi ke dunia hitam, nggak ada masa depan. [Di buktikan dengan adanya akta cerai subjek dari PA Martapura OKU Timur. Akta cerai berisi: penggugat mendapatkan kekerasan verbal, berupa makian kata-kata kasar. Penggugat mendapatkan	Kekerasan yang didapat dari mantan suami 750 755

	penelantaran nafkah lahir dan batin. Tergugat memiliki perempuan lain atau selingkuh].	
Itee	Pas masih nikah juga sering minta uang dari Mbaknya?	800
Iter	Iya	
Itee	Sering ngancem kalau nggak dikasih?	
Iter	Iya ngancem kalo gak dikasih uang. Terus saya ngomong, kata saya kan, "Nggak ada harapan lagi Yah pikir ada lah, kan masih ada Ibu," waktu itu. "Pikirkan Ibu juga," waktu itu sering dinasehati dianya.	Mantan suami subjek sering 805 mengancam ketika tidak diberi uang
Itee	Kalau untuk seksual nggak ada ya Mbak ya? Kayak dia maksa yang harus dituruti?	810
Iter	Kalau maksa itu... nggak, dianya alhamdulillah nggak.	
Itee	Nggak ya kalau itu. Kalau penelantaran ekonomi bener-bener nggak bener dinafkahi kan tadi Mbak? Bener pure Mbaknya sendiri yang nyari uang?	815

Iter	Iya, bener pure. Nggak dinafkahi dianya.	820
Itee	Terus perasaan Mbak saat ngalami hal-hal tersebut gimana Mbak?	
Iter	Ya down lah Mbak. Ngerasa posisi kita tuh ibaratnya tuh waktu itu sampai saya nggak ada semangat hidup loh Mbak. Muka itu juga nggak ada cahaya hidupnya, sampai saya tuh waktu itu pernah dijauhi satu lingkungan sekolah, sekolah itu kan ada TK, SD, SMP. Dijauhi gara-gara katanya muka saya nggak bersahabat, judes, segala macam. Padahal kan dia nggak tahu ya masalah hidup saya gimana. Kita mencoba berjuang menghadapi masa ini aja sudah susah, tahu-tahu ditambah masalah luar lagi tuh down. Waktu itu posisi sampai ngerasa tuh posisi paling nol kayak dijatuhkan	Perasaan subjek ketika menghadapi situasi tersebut 825 830 835 840 845 850 855

Allah ibaratnya dari tebing ke posisi paling rendah. Ibaratnya kan waktu itu sakit kista. Sakit kista itu ada resiko katanya nggak punya anak. Terus nggak bisa jalan. Tahu-tahu suami kena tangkap. Terus utang banyak. Jadi sampai posisi... sampai saya tuh sudah di posisi pasrah waktu itu, terus banyak kejadian kena kasus di sekolah kan

[Di buktikan dengan adanya akta cerai subjek dari PA Martapura OKU Timur. Akta cerai berisi: penggugat mendapatkan kekerasan verbal, berupa makian kata-kata kasar. Penggugat mendapatkan penelantaran nafkah lahir dan batin. Tergugat memiliki perempuan lain atau selingkuh].

Itee

Yang gara-gara suami
Mbak tadi?

Iter	Heem. Sampai bener-bener pasrah. Waktu itu kan Mbak saya jadi omongan seluruh ibaratnya Oku Timur ini tahu. Di mana-mana tahu pasti kan ngomongin saya. Saya nggak peduli.	900
Itee	gara-gara mantan tadi ditangkap?	
Iter	Heem. Nah sampai tuh ini, apa namanya, posisi lah bener-bener pasrah. Apa bae diambil waktu mau dipecat ya Allah udah pasrah. Ya Allah kalau memang itu yang terbaik, pokoknya apa-apa ilang. Waktu itu kan sering tahu-tahu HP ilang. Pas njenguk dia jam tangan ilang. Kalau saya lupa kan... udah pasrah ya sudah ya Allah kalau memang ini bukan takdirku aku ikhlas waktu itu, di posisi kayak gitu.	Dampak subjek dari mantan suami saat ditangkap karena narkoba 905 100 0 100 5
Itee	Terus yang Mbak lakuin pertama kali ngehadapi dari perlakuan suami itu	101 0

	apa Mbak? Dari pas Mbak ini kan belum ini, awalnya kan masih kayak masih manis gitu, tiba-tiba perlakuan suami di pertengahan pernikahan tadi berubah. Terus Mbak ngelakuin apa dari diri Mbak menghadapi suami Mbak yang gitu?	101 5
Iter	Saya nih Mbak posisinya Mbak ya, entah kenapa kalau ada masalah malah lebih dekat sama yang di atas sama Allah. Waktu itu kan yang waktu pas dibentak dia kan waktu puasa itu, saya ke masjid saya bener-bener nangis, "Ya Allah aku minta kekuatan-Mu ya Allah. Aku dibentak cak ini, aku dak ada daya upaya dak ada kekuatan. Minta tolong petunjuk-Mu ya Allah berikan yang terbaik." Tahu-tahu kan dia kejadian katanya ini ya, kalau percaya	Yang dilakukan subjek saat sedang mendapatkan kekerasan verbal dan psikis dari mantan suami 102 0 102 5 103 0 103 5

	nggak percaya katanya dia di jalan itu kayak ada angin tahu-tahu mukul bagian jantungnya. Itu waktu kan waktu pas saya posisi dibentak itu kan nangis ya saya baca Yasin.	
Itee	Itu pas awal mula Mbak dibentak sama dia?	
Iter	Iya. Baca Yasin, itu saya ngaji Yasin Mbak bener-bener nangis	
Itee	Itu gara-gara apa Mbak dibentak Mbak?	104 0
Iter	Ya itu tadi yang dia ditegur gara-gara ada utang itu kan, dia marahan sama Ibunya, saya nyoba ngehibur malah saya dibentak.	104 5
Itee	Oh itu yang awal mula banget?	
Iter	sebenarnya lah Awal mula beberapa, itulah kekerasan verbal keberapa kali, cuma berupa bentakan yang sampai dia udah parah dari mantan bener-bener bentak suami tuh itu yang pertama kalinya di situ, yang udah bener-bener	105 0 105 5

bentak. Heem. Nangis kan sama Allah tuh waktu itu kan ke musola salat tarawih. Kebetulan pas mau pulang hujan, hujan besar itu Mbak, petir geledak itu kan. Saya berdoa, "Ya Allah bumi juga dak ikhlas liat aku disakiti ya Allah sampai hujan cak ini aku minta keajaiban-Mu." Tapi pas dia cerita kan tahu-tahu dia jemput kan ya, jemput saya di musola itu.

106
0

[Di buktikan dengan adanya akta cerai subjek dari PA Martapura OKU Timur. Akta cerai berisi: penggugat mendapatkan kekerasan verbal, berupa makian kata-kata kasar. Penggugat mendapatkan penelantaran nafkah lahir dan batin. Tergugat memiliki perempuan lain atau selingkuh].

Itee	Oh habis ini kan, dianya marah-marah Mbaknya ke musola?	
Iter	Pas dia marah-marah tuh dia langsung pergi naik motor. Tahu-tahu dia jempu	106 5
Itee	Oh disusulnya ke musola?	
Iter	Itu masih diem- dieman. Di jalan saya nyoba ngomong baik- baik, "Ya jangan dibiasakan lah ya kalau cak itu nak marah-marah Ibu kan dak salah." "Iyo makmano ayo pening." Terus pas di kamar dia cerita katanya waktu pas di jalan itu katanya kan... itu pas di jalan itu katanya kayak ada angin yang ninju dada dia katanya. Ini keajaiban di sini Mbak, saya kan sering berdoa ya. Waktu pas uang tabungan ilang itu kan dia saya berdoa, "Ya Allah aku dak ikhlas lahir batin dunia akhirat." Waktu kan suami ditanya sudah saya tanya tiga	107 0 107 5 108 0 108 5 109 0 110 0

kali, "Ayah bukan yang ambil?"
 "Bukan," katanya nggak ngaku. "Aku dak ikhlas ya Allah aku kesusahan mintalah yang ngambil duit aku hidupnya dak slamet dunia akhirat." Habis saya doa gitu, tahu-tahu kan ketangkep. Pas dilepas tuh saya tanya lagi, karena saya dalam hati tuh dak yakin kan, "Yah nak nanyo sekali lagi, jawab jujur. Yang ngambek duit tabungan tuh Ayah apo bukan?" Dia baru jujur, "Iyo Bu."

Itee Terus yang buat diri Mbak akhirnya mutuskan buat bercerai apa Mbak?

Iter	Itu tadi, gara-gara dapet teleponan perselingkuhan itu, jadi faktor tambahan yang buat saya yakin. Kan saya dari awal sudah ada perjanjian dengan dia, kalau untuk masalah kena tangkap atau kasus	Hal yang membuat Subjek yakin untuk bercerai	110 5
			111 0

judi, mau memberi	111
kesempatan biar dia	5
berubah. Tapi kalau	
sudah kasus	
perselingkuhan, idak	112
bakal Ibu toleh lagi.	0

Soalnya saya nggak mau Mbak maafin orang yang selingkuh, kenapa? Karena hatinya sudah terbagi di hati dia, kan berarti kita nggak spesial lagi. Buat apa kita mempertahankan hubungan kalau orang yang orang yang kita berusaha pertahankan aja hatinya sudah bukan untuk kita lagi.

[Di buktikan dengan adanya akta cerai subjek dari PA Martapura OKU Timur. Akta cerai berisi: penggugat mendapatkan kekerasan verbal, berupa makian kata-kata kasar. Penggugat mendapatkan penelantaran nafkah lahir dan batin. Tergugat memiliki

perempuan lain atau selingkuh].			
Itee	terus kalau ketika Mbaknya itu nginget pengalaman selama pernikahan atau pengalaman Mbak yang tadi dapet KDRT dari suami, Mbak ngerasa emosi apa Mbak yang muncul dari diri Mbak? Kayak perasaan marah, takut, sedih, kecewa?		112 5
Iter	Kalau marah tuh nggak Mbak, tapi Emosi muncul ketika mengingat yang rasa tuh sakit pengalaman (Regulasi Emosi: 0 bercerita tuh sesek Identifikasi Jenis dada saya. Emosi)		113 0
Itee	Kayak kecewa gitu Mbak?		
Iter	Kecewa tuh nggak, Emosi muncul kalau sakit hati itu ketika mengingat rasanya. Oh kayak pengalaman (Regulasi Emosi: 5 gini ya Allah. Kadang tau-tau ini waktu itu Identifikasi Jenis Mbak pas posisi Emosi) 114 waktu pas dia masih 0 di penjara tuh setiap malam saya nangis loh, Mbak. Rasanya 114 ya Allah kok ada 5 sampai kan saya nahan sakit, nangis, mama saya juga ikut		

	nangis waktu itu kan.	115
	Terus waktu pas ditambah dia selingkuh juga itu udah mulai hilang	0
	mati rasa itu kan. Jadi setiap cerita itu rasanya tuh di dada tuh sesek. Kayak apa ya, napas itu napas tuh agak susah modelannya tuh. Sesek modelannya, Mbak. Nggak bisa dijelaskan. Kalau nak marah tuh tidak, tapi sesek adanya kayak mau nangis. Kadang kalau dak sadar tau-tau tuh nangis modelannya itu.	115 5
Itee	Jadi sering nangis kalau nginget itu?	
Iter	Iya. Kalau marah tuh nggak, soalnya mungkin lah sudah habis rasa kecewanya kali ya, jadi nggak marah lagi.	Emosi muncul 116 ketika mengingat 0 pengalaman (Regulasi Emosi: Identifikasi Jenis Emosi)
Itee	Pernah nggak, Mbak-mbak ngerasain kayak emosi yang berubah-ubah dalam satu waktu kayak Mbak nginget pengalaman tersebut tadi? Kayak	117 0 117 5

	misalnya merasa marah terus tiba-tiba langsung sedih, terus lanjut lagi kayak kecewa gitu?		
Iter	Kalau saya kalau lagi posisi sudah kelewat capek. Kelewat capek itu kan kita ngajar ya, untuk saya sendiri kan modelannya tipe orang introver, energi sudah habis. Makanya saya mencoba-nyibukkan diri kan untuk kegiatan apa pun, nonton apa belajar hal baru kan. Waktu tidur itu kan kalau misal pikiran kosong mulai pikiran itu udah mulai guling kan, capek kan, mulai pikiran itu penuh rasa sakit segala macam ada di pikiran tuh sesek tau-tau tenangis modelannya. Dak nak marah tu dak, tapi kalau orang lak lewat ganggu bisa nggak sadar tau-tau marah. Marahnya itu apa barang dibanting, apa yang deket itu dipukul kayak gitu. Tapi... tapi	Emosi berubah-ubah dalam satu waktu (Regulasi Emosi: Identifikasi Jenis Emosi)	118 0 118 5 119 0 119 5

	solusinya itu tadi di kamar nangis, nggak tau malam tuh sering terbangun salat tahajud saya puaskan nangis waktu salat itu.	
Itee	Terus kalau untuk emosi yang lebih sering dimunculkan ke Mbak itu dalam kehidupan sehari-hari yang ngeganggu aktivitas itu apa, Mbak? Dari yang tadi kayak marah, sedih yang bener-bener ngeganggu aktivitas Mbak?	122 5
Iter	Kalau ngeganggu aktivitas itu sekarang alhamdulillah nggak ada. Kalau dulu itu agak lebih sensitif.	Emosi yang sering muncul pada aktivitas (Regulasi Emosi: Identifikasi Jenis Emosi) 123 0
Itee	Pas masih pernikahan atau sudah baru selesai bercerai?	
Iter	Pas baru ada masalah sensitif saya. Pas baru perceraian itu udah agak mulai plong kan, udah mau perceraian ibaratnya bebannya tuh udah bebas.	Perubahan emosi dari waktu ke waktu (Regulasi Emosi: Kepekaan perubahan Emosi) 123 5
Itee	Malah lega ya, Mbak, abis cerai	124 0

Iter	Iya, lega rasanya ya Allah alhamdulillah. Waktu pas dinyatakan resmi jatuh talak itu be tiba-tiba rasanya kayak beban yang di hati tuh agak lepas waktu itu posisinya. Ndak tau napa. Sebelumnya kan cak rasa sesek terus modelannya tuh. Hati tuh mengganjal terus, sedih terus posisinya waktu itu.	Perubahan emosi dari waktu ke waktu (Regulasi Emosi: Kepekaan perubahan Emosi)	124 5
Itee	Terus untuk kalau biasanya Mbak itu sadar itu kapan, Mbak? Kalau misalnya kayak emosinya mulai berubah dari tadi, yang dari tenang menjadi sedih itu tuh Mbak sadarnya gimana, Mbak?		125 0
Iter	Ya mikir, selalu yang saya motivasi di diri kalimat untuk memperkuat sampai saya kuat bertahan itu, Allah itu pasti nguji suatu kaum. Di balik ujian ini pasti bakal ada hal indah yang bakal datang hampiri	Menyadari emosi berubah (Regulasi Emosi: Kepekaan perubahan Emosi)	125 5 126 0

	aku. Itu selalu prinsip hidup saya, Mbak, sampai saya tuh apa namanya kuat ngehadapi hidup tuh kayak gini. Ya Allah ini abis ujian ini pasti bakal ada hal yang indah buat hidup aku, pasti hidup derajat aku bakal diangkat. Selalu cak itu terus, Mbak. Kalau nggak kayak gitu, Mbak, ah mungkin kalau orang yang lain tuh sudah gila, Mbak. Sudah gila atau bunuh diri	126 5
Itee	Iya, karena saking beratnya itu kan?	127 0
Iter	Iya. Itu posisinya orang yang kalau misalnya pas sudah dengar cerita be pasti selalu ngomong ke aku, 'Kalau aku yang jalannya, aku ndak sanggup jalannya'.	127 5
Itee	Kalau untuk perubahan emosi Mbak dari kondisi dari... apa pas masa-masa bercerai, pas masa-masa pernikahan terus bercerai itu gimana	128 0

	kondisinya dari ya waktu ke waktu tuh perubahannya apa aja, Mbak? Dari yang tadi kayak habis masa pernikahan tadi kan kayak ada rasa masih sedih terus cerai tadi ada rasa plongnya itu gimana Mbak yang ngerasain?		
Iter	Ngerasanya kan kalau awalan itu kan marah kan, marah itu ditahan jadi sensitif. Terus sering sedih kan	Perubahan emosi dari waktu ke waktu (Regulasi Emosi: Kepekaan perubahan Emosi)	128 5
Itee	Itu pas masih pernikahan?		
Iter	Iya. Sampai jalani yang belum sebelum pisah itu kan selalu nggak semangat jalani hidup, lesu terus sedih terus. Kalau misalnya lagi keadaan capek tau-tau nangis. Di rasa tuh di dada tuh kayak mikul beban, kayak sesek. Tapi waktu pas sudah resmi cerai tuh tau-tau hati tuh agak plong, agak lapang di situ. Lebih tenang gitu habis bercerai itu.	Perubahan emosi dari waktu ke waktu (Regulasi Emosi: Kepekaan perubahan Emosi)	129 0 129 5
Itee	Kalau untuk yang Mbak rasakan		130 0

	sekarang itu gimana? Emosinya sekarang lebih stabil atau masih sering kayak berubah- ubah?	
Iter	Kalau untuk saya sendiri, Mbak ya itu tadi, saya tuh modelannya kalau saya kelewat capek di dalam kamar nggak ada kegiatan tau-tau hati saya suka sedih. Tiba-tiba nangis mau dikeluarkan modelannya	Emosi yang dirasakan sekarang 130 (Regulasi Emosi: 5 Kepekaan perubahan Emosi)
Itee	pernah nggak Mbak kayak misalnya emosinya itu tiba-tiba muncul kayak misalnya tiba-tiba lagi nggak ada apa-apa terus Mbak ngerasa kayak langsung apa ngerasa sedih terus marah, padahal Mbak lagi nggak nginget apa-apa gitu?	131 0 131 5
Iter	Hati sering ndak tenang. Tau-tau hati tuh sering tau-tau gelisah modelannya. Selalu tau-tau kok perasaan nggak enak modelannya kayak gitu.	Emosi muncul tiba- tiba tanpa sebab atau bertahap 132 (Regulasi Emosi: 0 Kepekaan perubahan Emosi)

Itee	Oh tiba-tiba sering gelisah sendiri gitu? Tanpa sebab gitu?		
Iter	Iya		
Itee	Terus kalau untuk tanda-tanda yang terjadi di diri Mbak itu ketika emosi itu gimana, Mbak? Ketika emosinya mau muncul yang kayak perasaan sedih, marah tadi?	132 5	
Iter	Tergantung situasinya kalau sekarang. Kalau misalnya orangnya sudah kelewatan bisa marah, gentak apa kayak mukul meja di sekitar. Kalau misalnya belum orang itu perlakuannya belum kelewatan ya diem pinggir. Tapi kalau sudah masalah berat itu nangis kalau ada masalah udah kelewat berat.	Tanda-tanda yang memunculkan emosi pada diri (Regulasi Emosi: Kepekaan perubahan Emosi)	133 0 133 5
Itee	Terus yang Mbak lakuin tuh ketika sadar lagi emosi marah itu apa, Mbak?		134 0
Iter	Istigfar dulu. Kalau sudah istigfar... kan kalau misalnya udah kelewat marah itu kan	Yang dilakukan ketika menyadari emosi (Regulasi	134 5

	pokoknya harus tersalurkan itu, apa ngebentak apa mukul itu. Sudahnya itu duduk, duduk diem. Kalau sudah duduk diem tenang istigfar, sudahnya ngerasa bersalah.	Emosi: Kepekaan perubahan Emosi)
Itee	Nyesel, Mbaknya?	135 0
Itee	Nyesel. Kadang kalau udah kelewat marah nggak sadar apa yang dilakukan itu. Khilaf kayak gitu. Kalau ada orang deket itu mungkin kalau udah kelewat kesal bisa dipukul, cuma masih kadang makanya sebelum ke arah mukul, duduk diam menghindar modelnya. Kalau sedih itu salat solusinya	135 5
Itee	Terus kalau menurut Mbaknya, yang terjadi dari penyebab munculnya emosi Mbak itu dipengaruhi oleh situasi, pikiran, atau pengalaman dari masa lalu nggak, Mbak? Misalnya ya	136 0 136 5

	tadi Mbak rasain itu pengaruhnya dari pikiran Mbak, pengalaman Mbak, masa lalu Mbak?	
Iter	Kalau yang saya rasakan sekarang itu, perasaan saya lebih sensitif modelannya. Kalau ada orang ngomong yang udah terlalu ini... kan saya kan modelannya jaga perasaan, Mbak ya. Nggak mau nyakiti hati orang, tapi kalau udah kelewatan nyinggung, saya balas modelannya. Ngomongnya kadang lebih menyakitkan. Jadi lebih sensitif ngerasa. Apalagi kalau orang sudah mulai bahas tentang yang mantan itu. Yang kalau posisi yang pengaruh dari masa lalu ke sekarang, Mbak ya, yang saya rasakan lebih sensitif kalau orang sudah mulai bahas namanya, atau bahas tentang masa lalu, atau mau menceritakan tentang	Penyebab munculnya emosi (Regulasi Emosi: pemahaman penyebab emosi) 137 0 137 5 138 0 138 5

	dia, mulai mulut saya sinis modelannya.	
Itee	Terus kalau ketika Mbak lagi ngerasa sedih, marah, Mbak coba mahami nggak alasan di balik perasaan Mbak itu?"	139 0
Iter	ya, kalau posisi sedih ya coba mahami kan. Gara-gara banyak masalah, mahaminya kayak gitu	Memahami alasan emosi (Regulasi Emosi: pemahaman penyebab emosi) 139 5
Itee	Berarti Mbak lebih mahami karena pengalaman Mbak itu yang berpengaruh ke sekarang ini?	
Iter	Iya	
Itee	Terus dari pengalaman KDRT dari mantan suami itu, apakah masih sangat mempengaruhi kondisi Mbak sekarang? Maksudnya kayak masih ngefek banget di sekarang?"	140 0 140 5
Iter	Iya, jadi saya tuh modelannya, Mbak, sekarang tuh nggak mudah percaya dengan orang sekitar. Modelannya itu kalau orang sekitar sudah	Pengaruh kondisi dari pengalaman (Regulasi Emosi: pemahaman penyebab emosi) 141 0

	selalu ber- apa ya... mungkin kalau kelebihannya lebih waspada. Tapi kalau kekurangannya tuh lebih selektif. Jadi kalau orang nggak mulai ngomong, mengajak ngomong, saya nggak ngomong	141 5
Itee	Lebih banyak diam ya, Mbak, berarti?	
Iter	saya kan sudah introvert kan, Mbak ya. Ditambah disakiti hati, jadi itu selalu ada rasa was-was, selalu berprasangka, kalau ibaratnya suudzon kan. Ini orang ini baik sama saya memang beneran baik apa nggak? Ini orang yang nolong saya beneran tulus apa nggak? Jadi kalau misalnya orang memberi bantuan itu pasti saya selalu mikir ini ada maksudnya apa nggak? Ini ada maunya apa nggak? Terus jadi saya sendiri jadi orang yang susah untuk minta tolong ke orang lain modelan saya. Jadi kalau ada	Mempengaruhi perilaku sehari-hari (Regulasi Emosi: pertimbangan dampak emosi) 142 0 142 5 143 0

	apa-apa ditahan, dipendam.	
Itee	Untuk situasi kayak apa ya, Mbak, ya? Misalnya KDRT itu ya tadi, flashback-nya Mbak kembali gitu? Situasi yang buat Mbak flashback terus mempengaruhi emosi Mbak?	143 5
Iter	Kalau orang ini... Kalau orang sudah mulai nada tinggi, ini saya ini bakal melok nada tinggi juga. Jadi modelan saya nggak bisa di- walaupun setiap orang kan marah, he-eh. Kalau nada marah, saya bakal marah melok nada lebih nada tinggi juga saya modelnnya	Situasi yang berdampak pada diri (Regulasi Emosi: pemahaman penyebab emosi) 144 0 144 5
Itee	Oh, jadi kalau ada orang yang mulai nada tinggi atau marah, itu Mbak mulai kayak nginget dari pengalaman Mbak, jadi Mbak juga nada tinggi. Terus yang mudah jadi mudah tersinggung tadi, terus nggak mudah percaya	145 0 145 5 146 0

dengan orang, selalu punya prasangka. Jadi kalau ngelihat orang yang ibaratnya bener-bener baik itu kadang, 'Ini dia baiknya tuh beneran nggak sih? Dia baik ada maunya nggak sih? gitu modelannya. "Terus kalau perubahan dalam sikap atau tindakan Mbak setelah bercerai gimana, Mbak?"

Iter		Perubahan sikap dan tindakan setelah bercerai (Regulasi Emosi: pertimbangan dampak emosi)	
	Eh, setelah perceraian ini, pertama saya lebih	dan tindakan	146
	ini ya, karena kejadian	setelah bercerai	5
	yang saya alami	(Regulasi Emosi:	
	sendiri waktu saya	pertimbangan	
	waktu mantan suami	dampak emosi)	
	di Lapas itu kan saya		147
	kan setiap jenguk itu		0
	kan pernah bareng		
	rombongan yang		
	suami-suaminya		147
	ketangkap kan. Itu		5
	bareng-bareng itu		
	posisinya saya kayak		
	mikir, 'Ya Allah kok		
	posisinya jadi kayak		148
	gini', saya satu mobil		0
	berangkat bareng kan.		
	Yang perempuan-		
	perempuan itu		148
	ngerokok		5

modelannya. Terus omongannya kotor segala macam. Tapi perlakuan walaupun 149 perlakuannya kayak 0 gitu, dia bilang, 'B, kamu jangan ikuti kami ya, cukup kami bae yang rusak, kamu 149 jangan'. Jadi dari 5 semenjak dapat kejadian ini modelan saya, Mbak, nggak mudah menghakimi orang lain. Pasti saya selalu lihat walaupun ibaratnya kita nggak mau langsung dekat ya, nggak mudah percaya, tapi saya nggak mudah nge-judge orang. Jadi setiap orang buruk itu saya mikir pasti ada kebaikan di balik perbuatan dia. Jadi nggak mudah menghakimi. Ada kan beberapa orang melihat orang perlakuannya nggak bener, langsung nge-judge. Kalau saya nggak. Nggak mudah mau menghakimi. Kalau dari baru dari

	omongan mulut saya nggak langsung percaya, mau lihat dulu kejadiannya di situ.	
Itee	Nah berarti untuk perubahan sikap Mbak itu lebih kayak mandang orang lain kenapa orang itu bersikap gitu, jangan langsung menilai?	150 5
Iter	Jadi perubahan sikap saya tuh nggak mudah nge-judge, terus mencoba ikhlas. Jadi saya selalu berpikir kalau memang sudah ditakdirkan Allah untuk saya, dia nggak akan ke mana. Terus Allah itu pasti memberikan kita yang terbaik buat kita. Walaupun ibaratnya cobaan itu berat buat hidup kita hancur- hancuran, pasti setelah ini bakal ada hal baik yang datang.	Perubahan sikap dan tindakan setelah bercerai (Regulasi Emosi: pertimbangan dampak emosi) 151 0 151 5
Itee	Terus dari pengalaman masa lalu Mbak itu mempengaruhi hubungan Mbak	152 0

	dengan orang lain nggak?	
Iter	Tergantung orangnya yang tadi saya bilang. Kalau misalnya nadanya sudah sinis, saya nih pengaruhnya tuh yang pertamanya nggak mudah terbuka pertamanya. Kalau orang itu nggak mulai omongan, saya nggak mulai modelannya itu. He-eh. Jadi mulai komunikasi dengan orang lain lebih susah. Saya nggak mau yang modelnya mau negur orang duluan tuh nggak mau. Yang sok ramah dengan orang lain itu nggak mau saya. Jadi harus orang lain duluan yang negur saya, ajak ngomong saya.	Mempengaruhi hubungan dengan orang lain (Regulasi Emosi: 152 pertimbangan 5 dampak emosi) 153 0 153 5
Itee	Kalau untuk pengaruh terhadap keluarga Mbak gimana, Mbak?	
Iter	Terhadap keluarga, Waktu itu pernah kan pertama waktu pas ada masalah saya kecewa dengan keluarga, orang tua, nggak mau ngomong	Pengaruh terhadap keluarga dan lingkungan 154 (Regulasi Emosi: 0 pertimbangan dampak emosi)

ya, ditahan-tahan	pertimbangan	
kalau orang sudah	dampak emosi)	
kelewatan mulut saya		157
pedas, saya balas		0
orangnya. Oh, kayak		
ngebahas tentang		
mantan suami? Iya,		157
ngebahas masa lalu.		5
Saya kan modelnya		
sering tahu informasi		158
orang lain kan tapi		0
saya nggak mau buka		
aib orang. Tapi kalau		
orang lain sudah buka		158
aib, saya buka. Waktu		5
itu pernah, waktu itu		
pas di ini, apa, di		
jalan. Itu tempat		158
posisi orang ramai,		9
Mbak ya. Orang tuh		
sering sekitar tuh		
ganggu, mau bahas-		159
bahas masa lalu kan di		5
depan orang ramai		
kayak nggak lihat		
keadaan, kayak niat		160
mau maluin kan.		0
Bahaslah dia, 'Kamu		
tuh juga terlalu		
bodoh', katanya.		160
'Ngelihat orang dari		5
gantengnya aja, orang		
sudah ini kamu		
pertahankan'. Terus		
saya jawablah,		161
'Mohon maaf, kalau A		0

tuh dimasukkan
ganteng idak juga,
banyak wong yang
senang sama ku lebih 161
ganteng dari dia', saya 5
jawab itu kan. Terus
langsung saya
jawabkan, dia kan 162
ngomong 'Wong tuh 0
cerela dengan itu, dia
tuh di penjara. Terus,
"Anak bibi cerai dak 162
dengan istrinya? Anak 5
bibi kan juga di
penjara waktu itu,"
saya ngomong kan
langsung cak gitu.
Orang-orang langsung
terdiam. Tadinya kan
saya diam, sekitar tuh
pada nelihatin saya,
apa omongan ibu itu
kan keras ya nadanya,
biar orang lain nelihat.
Pas saya jawab juga,
"Terus anak bibi
dengan istrinya cerai
dak? Anak bibi kan
juga ketangkap lantas
kasus narkoba." Dia
mulai matanya nggak
enak kan, mulai
rendah nadanya kan.
He-eh, sudah.
Dari situ juga di pasar,
"Kamu ini kan

mantannya A kan?"

Iya. Diulang-ulang,

"Kamu ini mantannya

A kan?" Iya. "Cak

mana kasusnya?" "Yo

cak itulah, ngapo bu?"

langsung nada saya

kan kayak gitu kan.

Langsung orangnya

diam. Jadi saya tuh

ibaratnya lebih protek

ke diri, nggak mau

disakiti. Ada orang

yang pernah sampai

sakit hati, "Berarti

kamu dinikahi itu

cuma dibolongi aja,

diambil

keperawanannya."

Saya jawab,

"Alhamdulillah

diambil

keperawanannya

dinikahi, banyak

orang di luar sana

diambil

keperawanannya

nggak dinikahi." Jadi

mulut saya tuh

menyesuaikan sekitar.

Kalau orang baik ya

saya baik, kalau orang

omongnya tajam, saya

lebih tajam

Itee	berarti kalau konflik itu ketika orang lain yang mulai?		
Iter	Kalau orang lain nggak mulai, saya modelnya Mbak, nggak mau ganggu. Tapi jadi saya apa saya nggak mau ganggu orang lain, jadi orang jangan ganggu hidup saya. Tapi kalau orang sudah ganggu hidup saya, nggak saya hentikan ke depannya.	Pengalaman menimbulkan konflik ke orang (Regulasi Emosi: pertimbangan dampak emosi)	163 0 163 5
Itee	Mmm... terus kalau menurut Mbak, emosi yang Mbak rasain akibat pengalaman tersebut itu lebih banyak memberikan dampak positif atau negatif?		164 0
Iter	Dua-dua nya, dampaknya ya Positifnya kita ini, kita bisa berlindung diri jadi orang nggak semena-mena. Negatifnya orang menganggap kita judes, kasar. Kadang kan orang ni, beberapa orang saya temukan itu mereka	Dampak positif atau negatif akibat pengalaman (Regulasi Emosi: pertimbangan dampak emosi)	164 5 165 0 165 5

	menyakiti orang lain, kita nggak balas, tapi ketika kita balas merasa kita orang yang paling menyakiti mereka. Mereka yang merasa paling terzalimi. Sering saya temukan orang playing victim modelannya	
Itee	He-eh. Terus pernah nggak Mbak, Mbak kayak yang benar- benar meluapkan emosi marah, sedih, takut tadi nggak terkendali lagi, benar- benar diluapin banget?	166 0
Iter	Oalah, diluapin banget yang waktu pas nelpon... yang perempuan itu nelpon itu, itu yang terakhir saya benar-benar marah. Saya ini, bentak juga orangnya. Pokoknya semua kata kasar ya keluar waktu itu. Soalnya benar- benar kecewa, kok suami malah lebih milih selingkuhan daripada istri sah	Meluapkan emosi tanpa terkendali (Regulasi Emosi: pertimbangan dampak emosi) 166 5 167 0

Itee	Berarti posisi pas Mbak nerima telepon itu yang benar-benar meluapkan emosi ke itu ya?	
Iter	Iya	
Itee	Terus yang Mbak rasakan akibat dari rasa tadi gimana, Mbak? Yang tadi Mbak nerima telepon itu, yang marah, sedih itu?	167 5
Iter	Jadi satu perasaannya	
Itee	Marah... yang Mbak rasain kayak benar-benar kayak sesak atau gimana gitu?	168 0
Iter	Rasanya ya pikiran tuh kayak mau pecah, dada itu sesak, marah, kayak emosi nangis. Pokoknya nangisnya itu sampai...	Yang dirasakan akibat dari emosi (Regulasi Emosi: pertimbangan dampak emosi)
Itee	Nyalahin diri sendiri nggak, Mbak?	168 5
Iter	Enggak. Nyalahinnya itu ke suami tuh, kok bodoh malah lebih belain orang lain. Ibaratnya, enak kalau selingkuhannya cantik, selingkuhannya jelek. Bukan saya merasa	Mengenali emosi yang dirasa perasaan menyalahkan (Regulasi Emosi: Identifikasi jenis Emosi) 169 0 169 5

	sempurna ya, manusia nggak ada yang sempurna. Mukanya kayak ibu-ibu, gendut, jelek modelannya itu. Malah lebih belain itu. Ya benar sih, suami yang nggak tahu diri, yang jelek kualitasnya ya bakal milih kualitas yang jelek juga. Padahal orang tuh sudah banyak bilang, "Alhamdulillah A****, kau dapat wong yang baik," ibaratnya sudah ngangkat derajatnyalah dari dia yang cuma tamatan SMA, pekerjaan nggak seberapa...	170 0
Itee	Dia tamatan SMA ya, Mbak?	
Iter	Iya. Saya coba menerima, menerima kekurangannya. Sudah mulai terangkat derajatnya itu, sudah banyak yang muji, "Alhamdulillah A****, kamu dapat perempuan yang baik, yang bekerja," eh malah lakinya nggak tahu diuntung	170 5 171 0

Itee	Terus kalau ada nggak Mbak hal yang buat Mbak pertimbangkan lagi kalau mau meluapkan emosi gitu? Jadi Mbak tahan dulu karena ada pertimbangan tadi?		
Iter	Itu tadi, istighfar dulu. Soalnya kalau saya kelewat marah saya lepas kendali, Mbak. Nggak terkontrol kalau sudah benar-benar khilaf. Jadi sebelum saya khilaf itu, saya tahan dulu istighfar kondisinya. Kalau misalnya orangnya sudah kelewatan saya jawab dengan pedas. Kedua yang marah, ketiga kalau sudah kelewat marah bisa sambil nangis marahnya	Mencoba menenangkan emosi (Regulasi Emosi: Strategi pengelolaan emosi)	171 5 172 0 172 5
Itee	Oh, berarti yang membuat Mbak untuk pertimbangkan itu takut itu ya, kejadian pas udah meluapkan emosi nggak bisa terkontrol lagi?	Mempertimbangkan untuk mengekspresikan emosi (Regulasi Emosi: pertimbangan dampak emosi)	173 0
Iter	Iya. Soalnya kalau sudah berbuat tuh saya nyesel sudahnya.	Mempertimbangkan untuk mengekspresikan	

		emosi (Regulasi Emosi: pertimbangan dampak emosi)	
Itee	He-eh. Ada rasa sesal jadi Mbak mending nggak usah terlalu diluapin gitu?		173 5
Itee	Iya, saya nahan dulu modelannya, Mbak		
Itee	Terus kalau ketika emosinya lagi muncul itu, Mbak coba menenangkan diri kan tadi kan, Mbak? Dengan kayak tadi apa? Duduk, istighfar. Sholat nggak, Mbak?		174 0 174 5
Itee	Ya sholat. Kalau malam, setiap malam itu kan selalu sholat Tahajud nangis, diluapkan di situ	Cara mengatasi emosi (Regulasi Emosi: Strategi pengelolaan emosi)	
Itee	Oh berarti pas sholat Mbak meluapkan dengan nangis, dengan mengadu ke... ini ya?		175 0
Itee	Pokoknya saya menghabiskan waktu malam itu selalu nangis di sajadah itu, saya sujudkan nian. Biar ini, apa namanya kita kan manusia ya,	Cara mengatasi emosi (Regulasi Emosi: Strategi pengelolaan emosi)	176 5 177 0

	nggak ada kekuatan yang membantu kita selain yang di atas.	177
	Nggak ada tempat curhatan yang benar-benar bisa dipercaya selain yang di atas.	5
	Nggak ada orang yang benar-benar peduli selain yang di atas.	178
	Nggak ada kekuatan yang benar-benar kita andalkan selain yang di atas. Yang ibaratnya manusia bisa bantu tuh nggak ada. Walaupun bantu dia nggak sepenuhnya membantu. Kita memang cuma bisa pasrahkan diri yang di atas.	0
Itee	Mmm... selain sholat, terus doa, apa lagi Mbak yang Mbak lakuin buat mengatasi rasa emosi Mbak?	
Iter	Cari kesibukan. Saya fokus memperbaiki diri, saya ikut diklat, ikut seminar-seminar, kegiatan kayak nulis buku. Waktu saya pernah nulis buku dapat piagam juga tapi saya nggak beli	Mengalihkan pikiran melalui aktivitas (Regulasi Emosi: Strategi pengelolaan emosi)
		178
		5
		179
		0

	bukunya soalnya nggak ada uang		
Itee	Mbak nulis bukunya?		
Iter	Iya. Sering saya ikut- ikut kegiatan event- event nulis. Tapi bukunya nggak dapat soalnya kan kalau mau dapat bukunya juga kan harus beli kan	Mengalihkan pikiran melalui aktivitas (Regulasi Emosi: Strategi pengelolaan emosi)	179 5
Itee	Oh itu gimana Mbak? Mbak benar-benar nulis bukunya apa...?		
Iter	Kalau untuk cerita hidupan saya sudah ada saya tulis kan		180 0
Itee	Di web atau bentuk gimana?		
Iter	Baru di Microsoft Word saya mau unggah tuh masih ragu. Mau dijadikan buku biaya terbitnya agak lumayan kan. Jadi saya yang event- event menulis yang masih murah itu menulis puisi, menulis novel	Mengalihkan pikiran melalui aktivitas (Regulasi Emosi: Strategi pengelolaan emosi)	180 5
Itee	Mbak ikut itu ya?		181 0
Iter	Iya. Itu mengekspresikan kalau misalnya sudah	Mengalihkan pikiran melalui aktivitas (Regulasi	

	kelewat sesak, Emosi: Strategi 181 bingung mau di mana, pengelolaan emosi) 5 menulis buku. Kalau misalnya kan saya kan nyari kesibukan ya, 182 buat kerajinan, 0 melukis. Terus saya yang waktu itu terakhir tuh hobi itu 182 buat Lego, nyusun 5 Lego. Jadi ketika nyusun Lego tuh menenangkan pikiran 183 di situ. Soalnya kan 0 itu kan setiap kepingan itu kan ada beberapa bentuk kan. Nah saya mikir dari bentuk ini nanti bakal jadi sama kayak kehidupan saya. Kehidupan orang itu kan pasti hancur kan, mulai ditata ulang dengan penuh harapan. Ada kesalahan peletakan Lego, diubah lagi disusun lagi sampai bentuknya sempurna. Jadi saya mikir kok sama kayak prinsip kayak kehidupan nyusun Lego ini
Itee	berarti cara Mbak untuk ngalihin pikiran

	itu dengan banyak kegiatan yang tadi ya Mbak, Mbak sebutin tadi? Jadi untuk ingat pengalaman tadi lama-lama hilang gitu?	183 5
Iter	Hilang tuh enggak, Mbak. Tapi setidaknya agak berkurang rasa kecewa nggak ada. Jadi kita sudah berdamai dengan diri sendiri. Kalau kita cerita itu, ya sudah memang pernah ngalami. Rasa sesak ada cuma nggak seberapa parah modelannya	184 0
Itee	Iya. Terus kalau tadi kan kegiatan yang Mbak lakuin setelah bercerai kan, Mbak? Kalau untuk mengelola emosi dari sebelum sampai setelah perceraian itu ada perubahan nggak, Mbak?	184 5
Iter	Itu tadi, kalau emosi tuh kan awal mulanya sedih, nyalahkan sekitar, menyalahkan diri sendiri, nyalahkan	Mengelola emosi sebelum dan sesudah bercerai (Regulasi Emosi: 185 0

	yang di atas. Terus nyoba berdamai dengan diri sendiri, sering sholat. Yang akhirnya pas cerai tuh kan sudah mulai ikhlas modelannya	Strategi pengelolaan emosi)	185 5
Itee	Iya, sudah mulai nyari kesibukan yang baru. Terus kalau untuk menurut Mbak cara-cara tersebut efektif nggak di diri Mbak?		
Iter	Alhamdulillah efektif, Mbak. Soalnya kalau kita nggak dekat sama yang di atas, kita nggak nyari kegiatan yang lain, banyak kan kejadian perempuan-perempuan yang masih muda jadi gila. Soalnya apa? Ngerasa hidup tuh nggak adil, nggak ada sandaran hidupnya. Dia kurang tepat mencari sandarannya. Terus banyak orang yang lari ke minuman keras, sudah itu bunuh diri soalnya nggak ada semangat hidup. Kalau saya sendiri ya saya mikir saya punya Allah, saya berdoa,	Cara-cara benar efektif (Regulasi Emosi: Strategi pengelolaan emosi)	186 0 186 5 187 0 187 5

	saya yakin itu yang jadi semangat untuk hidup	
Itee	Kalau Mbak sekarang mengekspresikan emosi sedih, takut ke orang lain tuh gimana, Mbak? Sedih... misalnya... iya, semua emosi lah, pokoknya semua emosi selain sedih ke orang lain. Misalnya Mbak kecewa dengan orang itu, sekarang gimana cara mengekspresikannya?	188 0
Iter	Cut off. Cut off. Putus hubungan. Iya. Saya sekarang modelannya, Mbak, nggak mau dengan orang yang drama playing victim. Orang lihat orang ini ini, sudah putus hubungan, nggak mau deket lagi daripada ngerusak mental saya, mending jauhi orang seperti itu yang problematik	Mengekspresikan emosi ke orang lain (Regulasi Emosi: 5 Pengendalian Emosi) 188 5 189 0
Itee	Boleh, boleh. Kalau Mbak itu lebih cenderung milih untuk nahan emosi atau langsung	189 5

	ekspresikan emosi yang Mbak rasakan?	
Iter	Nahan dulu saya, Mbak. Saya orangnya nahan dulu, tapi kalau orangnya udah kelewatan baru saya bales. Saya ekspresikan. Saya orangnya nggak mau nyakiti orang, Mbak. Tapi orang kadang nggak sadar diri nyakiti saya, Mbak, sering menyinggung perasaan saya. Oleh saya modelannya saya nggak mau disakiti, saya nggak mau dicubit, ya jadi orang lain jangan nyubit saya	Cendrung menahan atau mengekspresikan emosi (Regulasi Emosi: Pengendalian Emosi) 190 0 190 5
Itee	Situasi kayak kondisi di sekitar Mbak yang ngebuat Mbak untuk memilih nahan emosi atau langsung ekspresikan emosi itu apa, Mbak?	191 0
Iter	Ya itu, saya sadar soalnya kalau saya sudah kelewat marah, omongan saya nggak terkendali, emosi saya nggak terkendali, nanti saya nyesel. Jadi	Mengontrol emosi agar tidak merugikan orang (Regulasi Emosi: Pengendalian Emosi) 191 5

	saya tahan dulu sebelum saya marah	
Itee	berarti untuk cara Mbak ngontrol emosi agar tidak meluap dan merugikan diri ataupun orang lain itu dengan diam dulu tadi, nahan dulu. Kalau udah kelewatan baru meluap. Habis misalnya terluap emosinya itu ada penyesalan ke diri sendiri?	Mengontrol emosi agar tidak merugikan orang (Regulasi Emosi: 0 Pengendalian Emosi)
Iter	Ada, he-eh, nyesel. Jangankan ke diri sendiri, kita misalnya marah ke orang lain itu be- walaupun orangnya salah saya yang minta maaf, saya yang merasa bersalah	192 5
Itee	Habis Mbak yang ngerasa bersalah, terus Mbaknya sendiri yang beranikan untuk minta maaf dulu?	193 0
Iter	iya	
Itee	Terus menurut Mbak, Mbak sekarang sudah ini nggak, Mbak? Sudah mampu mengelola dan mengekspresikan	193 5

	emosi dengan baik saat ini?		
Iter	Saya rasa sudah. Sudah mampu Sudah, kalau tidak mengelola dan terlalu emosi. Soalnya mengekspresikan kan lebih sekarang emosi dengan baik kan saya itu tadi cara (Regulasi Emosi: menjaga kesehatan Pengendalian mental, sedikit Emosi) berbicara, orang yang problematic kita hindari. Terus kalau bisa itu tadi diam, soalnya diam itu kan emas, jangan mengganggu orang lain	194 0 194 5	
Itee	Selanjutnya Mbak, terus dari kejadian masa lalu Mbak yang berat itu masih neninggalin trauma nggak pada diri Mbak yang saat ini? Terus gimana cara Mbak belajar menerima pengalaman yang sulit tersebut?	195 0	
Iter	Trauma itu kalau trauma... bukan trauma, modelan lebih hati-hati modelannya sekarang. Kadangan orang yang kita anggap baik ternyata dia jahat. Terus kita	Pengalaman tersebut meninggalkan trauma sekarang (Regulasi Emosi: Pengendalian Emosi) 196 0	195 5

	sudah bener-bener baik memberikan yang terbaik dimanfaatkan orang lain, jadi lebih ke hati-hati. Terus apa tadi pertanyaan selanjutnya tadi?		
Itee	Cara belajar menerima pengalaman tersebut?		
Iter	Cara belajar menerima kenyataan itu ya dicoba ikhlas, memang ini jalan takdir yang diberikan Yang di Atas untuk mempelajari kehidupan yang lebih kuat lagi, lebih tegar lagi, lebih selektif lagi. Jadi itu tadi pembelajarannya itu manfaatnya itu jangan menghakimi orang lain, terus walaupun kita baik juga hati-hati untuk baik ke orang lain	Cara belajar menerima pengalaman (Regulasi Emosi: Pengendalian Emosi)	196 5 197 0
Itee	Berarti kalau untuk trauma nggak ya, Mbak? Trauma dengan pernikahan?		197 5
Iter	Oh waktu itu pernah, Mbak. Kalau trauma dengan pernikahan	Pengalaman tersebut meninggalkan	

	pernah saya ada trauma sekarang statement ngomong (Regulasi Emosi: 0 sama orang tua Pengendalian kayaknya biar dak Emosi)	198 0
	mau nikah lagi lah Mak, soalnya laki-laki cak yang baik toto jahat. Laki-laki kadang-banyakan pinter main sandiwaranya,	198 5 199 0
	pertama caknyo baik tapi pas sudah nikah itu ketahuan sifat aslinya. Terus diomongi Mama dak boleh ngomong cak itu, sapo tau nanti bakal datang jodoh, konak nikah yang lebih baik meman bener-bener. Waktunya kan yang sekarang saya dah nikah, Mbak yo	
Itee	Oh, sudah nikah Mbaknya sekarang?	
Iter	He-eh. Yang suami saya yang baru ini waktu ngelamar itu kan saya agak ragu juga, nggak mau, saya agak ragu-ragu, takut nggak baik. Ternyata Alhamdulillah, Mbak. Tetap yang prinsip	199 5 200 0

saya tadi yang saya	200
yakini Allah pasti	5
bakal ngasih yang	
terbaik di balik	201
cobaan ini	0
Alhamdulillah saya	
sekarang dapat suami,	
pertamanya kan suami	201
saya tuh kan lebih tua	5
16 tahun, Mbak ya.	
Iya saya nggak mau,	
saya nolak betul. Tapi	202
itu ada masanya	0
waktu pas dia ngajak	
ngomong, pas ngajak	
makan itu pas dia	
ngelihat mata saya,	
tiba-tiba hati saya	
ngomong orang ini	
kayaknya tulus. Jadi	
entah ngapo dia	
ngelamar saya suruh	
ngomong ke orang	
tua, diterima orang	
tua, dan	
Alhamdulillah dia	
pekerja pertambangan	
batu bara, tanggung	
jawab, sayang sama	
orang tua saya dan	
keluarga saya. Saya	
bener-bener diemong,	
diayomi Mbak.	
Ibaratnya saya dulu	
kalau nangis tuh	
Mbak ya, dibentak	

	suami saya manjoran. Saya kan tadinya ragu ya mau nangis, sama dia malah dimakluminya manjanya saya	
Itee	Ngertiin mbak nya?	
Iter	Iya, dimanjanya saya nggak dianggap lebay. Terus respek, tanggung jawab, semua pekerjaan kalau saya capek dikerjainnya. Itu tadi Mbak buah hasil kesabaran saya	202 5
Itee	Kalau untuk masa dari Mbak bercerai sampai ketemu suami yang sekarang berapa tahun?	203 0
Iter	Dengan suami baru ini jalan rumah tangga 9 bulan. Oh perjalanan rumah tangga 9 bulan, he-eh. 2025 kalau dak salah nikah dengan suami, iya bulan September	203 5
Itee	Masa Mbak single itu berapa berapa bulan apa berapa tahun?	204 0
Iter	Udah berapa tahun ya lupa saya, Mbak. Cerainya kan 2024	

	kan, ya itu kan itu sudah positif ngurus surat cerai Mbak karena agak lama juga ngurusnya. Berapa bulan itu mengurusnya?	204 5 205 0
	Sekitaran 1 bulanan kalau ndak salah tuh. Yang sudah nggak dinafkahi itu kan sudah 1 tahun toh 2023 ke 2024. Nikah dengan suami... itu saya sebenarnya dibuat diomongan juga Mbak sama yang tetangganya dia. Kan dari pihak sana nggak ngomong kalau dia sudah diceraikan, dia yang ngurus cerai jadi seolah-olah saya yang jahat, saya modelan dikira orang kegatelan, masih nikah kok sudah nikah lagi katanya	205 5
Itee	Yang posisi Mbak dikatain suami belum cerai gitu?	206 0
Iter	pas 2025, 2026 sekarang masih ada terdengar omongannya	

Itee	Berarti sekitar 2 tahunan ya Mbak masa cerainya itu, masa single-nya?	206 5
Iter	kan dari 2023 kan yang belum status itu kan belum ngurus surat cerainya. Terus 2024 ke 2025 kan setahunan itu	
Itee	berarti ibaratnya 2024 ke 2025 satu tahun ya mbak single nya?	207 0
Iter	Iya satu tahun	
Itee	Terus untuk sekarang masih ada kah nggak yang Mbak ingin perbaiki dari diri Mbak yang dalam mengelola emosi?	207 5
Iter	Itu tadi cara ngendalkan biar nggak marah. Soalnya kalau nggak marah itu tuh kadang kita tuh nggak mau marah ya tapi toto marah mukul barang sekitar itu nah. Mukul barang sekitar, kalau udah kelewat emosi kan kayak nutup meja apa banting pintu kan. Mau dikontrol susah itu, tapi sudahnya nyesel	Yang ingin diperbaiki pada diri dalam mengelola emosi (Regulasi Emosi: Pengendalian Emosi) 208 0 208 5

Itee	Penyesalan, berarti untuk marah itu ya Mbak masih ingin Mbak perbaiki lagi ke depannya?	209 0
Iter	iya	
Itee	Mungkin untuk pertemuan pertama ini cukup segini dulu ya Mbak, nanti kita lanjut ke pertemuan ada pertemuan selanjutnya dua dan tiga. Nanti saya kabari lagi kalau untuk pertemuan dua dan tiga	209 5
Iter	Dua tiga ini pertanyaan apa?	
Itee	Pertanyaannya ini nanti saya pilih pertanyaan ini untuk lebih didalami lagi masih ada yang perlu ditanya nggak. Jadi masih berulang-ulang lagi tapi saya pilih lagi	210 0 210 5
Iter	Oh ya	
Itee	Ya saya ngucapin terima kasih banyak ya Mbak udah mau cerita dari pengalamannya	
Iter	He-eh sama-sama	211 0

Itee	Ya saya minta maaf kalau ada salah-salah kata saat wawancara atau kurang nyampe ke Mbaknya	
Iter	Iya	
Itee	Boleh peluk dulu, Mbak? Aah... makasih ya Mbak	211 5
Iter	Iya..	



Verbatim Wawancara Subjek (IDS)

Nama/Inisial : (IDS)

Tempat Tanggal Lahir : OKU Timur, 14 Febuari 2000

Usia : 26 Tahun

Jenis Kelamin : Perempuan

Agama : Islam

Pendidikan Terakhir : SMA

Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga

Tahun Menikah : 2019 (Usia 18 Tahun)

Tahun Bercerai (Cerai Negara) : 2020 (Cerai Agama Usia 19 Tahun) 2021

Lama Pernikahan : 1 Tahun 1 Bulan

Masa single (Cerai Negara) : 1 Tahun (Menikah lagi Tahun 2021 Usia 20 Tahun)

Alamat : Kec. Belitang, Kab. OKU Timur

Tanggal Wawancara : Senin, 18 Mei 2026

Waktu Wawancara : 15.40-17-45 WIB

Pewawancara/ Narasumber	Percakapan	Coding	Line
Iter	sebelumnya izin perkenalan diri dulu ya, Mbak. Aku Nur Aini dari kampus UIN Raden Intan		5

	Lampung. Jadi aku ke sini itu untuk keperluan skripsiku tentang kasus KDRT. Jadi orang yang udah pernah menikah terus cerai akibat KDRT. Jadi pertama mungkin aku nanya dulu ya, Mbak. Nama Mbaknya siapa, Mbak?	10
Itee	Nama saya (I D S)	
Iter	Tempat tanggal lahirnya?	
Itee	Tempat tanggal lahirnya Oku Timur, 14 Februari tahun 2000	15
Iter	Tahun 2000. Usianya berapa, Mbak?	
Itee	Usia sekarang Usia subjek sekitar 26-an.	
Iter	Pendidikan terakhir Mbaknya?	
Itee	SMA	20
Iter	SMA. Kalau untuk pekerjaan sekarang, Mbak?	
Itee	Kalau untuk Pekerjaan subjek pekerjaan sekarang ini sehari-hari saya masih ibu rumah	25

	tangga, karena saya sudah menikah lagi	
Iter	Ibu rumah tangga. Tahun berapa, Mbak, menikah dengan yang baru ini?	
Itee	Tahun menikah dengan yang baru ini sekitar tahun 2021	30
Iter	2021. He-eh. Kalau tahun menikah dengan yang mantan suami?	
Itee	Kalau menikah dengan mantan suami itu tahun 2019	Tahun menikah dengan 35 subjek mantan suami
Iter	2019. He-eh. Untuk tahun bercerainya, Mbak?	
Itee	Tahun 2020 [Di buktikan dengan adanya akta cerai subjek dari PA Martapura OKU Timur. Akta cerai berisi: penggugat mendapatkan kekerasan fisik dan sering mendapatkan kekerasan verbal,	Tahun bercerai subjek

	berupa makian kata-kata kasar. Penggugat mendapatkan penelantaran nafkah lahir dan batin].	
Iter	Untuk alamat Mbaknya di mana, Mbak?	40
Itee	Kalau alamat saya... Alamat subjek sekarang saya... alamat G***, Dek. G****, Belitang, Kabupaten Oku Timur.	
Iter	Belitang... Kalau untuk pernikahan yang pertama itu udah punya anak belum, Mbak, dengan mantan suami?	45
Itee	Udah ada satu	
Iter	Satu ya, anak? Satu anak. Usia berapa, Mbak, itu, Mbak?	50
Itee	Usia anak sekarang, he-eh, usia sekarang itu umurnya sudah hampir 6 tahun	Anak subjek dari mantan suami
Iter	6 tahun	
Itee	Kurang lebih, ya	55
Iter	Kalau untuk aktivitas Mbaknya	

	sama kesibukan sehari-hari apa, Mbak?	
Itee	Kalau kesibukan hari-hari itu kadang ngurus anak, itu aja di rumah. Paling sibuk nganterin anak sekolah sekarang	Aktivitas subjek 60
Itee	Terus kalau lama usia pernikahan Mbaknya dahulu, berapa tahun?	
Itee	Kira-kira enggak terlalu lama sih. Saya menikah dengan dia itu tahun 2019 dan saya bercerai itu tahun 2020	Lama usia pernikahan subjek 65
Itee	Bulan berapa itu, Mbak?	
Itee	sekitar bulan Oktober.	70
Itee	Oktober. Berarti kurang... setahun kurang ya? Atau setahun pas?	
Itee	Saya menikah itu bulan September tahun 2019, dan saya bercerai itu sekitar tahun 2020 bulan 10	75

	[Di buktikan dengan adanya akta cerai subjek dari PA Martapura OKU Timur. Akta cerai berisi: penggugat mendapatkan kekerasan fisik dan sering mendapatkan kekerasan verbal, berupa makian kata-kata kasar. Penggugat mendapatkan penelantaran nafkah lahir dan batin].		
Iter	10.	Setahun... setahun sebulan ya?	
Itee		Setahun sebulan, iya	
Iter		Terus kalau untuk pertama bertemu dengan mantan suami itu gimana, Mbak? Awal pernikahan Mbaknya itu, saat ketemu?	80
Itee		Kalau pertemuan pertama itu manis. Manis, Dek. He-eh. Enggak ada... enggak kelihatan	Awal pertemuan subjek dengan mantan suami 85

	enggak yang apa dia tuh sifatnya tuh kayak... yang orang gimana temperamental tuh enggak kelihatan.	
Iteer	Belum kelihatan?	90
Itee	Belum, he-eh. Lama-lama ya baru kelihatan temperamental, suka mukul, enggak nafkahin. Ya banyak lagi yang kami rasakan, Dek.	95
Iteer	Hmm itu awalnya itu teman atau apa, Mbak?	
Itee	Awalnya itu tuh sebenarnya tuh pertama kali tuh ya enggak kenal, bukan teman, bukan. Iya. He-eh, tapi saling kenal melalui Facebook. Facebook.	Perkenalan subjek melalui Facebook 100
Iteer	Dari Facebook kenalnya?	
Itee	He-eh, dari Facebook terus ngelanjut ke WA, terus ini... chat- chatan, ya akhirnya	105

	ngerasa nyaman, ya jadian. Jadian	
Iteer	Jadi jadian sampai nikah itu berapa... itu waktunya? Berapa bulan?	110
Itee	Kami pacaran itu tahun 2018, bulan Desember. Desember tanggal 25 kalau enggak salah, 2018. Kami nikah itu tahun 2019 bulan September. Udah lumayan lama sih kalau pacaran.	Lama pacaran subjek dengan mantan suami 115
Iteer	Kalau hubungan Mbak dengan suami selama pernikahan gimana, Mbak? Dari awal nikah, terus pertengahan, sampai akhir itu ada perubahannya gimana dari awal sampai akhir?	120
Itee	Kalau pertama-tama nikah itu ya sifatnya tuh bagus, bagus, Dek. Bagus pokoknya bagus. Belum kelihatan lah anunya. Nah, dimulai pertengahan pernikahan kami,	Hubungan selama pernikahan dengan mantan suami 125

	kami ya diuji dengan satu, ekonomi. He-eh. Kedua, dengan mertua dan ipar	
Iter	Keluarganya ikut campur?	
Itee	He-eh, sampai akhirnya kami pergi ngontrak. Enggak lagi tinggal sama orang tuanya. Soalnya ya gimana ya, kalau di rumah itu selalu urusan itu di... ikut campurin... dicampuri rumah tanganya sampai akhirnya kami keluar dari rumah itu dan terjadilah kami ngontrak. Kami ngontrak di daerah BK *, tepatnya di Desa K****, p**** R***. Lamo juga ngontrak itu, Dek, sekitaran hampir nak 1 tahun kami tuh ngontrak di sana. Nah, di di kontrakan itulah terjadi sampai kami pisah	Adanya ikut campur keluarga dari pihak mantan suami 130 135 140

	[Di buktikan dengan adanya akta cerai subjek dari PA Martapura OKU Timur. Akta cerai berisi: penggugat mendapatkan kekerasan fisik dan sering mendapatkan kekerasan verbal, berupa makian kata-kata kasar. Penggugat mendapatkan penelantaran nafkah lahir dan batin].			
Iter	Baru kelihatan sifatnya?			
Itee	He-eh, baru Sifat mantan suami 145 kelihatan sifatnya. perlahan berubah Soalnya yang lanang itu sudah berkali-kali. 150 Pertamo dia nampar, dia mukul. Sudah dia mukul itu dilanjut lagi, ndak lamo itu mukul, mukul lagi untuk kedua kalinya			
Iter	Mukul badan Mbaknya?			

Itee	Mukul badan, he-eh. Sudah, lah sudah dimukul badan, ketigo kalinya mungkin itu puncaknya sampai kami cerai tahun 2020 itu bulan Oktober sampai kami bercerai itu gara-gara ndak bisa lagi dimaafkan. Sudah parah. Cak mana kalau rasanya, Dek, ya kalau kita lah ndak dinafkahi, satu. Keduanya kita lah ndak ditanggungnya. Iya, udah gitu. Dah ditangan-tanganinya pula, lah dipukulnya. Pas balik awal mula cerita yang sangkan kami sampai bercerai itu, Ayuk nih dari tempat rumah wong tua dulu. Iya. Ayuk nih ndak katik duit, dia ndak ngenjuk duit. Mungkin kamu ndak percaya, Ayuk nih ngomong kalau nafkah Ayuk ini	Terjadinya kekerasan fisik pada subjek	155 160 165 170
-------------	---	---	---

sebulan cuman
dienjuknya
Rp50.000

[Di buktikan
dengan adanya
akta cerai subjek
dari PA
Martapura OKU
Timur. Akta cerai
berisi: penggugat
mendapatkan
kekerasan fisik
dan sering
mendapatkan
kekerasan verbal,
berupa makian
kata-kata kasar.
Penggugat
mendapatkan
penelantaran
nafkah lahir dan
batin].

Iter	Rp50.000 sebulan?	175
Itee	Rp50.000 per bulan. Nafkah uang yang Itu pun kadangan diberikan oleh lah diambilnya ndak mantan suami tahu untuk apa, subjek sampai Ayuk nih ndak megang duit sama sekali. Ayuk idak kerja apa-apa. Iya. Ndak dibolehnya begawe, tapi Ayuk ndak dinafkahnya. Jadi Ayuk nih ngerasa	180

serba salah, nak cak
mana. Nah, di saat
hari nak kejadian 200
perceraian itu, Ayuk
minap lah di tempat
wong tua. Besok 205
paginya, Ayuk nih
bingung, dia tuh kan
nak ngopi. Iya. 210
Setiap balik dari
begawe tuh ke
kontrakan tuh nak
ngopi, Dek. Ayuk 215
nih ndak katik duit.
Adolah adik sepupu
dari dusun datang 220
nanyo, "Ngapo,
Yuk, kok kau
melamun?" "Idak,
ndak papa. Ayuk
nih cuman mikirkan
nak mbeli kopi
samo gulo ndak
katik duit, kakak
kau nak balik dari
begawe." Iya. "Oh,
ya Allah, Yuk, ini
nah aku ada duit
Rp20.000 untuk
Ayuk mbeli gulo
samo kopi," jarnya.
"Ndak usahlah,
Dek, untuk kau
bae." "Idak, Yuk,
mbeklah." Nah
akhirnya Ayuk

ambeklah duit
Rp20.000 itu, Dek.
Ayuk belikan gulo
samo kopi. Nah
sudah, dia ni
nunggulahlah di
dekat daerah Putra
Sulung mobil nak
ke Jawa itu, sek- di
Puncak 1. Nunggu
di situ. Ayuk ini
bawalah dengan
gulo samo kopi tadi,
balik Ayuk ini.
Balik, dijem- sudah
dijemputnya,
baliklah sampai
kontrakan. Nah,
sampai kontrakan
itu Ayuk nih
ngambek panci,
ngambek panci...
ngambek panci itu
Ayuk, sudah
ngambek panci
Ayuk ngambek air,
Ayuk rebuskan di
atas kompor. Nah,
entah dia tuh main,
apa mak mana, apa
bercanda,
meganglah leher
Ayuk. Iya.
Dirangkulnya Ayuk
nih, dirangkul, tapi
yang tangannya itu

	posisinya tuh megang leher di bawah kuping Ayuk ini nah [Di buktikan dengan adanya akta cerai subjek dari PA Martapura OKU Timur. Akta cerai berisi: penggugat mendapatkan kekerasan fisik dan sering mendapatkan kekerasan verbal, berupa makian kata-kata kasar. Penggugat mendapatkan penelantaran nafkah lahir dan batin].	
Iter	keras megangnya?	
Itee	Keras. Sedangkan di bawah kuping Ayuk ini kemarin itu lagi bengkak, baru sudah berobat dari puskes	225
Iter	Dia tahu kalau sakit?	
Itee	Dia tahu, dia tahu. Bahkan aku minta antarkan dia tuh, Dek... Dia dak	Mantan suami tidak mau mengantarkan subjek berobat 230

	galak. Hayu tuh berobat dewek, berjalan dewek berobat.	
Iter	Dia balek kerja itu?	
Itee	Iya, kejadiannya tuh kan di kontrakan. Dirangkulnya Ayu tuh. Dia tuh megang lah yang dua kuping Ayu tadi. Ayu nih ngomong, "Sudah Aa', sakit Aa'. Jangan dipegang," kata Ayu nih. Idak, dia tuh tambah keras, Dek. Makin keras megang. Entah dia tuh kesel apo makmano, Dek. "Sudah Aa', sakit Aa'. Cak itu Ayu. Lah berkali-kali Ayu tuh ngomong, "Jangan pegang, jangan pegang." Laju Ayu nih nyaut dengan nada agak tinggi. Aku kemarin dari berobat, kau kan tahu aku minta antarkan kau, kau dak galak. Ngapo kau pegang kau tambah keras? Kan sakit," ujar Ayu nih	Puncak kejadian kekerasan dari 235 mantan suami yang memutuskan subjek untuk bercerai 240 245 250 255 260 265

kan. Langsung dilepaskannya, Dek, tibo-tibo dia ke kamar, ngambek Aqua berisi 1, 1,5 liter itu Aqua berisi penuh air. Dilemparkeny ke Ayu, kenolah betis. Tibo-tibo masuk. Dari yang memegang itu tadi, lepas dari rangkulan Ayu yang tadi ngomong itu, masuk ke kamar. Dari kamar itu dia langsung ngambek air, dilemparnya ke kaki Ayu, kenolah betis. Betis Ayu nih sampai memar biru.

[Di buktikan dengan adanya akta cerai subjek dari PA Martapura OKU Timur. Akta cerai berisi: penggugat mendapatkan kekerasan fisik dan sering mendapatkan kekerasan verbal, berupa makian kata-kata kasar. Penggugat

	mendapatkan penelantaran nafkah lahir dan batin].		
Iter	Tiba-tiba itu ngelempar?		
Itee	Tibo-tibo, Dek. Ayu ngomong, "Kau nih ngapo, Aa'? Apo salah aku kok kau kau lempar?" Dia bangun. Dia bangun itu langsung dorongkan Ayu ini ke dinding.	Subjek dilempar suami	tiba-tiba mantan 270
Iter	Itu posisinya gulingan atau bagaimana sama mantan suami?		275
Itee	Masih duduk. Subjek Duduk sudah yang ngelempar itu kan duduk-duduk, kan. Ayu tuh ngomong, "Ngapo Aa' kau tuh kok tibo-tibo mak itu?" ujar Ayu tuh tuh kan. Nah. Langsung tibo-tibo dia nih tegak, Dek. Dia tegak, langsung ngambek Ayu nih, baju Ayu ditariknyo. Yo, baju Ayu ditariknyo, dak lamo itu... dak	Subjek dicekek oleh mantan suami	280 285 290

	dilepaskannyo yang tarikan nih, dicekeknyo, Dek. Dicekeknyo nih didorongkenyo ke belakang, ke dinding, yo. Kenolah dinding. Yang kepala Ayu nih dibenturkenyo ke dinding	
Iter	Berapa kali itu benturannya?	
Itee	Pertama tuh sekali Berapa pukulan dulu, Dek. Sekali. mantan suami 295 Sudah itu, sudah di kepada subjek dinding itu, digocohnyo, Dek, 300 mulut Ayu ini. Nah, langsung digocohnyo dengan 305 tangan kanannyo tuh. Tangan kiri nyecek Ayu, yo, tangan kanan gocoh. Ayu posisi makai behel, Dek. Jadi yang mungkin behel itu tadi, Dek, keno bibir, kan, Jadi langsung pecah. Saat itulah langsung pecah. Dari yang bibir atas ini sampai bibir bawah ini pecah, tegores	

dapur. Di dapur itu sedekatan dengan kamar, Dek. Kamar itu disekat itu loh, Dek, bukan pakai tembok asli, pakai triplek dibuat kamar-kamaran itu loh, tempat kontrakan itu. Jadi kan dak ado pintu kan. Jadi antara yang kamar sama dapur itu langsung keluar bae cak itu nah, Dek, langsung ke dapur mak itu nah, kan. Jadi yang Ayu ini, dari yang didorongan yang digocohnya tadi, Ayu anukan tangan dia, Ayu singkirkan, Ayu lepaskan. Ayu ke kamar, Ayu nak ngambek HP. Ayu nih, iyo.

[Di buktikan dengan adanya akta cerai subjek dari PA Martapura OKU Timur. Akta cerai berisi: penggugat mendapatkan kekerasan fisik

	dan sering mendapatkan kekerasan verbal, berupa makian kata-kata kasar. Penggugat mendapatkan penelantaran nafkah lahir dan batin].	
Iter	Mau nelpon ngabarin keluarga?	
Itee	Iyo. Katoku, "Aku Subjek sempat mau dak sanggup lagi menelepon keluarga dengan kau," kata untuk meminta 335 Ayu cak itu kan. tolong "Ngapo kau cak ini?" ujar Ayu cak itu kan. Nah luka galo bedarah, yang Ayu nih lah nangis. Nangis Ayu nih sudah se... se... Jadi kata Ayu nih, "Sudah aku nak nelpon Ibu, aku minta jemput bae	
Itee	Sudah sempat nelpon belum?	
Iter	Nah, sampai kamar, 340 Dek, HP Ayu nih diambeknyo, belum sempatlah Ayu 345 nelpon Ibu nih tadi, HP Ayu dibantingnyo ke	

	kasur, di kasur Ayu nih didudukkannya, Dek, di kasur itu. Ayu ditamparnya, dicakarnya			
Itee	Ya Allah, berapa kali tamparannya?			
Iter	Itu sekali tamparan. Sudahnya langsung dicakarnya, Dek. Dicakarnya, Ayu nih ngomong, "Ya Allah, ngapo Aa'? Aa' istigfar kau tuh, Aa'. Ngapo kau cak ini?" ujar Ayu tuh kan. "Istigfar." Sudah yang dia tuh, Dek, langsung nepuk paha Ayu. ujinya sambil dipukulnya. Katonyo cak itu, "Ah, laporkenlah kau nak kau laporkan," uji cak itu. "Kau kelaporkan di polisi," uji Ayu nih cak itu, kan. "Iyo, laporkanlah," ujinya, "kau nak lapor. Aku idak takut idak dengan polisi," uji dia tuh cak itu, Dek. "Yo	Mantan suami mengancam tidak takut untuk dilaporkan ke polisi	350 355 360 365	

sudah kalau kau dak
memang dak takut
dengan polisi,"
kataku. "Sinikan HP
nak kutelpon." Nah,
Ayu nak keluar itu,
Dek,

[Di buktikan
dengan adanya
akta cerai subjek
dari PA
Martapura OKU
Timur. Akta cerai
berisi: penggugat
mendapatkan
kekerasan fisik
dan sering
mendapatkan
kekerasan verbal,
berupa makian
kata-kata kasar.
Penggugat
mendapatkan
penelantaran
nafkah lahir dan
batin].

Itee	Sudah berhasil keluar belum itu yuk?	370
Iter	belum lah Ayu sempat nak ke arah dekat kompor, dekat anu, pintu luar itu, kan itu ada pintu belakang, Dek, yang menuju ke	Mantan suami melanjutkan kembali kekerasan fisik ketika subjek berusaha kabur 375 380

arah tempat nyuci
piring, tempat
jemuran baju. Nah,
jadi Ayu ini mau
keluar itu, rambut
Ayu ini ditariknyo,
ditariknyo langsung
dorongkenyo lagi
ke dinding, Dek.
Kepala Ayu
dibenturkenyo lagi,
Ayu digocohnyo
lagi.

[Di buktikan
dengan adanya
akta cerai subjek
dari PA
Martapura OKU
Timur. Akta cerai
berisi: penggugat
mendapatkan
kekerasan fisik
dan sering
mendapatkan
kekerasan verbal,
berupa makian
kata-kata kasar.
Penggugat
mendapatkan
penelantaran
nafkah lahir dan
batin].

Itee	Apa yang digocoh itu?			
Iter	Mulut sampai	Ayu lagi, darah	Subjek sudah merasa lemas akibat	385

sampai terbuka darah yang keluar
 nian, Dek, yang dari mulut akibat
 mulut Ayu ini. pukulan 390
 Digocohnyo lagi,
 tamparnya lagi, jadi
 Ayu tuh dak bisa
 ngapo-ngapo saat
 itu. Ayu lah pusing,
 kan. Posisi darah lah
 keluar, kan, lah
 banyak yang keluar
 dari mulut. Posisi
 siang hari, Dek, itu,
 Dek

**[Di buktikan
 dengan adanya
 akta cerai subjek
 dari PA
 Martapura OKU
 Timur. Akta cerai
 berisi: penggugat
 mendapatkan
 kekerasan fisik
 dan sering
 mendapatkan
 kekerasan verbal,
 berupa makian
 kata-kata kasar.
 Penggugat
 mendapatkan
 penelantaran
 nafkah lahir dan
 batin].**

Itee Jam berapa itu yuk
 posisinya?

Iteer	Itu sekitaran kejadiannya dia balek begawi tuh jam 10. Mungkin kejadian itu sekitar jam 11	395
Itee	Terus gimana cara ayu keluar itu?	
Iteer	Nah, di pintu kamar mandi nih, Dek, ada kayak penghalang kayu. Iya, supaya biar kodok, yang ngapo tadi, idak masuk, heeh. Kan pintu besaknya dibuka, ada penghalang... papan cak itu nah, Dek. Tibo-tibo Ayu nak keluar ini tadi, didorongnyo, Dek, nghantam yang kayu separo itu tadi. Ayu temaju, ada meja, meja segi empat. Pas nian yang sudut meja yang siku-sikunya tadi keno perut Ayu yang tempat Ayu operasi.	400 405
	[Di buktikan dengan adanya akta cerai subjek dari PA	

Martapura OKU Timur. Akta cerai berisi: penggugat mendapatkan kekerasan fisik dan sering mendapatkan kekerasan verbal, berupa makian kata-kata kasar. Penggugat mendapatkan penelantaran nafkah lahir dan batin].

Itee	Itu Operasi anak dari mantan kan, terus robek gak jahitannya?	410
Iter	Sebenarnya enggak robek, Dek. Dia tuh bekas operasi perut subjek sempat dak robek tapi sakit, terkena benturan	415
	Dek. Soalnya tuh kan kejadian itu tuh	420
	kan bulan Oktober, Ayu lahiran bulan Juni, kan. Jadi ibarat	425
	itu tuh rasa itu, Dek, masih pedih. Luka tadi kan belum kering, Dek, nah. Kenolah siku-siku meja tadi, laju Ayu terjatuh. Pas Ayu jatuh itu, yang di kaki meja tadi ada	430

perut Ayu sebelah kiri. Ayu terjatuh, ada paku karatan. Untung idak nusuk di mato, Dek. Ayu saat itu langsung Ayu nangis, Ayu rasanya nak pingsan tapi Ayu tahan. Dak lamo tuh datang Ibu kontrakan. Nah, posisi rumah kontrakan Ayu dulu, Dek, tiga pintu. Nah, satu pintunya itu Ibu kontrakannya, punya Ayu tuh di tengah, yang sikoknya tuh kosong

[Di buktikan dengan adanya akta cerai subjek dari PA Martapura OKU Timur. Akta cerai berisi: penggugat mendapatkan kekerasan fisik dan sering mendapatkan kekerasan verbal, berupa makian kata-kata kasar. Penggugat

**mendapatkan
penelantaran
nafkah lahir dan
batin].**

Itee	Oh, berarti dua... tetangga... satu tetangga dengan Ayu	460
Iter	Iyo, sikok rumah Subjek berhasil cak itu nah, Dek, keluar dari rumah tapi kan rumah itu dan mendapat lah dibagi, kan. Lah pertolongan dibagi jadi kontrakan. Yang Ibu kontrakan nunggu nomor pertama, yang Ayu nih di tengah, yang ketiganya kosong. jadi yang kata Ibu kontrakan ini yang nolong Ayu saat itu, nama mantan suami Ayu tuh A namanya, heeh. Nah, dia tuh ngomong, katanya, yang kata Ibu kontrakan itu, A, kau nih sekali nak mukul, nak mukul terus," ujinyo. "Inget A, ini istri kau, bukan musuh kau. Idak sewajarnya kau	465 470 475 480

	mukul bini kau cak ini, A. Inget A***, yang uji yang Ibu kontrakan ini, yo, Dek. Ayu nih cuman lah bisa nangis bae, dak bisa kata-kata lagi. Ayu nih...		
Itee	Udah hancur badannya ayu?		
Iter	Udah hancur rasanya, Dek. Dak nyangka bahwa dia tuh tega nglakukan itu sama Ayu tuh tadi, kan. Ayu ini sambil menahan yang lukanya, Dek, sambil Ayu tempelkan baju Ayu, ya, Ayu tempelkan di mulut supaya yang darahnya tuh dak keluar lagi, kan. Nah, Ayu tahan, Ayu tahan. Yo, namanya siang hari, Dek, kita dak bisa nahan, apalagi itu tuh kan lah keluar dari bibir, kan. Sampai dikasih tisu, tisu itu sampai basah, Dek, oleh	Subjek masih sempat merasa tidak percaya dengan kejadian tersebut	485 490 495 500 505

darah, sampai
 berganti, sampai
 Ayu tuh lah dak
 tahu lagi bentukan
 yang saat itu tuh
 kan. Dak lamo itu
 yang Ibu kontrakan
 itu anu... apo uji
 Ayu tuh nelpon,
 nelpon Ibu Ayu. Ibu
 Ayu nyuruh jemput,
 akhirnya wong tua
 Ayu datang sano,
 jemput Ayu dalam
 keadaan Ayu sudah
 lupu, Ayu sudah,
 ada cakaran, kaki
 Ayu sudah memar,
 mulut Ayu sudah
 berdarah. Wong tua
 mano dak sok
 peningok anaknya
 cak itu kan

Itee

Marah dak orang
 tua Ayu tu waktu itu
 ngeliat keadaan
 Ayu?

Iter

wong tua Ayu saat Perasaan orang tua 405
 itu tu dak bisa subjek
 banyak berkata-kata
 dek, cuman diong
 ngeraso syok, 410
 bengong, kok
 sampai hati, cak itu
 nah, mantu yang
 disayanginyo

	sampai nganokan anaknya kok sekejam itu, kan? Padahal tu bukan musuh, itu bini kito, rewang kito hidup (Bukti di lihat signifikan other: ibu subjek dan bibi subjek)	
Itee	Gak ada sebab itu kan tadi kejadiannya?	415
Iter	Itu cuman sebab karena ini loh dek, kopi itu tadi kan buat, kan, yo ceritanya. Buat kopi itu lagi manaskan air, dia tu ngerangkul, entah bercando atau mak mano dek, tapi yang rangkulan dia tadi kasar.	Tanpa sebab apapun mantan suami melakukan kekerasan tersebut 420
Itee	Itu gara-gara lamo bikinnya apa bagaimana?	
Iter	Idak dek, saat Ayu tuh pulang dari yang nganu tu, dari yang rumah wong tua tu, datang sampai rumah kontrakan itu dek, langsung duluhan Ayu tu	425 430 435

	membuatkan dio kopi, iyo, dia duduk di kamar. Nah, idak lamo namanya buat kopi itu kan dek, iyo sebentar, ngerebus air. Dia tu mungkin apo nak bercando apo mak mano, ngerangkul, ngerangkul Ayu...	
Itee	Itu yang datang cuman ayah apa ibu?	
Iter	Ibu Ayu, ibu yang ngomong gini, "Tega kau, J*, sama anak ibu," jingok cak itu kan, "anak aku, J. Kau pukul dia, kaulah dak nafkahinya, kau pukul kau tangani pula," ujinyo cak itu, dek. Terus sudah, ibu Ayu cuman ngomong mak itu bae, kami pergi, Ayu idak meninggalkan kata apo-apo, cuman Ayu natap dia tu, Ayu nangis. Ayu dak nyangko ngapo laki-laki yang Ayu cintai dari dulu, Ayu	Ibu subjek melontarkan rasa kekecewaan kepada mantan suami subjek 440 445 450 455

sayangis penuh hati,
kok sekejam ini,
sekeji ini dengan
Ayu tiba-tiba diong
melakukan itu.
Padahal Ayu lah
rela dek, ya, Ayu
dak dinafkahi...

**(Bukti di lihat
signifikan other:
ibu subjek dan bibi
subjek)**

Itee	Itu dari awal nikah dak dinafkahi? Tapi tadi kan ada dak nafkah Rp50.000 kan?	
Iter	Nafkah Rp50.000 itu dalam jangka sebulan, dek. Kalau kita ibu rumah tangga itu, cukup di mano Rp50.000?	460
Itee	Rp50.000 cukup dak cukup tetap Rp50.000?	
Iter	Rp50.000 itu cak mano caranya Ayu ini tadi memikirkan untuk Rp50.000 itu untuk bulan depan	465
Itee	Ayu pernah kayak, nuntut nggak? Terus dia marah?	

Iter	Ayu itu dak pernah nuntut dek, soal tentang nafkah itu. Soalnya ngapo, Ayu ini kuterimo apa adanya cak dia tadi kan. Walaupun Ayu tahu gaji dia sekian-sekian. Padahal dek, yang bayar kontrakan itu, wong tua Ayu. Dari makan minum ditanggo, ditanggung wong tua Ayu galo. Dia tu keperinya dek, cuman makan bae, tiduk bae, tapi masih mukul Ayu. Kurang apo lagi yang lemaknyo	Subjek tidak pernah menuntut dari mantan suami	470 475 480
Itee	Suami Ayu kerja apa dulu, mantan itu?		
Iter	Satpol PP	Pekerjaan mantan suami	
Itee	Satpol PP? He'em, di mana itu tugasnya?		485
Iter	Di kediaman DPR. Yo Ayu tahu gajinya berapa, tapi Ayu dak nuntut dek, to apo katanya alasannya gajinya		490 495

	dipotong untuk ini untuk itu. Yo, Ayu terima, Ayu percaya, kan? Allah tadi idak tidur. Iyo, Allah tadi Maha Tahu. Ya, pasti di balik ini ada hikmahnya galo, ya itu kan. Walaupun Ayu dak diinjoknyo duit, ada rezeki lain dari uang... wong tua. Ayu makan ditanggung wong tua. Kadangan sedih dek, ya, kita tu ditanggung wong tua tu makan. Aturan kita yang berumah tangga ngejuh wong tua, ngapo wong tua yang masih nafkahi kita. Sedangkan wong tua dia tadi berkecukupan dek,	500
Itee	Ndak peduli sama sekali dengan Ayu?	505
Iter	Dak peduli. Bahkan dek, dia setiap balik dari rumah wong tuanya, pasti ngajak ribut. Ngajak ribut itu kagek dek, ada Mantan suami subjek tidak pernah peduli terhadap subjek	510

	salah paham sedikit, pasti nampar	
Itee	Langsung nampar?	
Iter	Nampar, iyo. Anu Mantan suami suka dikit. Kadangan tiba-tiba menampar 515 bingung dek, apo ketika sedang yang buat dia tu berbeda pendapat sampai mak itu tu dengan subjek 520 apo kadangan. Apo yang lah diomongkan 525 keluargonyo sampai dia ni kok balik itu ngajak ribut, sudah 530 ribut itu pasti dio mukul, nampar sedikit bae jadilah 535 keperinya dek. Mukul itu. Ayu ni kadangn cuman bertanya, ya Allah, kadangn, ngapo hidup ini cak ini nian, dak adil rasonyo untuk Ayu dek, ya. Aku, Ayu ni pengen juga yang hidup bahagia, nyingok wong nah rumah tangga adem, ayam cak itu, pengen rasanya. Ayu dak nuntut, idak, dia nak ngejok nafkah sekian- sekian, idak.	

	Bahkan untuk anaknya pun dak ditanggungnyo dek, bayangkan bae susu dari dia kecil sampai lah terbesar anak Ayu, wong tua Ayu galo nanggungnya.
Itee	Orang tua dari Ayu ya yang ngasih semuanya?
Iter	Iya, bukan dari Orang tua subjek wong tua dia. Wong yang memberikan 540 tua dia dek, selama kebutuhan makan 545 anak Ayu lahir, kepada subjek cuman sekali 545 membelikan susu, yang susu SGM 550 paling kecil itu pulo yang 150 gram. Sampailah besak ini, wong tua Ayu galo dek, iyo, menghidupinya, yang nganu lah, alhamdulillah wong tua Ayu dikasih rezeki sama Yang Kuasa, diinjok kesehatan, panjang umur, makanya pacak menghidupi kami dek, ya
Itee	Kalau untuk komunikasi dengan

	mantan itu, gimana Mbak? Sering ngobrol atau lebih banyak diamnya? Terus kalau dari ngobrol itu, banyak konflik nggak?	560
Iter	Yo ngobrol, ngobrol sewajarnya dek yo, bercerita	Komunikasi subjek dengan mantan suami
Itee	Awalnya baik-baik, berapa bulan itu obrolan baik, masih kayak belum kelihatan nampar atau segala macam?	565
Iter	Kalau selamo nikah ini dek, kalau baiknya itu jarang dek, ya. Lah mulai kelihatan belangnya. Kalau masih pacaran dulu iyo belum tahu kan yang dia tu...	Perubahan cara komunikasi selama pernikahan 570
Itee	berarti awal nikah tuh udah perlahan-lahan?	575
Iter	Lah mulai, mulai kelihatan dek, yang kita kan tinggal di rumah mertuo, kan. Akhirnya jilah kata Ayu tu dak lamo itu Ayu ngontrak, soalnya dak tahan	580

	dek. Yo, mertuo sama ipar tadi ikut campur dalam rumah tangga kito.	
Itee	Terus kalau untuk pertama kali mengalami KDRT tuh ke bulan berapa nikah? Berapa minggu pernikahan?	585
Iter	Sekitar kurang lebih dari mulai, Ayu tuh lupa-lupo ingat, ya. Yang sebulannya itu pak, bulan berapa itu, pokoknya hitungan Ayu itu kalau dak salah kurang lebih dari mulai 3 bulan pernikahan itu lah mulai dek ada kekerasan sedikit-sedikit cak itu yo, dari mulai nampar, dek, mukul. Entah itu bercando apo idak, pokoknya dek, dia tu mukul cak itu nah	Awal kekerasan terjadi pada subjek 590 595
Itee	Awalnya dari ngobrol gak sependapat atau memang dianya kayak nyuruh tapi	600

nak kita mandiri, ya
kitalah harus
membayarnya cak
mana caranya kita
kumpulkan duit.
"Idak, idak! Serah
kamu, cak mano
kamu nak
membayarnya
terserah." Jadi dek,
Ayu itu kadangan
bermula dari itu,
Ayu jawab nak Ayu
teruskan, salah. Nak
Ayu dak jawab,
salah, kan. Ayu
jawab, dia langsung
nampar

Itee

Terus perasaan Ayu
pertama kali
mengalami itu,
kekerasan itu
gimana? Sedih,
takut, atau gimana?

635

Iter

Raso trauma
sebenarnya dek.
Trauma itu ada.
Pasti trauma
rasonyo. Sudahnyo
tu sedih, ngapo kok
bisa cak ini cak itu
nah. Kita tuh dak
nyangko satunya.
Dak nyangkonya,
laki-laki yang kita
pilih, yang kita

Perasaan yang
dirasakan subjek
saat pertama kali
mendapatkan
kekerasan

640

645

	cintai, yang kita jadikan untuk imam kita seumur hidup, kok dia memperlakukan kita sekejap itu. Itu Ayu tuh rasanya dak nyangko cak itu nah, campur aduk raso di hati Ayu	
Itee	yang Ayu lakukan pertama kali dapat kekerasan apa yuk? Ngelawan atau gimana?	650
Iter	Dak ado, Ayu saat itu cuman Ayu pasrah bae dengan Yang Kuasa, Dek, ya Allah	Subjek tidak melakukan perlawanan saat mendapatkan kekerasan
Itee	Soalnya kalau dilawan makin jadi, gitu ya?	660
Iter	Iyo, Dek. Pasrah bae Ayu, Dek	
Itee	Berarti yang memutuskan Ayu bercerai itu gara- gara terakhir KDRT yang parah banget itu, ya?	
Iter	Iya, iya Dek, bener nian. Terakhir kali yang memutuskan Ayu untuk bercerai	665

	dan Ayu nekat untuk tidak sama-sama dia lagi, jelas tuh.	
Itee	Terus ke kalau misalnya Ayu lagi nginget pengalaman yang selama pernikahan dulu dialami kekerasan itu, Ayu ngerasakan emosi apa, yuk? Kayak marah, sedih lagi, takut, kecewa lagi, kalau lagi ngingetnya?	670 675
Iter	Kalau lagi kito inget ya Dek, rasanya sedih, Sedih pasti nangis, nangis nangis. Satu, ya nangis. Duanya kito masih ngeraso takut, mak itu nah Dek. Takut ngalami kejadian serupa lagi, kan, ini... Ya, campur aduk rasa di hati nih Dek, kalau nginget.	Emosi muncul ketika mengingat pengalaman (Regulasi Emosi: Identifikasi Jenis Emosi) 680
Itee	Ayu pernah ndak ngerasakan kayak emosi itu langsung berubah-ubah, misalnya lagi nginget kejadian itu	685 690

	kan, lagi misalnya lagi sedih, tiba-tiba langsung campur perasaan kecewa, gak terima dengan keadaan?	
Iter	Ya sebenarnya tuh, ya sebenarnya kito gak terima ya Dek ya, tapi ya makmano lah jalan takdir kito dari Yang Kuasa, kan. Harus kito jalani galo, makmano caranya. Walaupun kito, jika kito gak galak Dek, kalau Kuasa lah menakdirkan itu, ya kito harus terima. Walaupun perasaan kito tadi sedih, takut, trauma, kito harus terima semua itu	Emosi muncul ketika mengingat pengalaman (Regulasi Emosi: 695 Identifikasi Jenis Emosi)
Itee	Berarti pernah ya, campur aduk perasaan Ayu itu?	700
Iter	Ih, campur aduk Dek. Sedihnya ado, takutnya ado, traumanya ado. Emosinya kadangan ado Dek ya, kito gak mengingkari	Emosi berubah-ubah dalam satu waktu (Regulasi 705 Emosi: Identifikasi Jenis Emosi)

	namanya manusia biasa kito kan	
Itee	Kayak kito pengen bales?	
Iter	Pengen bales tapi kito gak bisa, ya kito cuman serahkan bae dengan Yang Kuasa Dek, Yang Kuasa itu tadi Maha Adil kan, Allah tadi kan.	Emosi berubah- ubah dalam satu 710 waktu (Regulasi Emosi: Identifikasi Jenis Emosi)
Itee	Kalau Ayu lagi ini, misalnya lagi ada kondisi ngingetkan lagi kejadian dengan masa lalu, emosi yang pertama kali muncul apa yuk?	715
Iter	Emosi yang pertama kali muncul itu rasanya, ngapo kok aku idak ngelawan saat itu? Ngapo... he-eh. Penyesalan itu Dek, ngapo kok aku idak ngelawan saat itu? Ngapo kok aku idak merontak, kok aku dipukul diam bae? Cetu nah. Tapi ya makmano Dek, saat itu tuh Ayu tuh cuman masrahke	Emosi yang muncul ketika menghadapi situasi tidak 720 menyenangkan (Regulasi Emosi: Identifikasi Jenis Emosi) 725

	diri bae sama Yang Kuasa	
Itee	Terus Ayu pernah dak merasakan kayak ada perasaan bersalah, terus nyalahkan diri Ayu gara-gara mungkin apa, KDRT itu muncul gara-gara kesalahan Ayu, apa cakmano mak itu?	730
Iter	Kalau KDRT itu muncul karena kesalahan Ayu, ya alhamdulillah sampai sekarang Ayu dak pernah ngeraso itu. Soalnya Ayu dak salah Dek saat itu, iyo. Ayu tuh bener, dia nak kopi lah Ayu sediakan, Ayu masak kan, tiba-tiba dia nyakiti Ayu cak itu, kan. Maknanya kan untuk saat ini Ayu dak katek Dek rasa penyesalan...	Mengenali emosi (Regulasi Emosi: 735 Identifikasi Jenis Emosi) 740
Itee	Kalau dari... setelah bercerai itu, emosi Ayu yang lebih sering muncul tuh apa yuk, kalau tiba-tiba muncul gitu?	745

Iter	Hm, ya aman emosi Ayu muncul itu, ya tiba-tiba Ayu, kadang Ayu luapan dari nangis itulah, Dek. Nangis, Ayu sedih, iyo Dek. Apalagi nyingok kenang-kenangan dulu tuh kan, teinget, nah, dak nyangko cak itu nah Dek, iyo	Emosi yang sering muncul pada aktivitas (Regulasi Emosi: Identifikasi Jenis Emosi)	750 755
Itee	Ada dak yuk kejadian misalnya kayak Ayu lagi melakukan aktivitas misalnya kayak apa, terus ngingetkan lagi, atau aktivitas apa yang ngingetkan Ayu gitu?		760
Iter	kalau seandainya Ayu nonton, ya Dek ya, apalagi Ayu lagi dengarkan musik, ya Terlintas musik kenangan kami dulu Pasti langsung teinget memori-memori yang kelam dulu, yang masa lalu tuh tuinget lagi cak itu nah Dek, nangis lagi pasti, he-eh,	Emosi yang sering muncul pada aktivitas (Regulasi Emosi: Identifikasi Jenis Emosi)	765 770

	sedih. Tapi ya makmano, harus nak kito kuatkan Dek diri kito. Kalau kito tepuruk terus, anak kito yang sengsara.	
Itee	Terus kalau untuk perbuat... perubahan emosi Ayu dari kondisi pas masih nikah sampai cerai gimana yuk? Ada kelegaan dak pas setelah bercerai sama sebelum cerai?	775
Iter	Kalau pertama nak bercerai itu ya memang berat kito nak ngambil keputusan Dek, tapi kalau lah pas lah cerai tuh, kito tuh ngeraso lego cak itu nah Dek. Bebas, satunya bukan bebas kito tuh nak lepas, gak itu bukan, Dek. Bebas dari kito tuh tekanan batin, ya, dan dari laki-laki yang temperamental tadi kan kito tuh bebas, Dek.	780 (Regulasi Emosi: Kepekaan perubahan Emosi) 790 795

	Ibaratnya tuh batin kito nih dak tersiksa cak itu nah, tersakiti, kan.	
Iteer	Kalau untuk emosi Ayu yang sekarang lebih stabil atau masih berubah-ubah, yuk?	
Itee	Kalau sekarang alhamdulillah emosi Ayu stabil, kan. Anu, soalnya Ayu dak perlu banyak pikiran kalau sekarang Dek, soalnya lah Ayu buang pikiran lamo tuh kan. Kalau, tapi kalau masih mengingat itu, ya masih kadang emosi Dek, mangkanya Ayu dak pernah lagi, jarang Ayu dak mengingatkan lagi kenangan masa lalu yang pahit itu kan.	Menyadari emosi berubah (Regulasi Emosi: Kepekaan perubahan Emosi) 800 805
Iteer	kalau tanda-tanda dari misalnya Ayu lagi nginget kejadian itu, apa yuk tanda-tanda yang keluar dari diri Ayu? Misalnya lagi	810 815

	kayak nak nginget lagi tuh loh, nak sedih, tanda-tanda dari diri Ayu gimana?	
Itee	Menyendiri, Paling Ayu menyendiri di kamar, apa makmano, Ayu denger musik mak itu bae paling Dek, menyendiri. Jauh cak itu nah Dek. Jangan sampai wong tahu kalau kito nih lagi sedih cak itu nah. Iya	Emosi muncul tiba-tiba tanpa sebab atau bertahap (Regulasi Emosi: 820 Kepekaan perubahan Emosi)
Iter	Berarti kalau misalnya emosi yang muncul tadi tuh terpengaruh dari situasi sama pengalaman Ayu ya? Masih kayak berpengaruh dari pengalaman itu	825
Itee	He-eh, iya, he-eh, bener	
Iter	Kalau misalnya kondisinya Ayu yang lagi dak enak mak itu, muncul terus tiba-tiba ingatannya?	830
Itee	Iya, kadangan muncul Dek. Tiba-	Tanda-tanda yang memunculkan

	tiba ya spontan. Apalagi kito nah kadangan ngapo cak itu lagi ngapoi cak itu nah ya. Hati kito lagi sedih, apalagi kito lagi ngingetke kenangan, pasti muncul Dek	emosi pada diri (Regulasi Emosi: Kepekaan perubahan Emosi)	835
Iter	Terus kalau untuk kenangan-kenangan selama pernikahan dulu itu, pernah Ayu sering ingat-ingat lagi dak tentang yang manisnya?		840
Itee	Nah, kito dak mungkin, ya pasti kito mengingatkan kenangan dulu tuh kan, pasti, apalagi yang ngingetke kenangan manis waktu masih pacaran dengan dia, masih ini PDKT-an, rasanya manis nian Dek kadangan. Cuman itu bae yang teinget kadang.	Penyebab munculnya emosi (Regulasi Emosi: pemahaman penyebab emosi)	845
			850
Iter	Terus kalau untuk ngelupoi kejadian-kejadian itu gimana yuk?		
Itee	Ayu hiburan diri Ayu dewek kayak itu,	Yang dilakukan ketika menyadari	855

	apa Ayu bermain emosi (Regulasi sama kawan, mak Emosi: Kepekaan itu nah, berkumpul, perubahan Emosi) 860 cerita-cerita, sharing cak itu. Bahkan kadangan kami makan di mana, mak itu nah Dek, buat ngilangkan rasa stres di pikiran Ayu cak itu nah, iya, beban di hati Ayu tuh rasanya kalau mak itu tuh hilang mak itu nah
Iter	Kalau misalnya Ayu sering dak ngasih alasan 865 misalnya kito lagi sedih, terus marah, ya wajar sih kayak ini, ya wajar kalau aku sedih ngerasa itu
Itee	Iya wajar, iya, Memahami alasan kadang kalau, emosi (Regulasi apalagi nginget itu Emosi: pemahaman Dek, wajar kau nak penyebab emosi) sedih kan
Iter	Terus kalau dampak dari KDRT itu, 870 mempengaruhi perilaku Ayu dak sehari-hari? Dari pas masih menikah

	sampai bercerai sekarang?		
Itee	Alhamdulillah kalau dampaknya itu idak katek ya Dek, dak berdampak dengan sifat Ayu, sifat Ayu masih normal seperti biasanya. Idak kalau untuk dampak yang Ayu ini, itu idak ndak katek Dek.	Mempengaruhi perilaku sehari-hari (Regulasi Emosi: pertimbangan dampak emosi)	875 880
Iter	Jadi kayak... idak berpengaruh kayak Ayu stres mak itu?		
Itee	Idak, idak Dek. Cuman pertama-tama awal-awal bae yang, yang namanya maklum lah kito baru bercerai, kan. Iya. Kalau untuk sekarang ya alhamdulillah lah lupo, kan Ayu tentang kenang-kenangan yang dulu, yang perbuatan dia lah Ayu dayingat lagi.	Pengaruh kondisi dari pengalaman (Regulasi Emosi: pemahaman penyebab emosi)	885 890
Iter	Kalau trauma itu idak sampai		

	mempengaruhi aktivitas gak?	
Itee	Idak Dek. Kalau kito dak beraktivitas, apalagi kito dak melakukan hal apa cak itu nah, Ayu mikirkan untuk anak Ayu, iya. Soalnya Ayu dari bercerai itu kan Ayu mencari nafkah untuk dia, kan. Kalau Ayu selalu tepuruk kan, dia nak makmano Dek, beli susu, beli pampers, kan Ayu tuh mikirkan kehidupan anak Ayu juga, kan	Pengaruh kondisi dari pengalaman (Regulasi Emosi: pemahaman penyebab emosi) 895 900
Iter	Pas baru cerai itu Ayu kerja apa yuk?	905
Itee	Pas Ayu bak- baru cerai dari dia tuh, Ayu tuh jualan- jualan online, Dek. Cak makanan, cak itu nah. Apo mak itu Ayu tuh jualan yang penting jadi duit, Dek, untuk beli pampers samo susu, kan.	Perubahan sikap dan tindakan setelah bercerai (Regulasi Emosi: pertimbangan dampak emosi) 910
Iter	Terus kalau dari pengalaman Ayu itu meng- pengaruh ke	915

	orang hubungan Ayu dengan orang lain ndak, Yuk? Jadi kayak mempengaruhi Ayu takut nak berhubungan dengan orang dengan, ya itu, perilaku Ayu ke uang lain	920
Itee	Iyo, pertama tuh Ayu Ayu takut yang namonyo nak berhubungan lagi dengan lawan jenis itu ya Dek ya, dengan pasangan itu tuh Ayu tuh takut pertamanya. Man Ayu masih narok raso... trauma, cak itu nah. Ayu takut terulang kembali, cak itu nah tu. He- eh. Takutnyo lanang itu kagek cuman mainkan Ayu lagi, apo lagi Ayu ni kan sudah anak sikok kan, lah ada anak. Ndak mungkin dia, takutnyo dia ndak sayang cuman dengan Ayu be dengan anak Ayu	Mempengaruhi hubungan dengan orang lain (Regulasi Emosi: pertimbangan dampak emosi) 925 930 935

	idak. Itu yang Ayu pikirkan itu, Dek	
Iter	Iya, ada ketakutan, Yuk	
Itee	Lah iyo, ada ketakut dalam diri Ayu tuh ada ketakutan, Dek.	Mempengaruhi hubungan dengan orang lain (Regulasi Emosi: pertimbangan dampak emosi)
Iter	Terus kalau untuk pengaruh ke keluarga berdampak ndak, Yuk, dari kak perasaan itu? Ayu bersikap dengan keluarga Ayu?	940
Itee	Kalau dengan keluarga Ayu ya dak katik juga sebenarnya, Dek. Ya seperti biasa itulah, ya. Ah, mungkin wong tuo Ayu cuman ngerti be saat Ayu sedih, mak itu nah. Mungkin dibiarkannyo Ayu menyendiri, cak itu nah. Mm... Dak pulo yang wong tuo Ayu tuh nak... Ayu dampakkan sifat Ayu tu samo de wong tu idak, Dek.	Pengaruh terhadap keluarga dan lingkungan (Regulasi Emosi: pertimbangan dampak emosi) 945 950 955

	Iyo, cukup Ayu pendam dewek, mak itu		
Iter	Menurut Ayu, emosi yang dari KDRT itu buat pengalaman Ayu itu lebih banyak berdampak positifnya apa negatifnya?		
Itee	Iya, dampaknya. Dampaknya selesai Ayu cerai tuh sebenarnya, Dek... lebih- lebih positif, iyo. Soalnya ngapo, kita lebih bisa beraktivitas lagi, luar kita dak tertekan batin lagi, kita bisa lepas dari wong toksik tadi, sudah lepas dari wong temperamental tadi, kita ngeraso bahagia, Dek. Bukan kita nak lepas ngapo, bukan, tapi kita ngeraso bahagia, cak itu nah. Biar bisa kita tuh biar tahu, cak tunya raso nyinto-i diri kita dewek tuh cak	Dampak positif atau negatif akibat pengalaman (Regulasi Emosi: pertimbangan dampak emosi)	960 965 970 975

	mana, mak itunah. Selama ini kita kan dak peduli dengan diri kita. Lepas dari dia, kita bisa mencintai diri kita, bisa menghargai diri kita, itu bahagia-an rasonyo	
Iter	Pernah ndak Ayu bener-bener ngeluapkan emosi Ayu kayak marah sampai ngebanting apo segala macam?	980
Itee	Gak pernah, Dek. Dak- dak pernah	Meluapkan emosi tanpa terkendali (Regulasi Emosi: pertimbangan dampak emosi)
Iter	Gak pernah, ya? He- eh. Kalau untuk nangis, bener-bener diluapkan sampai teriak-teriak?	985
Itee	Idak, amun untuk nangis idak pernah sampai teriak- teriak. Ayu paling cuman Ayu nangis kadang-an sampai dak ada suara, mak itu. Asing sakitnya, Dek. Ayu kadang nah bahkan kadang- an Ayu kalau nangis	Mempertimbangkan untuk mengekspresikan emosi (Regulasi Emosi: pertimbangan dampak emosi)
		990

	pun wong dak tahu, Dek			
Iter	Diam, ya?			
Itee	Diam Ayu. Ayu cuman kadang-an kalau nak nangis, Ayu mikir Ayu di mana, mak tana. Ayu nangis, iyo, jangan sampai wong tahu. Soalnya Ayu dak galak, Dek, nyingok wong tuo Ayu tahu kalau Ayu nangis, kan. Dia positif kepikiran. Cukuplah Ayu bay yang ngerasokannya jangan sampai de wong nak ngerasokanny_o juga, kan, kesedihan yang Ayu alami tadi	Mempertimbangkan untuk mengekspresikan emosi (Regulasi Emosi: pertimbangan dampak emosi)	995 1000 1005	
Iter	Terus kalau misalnya Ayu habis ngeluapkan emosi tadi, kayak nangis tadi, ada rasa penyesalan ndak pas habis nangis?			
Itee	Amun kalau untuk habis nangis itu bukan kita rasa penyesalan, Dek. Kita malah lega, cak	Yang dirasakan akibat meluapkan emosi (Regulasi Emosi:	1010	

	itu nah, Dek. Jadi kita ni dak tertekan lagi, cak itu nah, Dek	pertimbangan dampak emosi)	
Iter	Terus kalau misalnya Ayu lagi mau ngeluapkan kayak nangis tadi ada pertimbangan gak, Yuk? Misalnya, "Janganlah, jangan nangislah aku, aku dak boleh nangis," mak itu		1015
Itee	Nah, kadang-an di hati tuh memang iya, Dek. "Jangan nangis, ya Allah, jangan nangis, aku bisa, aku bisa." Tapi kita dak bisa, Dek, kalau tibanya air mata kita tuh nak jatuh itu. Kita tahan dulu lah, jangan sampai tapi jangan sampai dijingok wong	Mempertimbangkan untuk mengekspresikan emosi (Regulasi Emosi: pertimbangan dampak emosi)	1020 1025
Iter	Terus kalau, iya tadi kan berarti kalau lagi apa, ngeluapkan emosi tu kayak mencoba menenangkan diri yuk ya, berarti?		1030

Itee	He-em, iya, iya. Ya tenang mak itu berarti kan. Kayak jangan terlalu diluapkan nian kagek takut orang lain ini kena	Mencoba menenangkan diri (Regulasi Emosi: Strategi pengelolaan emosi)	1035
Iter	Terus kalau untuk mengatasi emosi itu cak mana dari Ayu-nya?		
Itee	Ayu hibur ya dengan bertemunya kawan-kawan, dengan kumpul, saling sharing dengan ini. Jadi kita kan idak ano, Dek, dak kita pendam dewek, ada tempat berbagi, tempat kita curhat, kan.	Cara mengatasi emosi (Regulasi Emosi: Strategi pengelolaan emosi)	1040
Iter	selain itu, ada lagi dak aktivitas yang bikin Ayu melupakan kejadian-kejadian itu?		1045
Itee	Ya dengan Ayu ini, dengan Ayu jualan online, cak itu. Mm... De dengan Ayu jualan makanan tadi dengan ini kan ada kesibukan, jadi kita	Mengalihkan pikiran melalui aktivitas (Regulasi Emosi: Strategi pengelolaan emosi)	1050

	kan bisa melupakan kejadian itu	
Iter	Jadi menyibukkan diri ya, apa aja dikerjakan kayak itu. Menurut Ayu, cara-cara yang Ayu pilih itu efektif dak buat itu, melupakan kejadian-kejadian itu?	1055
Itee	Ya kalau Ayu pikir ya beneran efektif, Dek	Cara-cara benar efektif (Regulasi Emosi: Strategi pengelolaan emosi)
Iter	Jadi berpengaruh ya, dak terpikiran lagi, ya dak ini ingat-ingat lagi?	1060
Itee	He-em, iya, dak-dak ingat-ingat lagi dia idak, Dek	
Iter	Terus kalau situasi yang buat Ayu untuk nahan emosi, jadi gak itulah, gak langsung ekspresikan emosi itu, kalau Ayu lagi keadaan kayak mana? Situasi dari sekitar Ayu gimana lagi posisinya?	1065 1070
Itee	Seandainya lagi kumpul-kumpul,	Situasi membuat Anda menahan atau

	ini? Atau masih kesulitan?	
Itee	Kalau untuk saat ini alhamdulillah lah bisa, Dek. Lah amun baru-baru perceraian dulu ya kita masih mak mana, mak itu kan rasonyo. Iya, s-campur aduknyo pas pertama-tama, tapi kalau untuk saat ini lah berbulan-bulan dari perceraian itu idak lagi.	Sudah mampu mengelola dan mengekspresikan emosi dengan baik (Regulasi Emosi: Pengendalian Emosi) 1095 1100
Iter	Terus dari kejadian masa lalu Ayu itu, apa masih meninggalkan ini, trauma yang berat dak buat Ayu? Terus cara Ayu belajar menerima pengalaman yang sulit itu gimana, Yuk?	1105
Itee	Ya... Ayu terima ya pengalaman itu ya untuk ajaran hidup kita ke lebih bagus kedepannya, cak itu nah, Dek. Iya, iya, cak mana cara kita menyikapinya, kan,	Pengalaman tersebut meninggalkan trauma sekarang (Regulasi Emosi: Pengendalian Emosi) 1110 1115

	cara kita ini ngambil hima- hikmahnya ya itulah perjalanan hidup kita yang harus kita temui, kan. Cobaan hidup manusia ni kan beda-beda, Dek. Ada yang dis- coba dengan ekonomi, ada yang kecewa-dicoba dengan ini, dia selingkuh, kan. Ada yang dicoba dengan kekerasan	1120
Itee	Tapi kalau selingkuh nggak?	
Iter	Kalau selingkuh ni alhamdulillah caknyo idak, Dek. Tapi yang Ayu dengar-dengar dulu tuh pas masih rumah tangga dengan Ayu dulu, wong tuonyo tuh sempat nak jodohkan dia dengan mantan pacarnya dulu yang bidan.	1125
Itee	Tapi masih... tapi terus mantan itu masih berhubungan dengan mantan-	1130

	dengan yang mau dijodohkan itu gak, Yuk?	
Iteer	Nah, kalau dengan yang mantan suami Ayu itu, yang dia tuh dak berhubungan lagi. Tapi dia tuh berhubungan dengan mertua Ayu, dengan keluarganya, cak itu nah, dengan iparnya, dengan ipar Ayu yang tadi, dengan mamaknya.	1135
Itee	Jadi masih sering dibanding- bandingin?	1140
Iteer	Yang cak dia tadi, yang cak betino tadi, dia sudah bidan, Dek. He-em. Keluarganya ya memang cak mamaknya tadi PNS galo, bapaknya PNS, ang mamaknya PNS, yang kakak yang tua dia tuh tentara. Yang kedua tuh bidan, yang ketiga tuh dia tuh Pol PP. Ayu ni cuman	1145 1150 1155

	tamatan SMA, jadi mungkin idak pantas dengan dia. Mungkin yang keluarganya tadi ngeraso. Dia tuh bahkan dia tuh nak dijodohkan, Dek, dulu samo yang mantan dia tuh dulu nak di- pas masih nikah dengan Ayu, nak dijodohkan. Bahkan mantannya itu ngajak Ayu ini pertemanan di Facebook	
Itee	Jadi terhasut dia?	1160
Itee	Kehasut cak itu nah. Yo jadi padahal dulu tu idak, Dek. Dak cak itu, sangkan Ayuk tu nikah dengan dia tu dulu-dulu tu idak cak itu, idak sifat dia itu?	1165
Itee	beda, Dek. Beda nian apalagi kami lah ngontrak. Beda nian sifat dia tuh. Ado-ado bae yang dia tuh nak marah, ado-ado bae saat dia tuh nak mukul	1170
Itee	Tanpa sebab?	

Itee	Tanpa sebab. Kadangan cuman bercerito dia lah mukul. Ibunyo yo kadangan itulah, Dek, hasutan dari sano cak itu nah, keluargo. Yang ngomong ke pas Ayuk ni nak pindah dari rumah dia itu, yo, pas Ayuk nak ngontrak. Kan kami tu kan pamit kan dengan dia, kan? Pamit dengan wong tuonyo, Dek. Ngomong cak ini ha Ayuk nih, "Bu, kami nak ngontrak, Bu. Kami nak mandiri." Nah, disahurlah oleh yang mantan laki Ayuk tadi, "Iyo, Bu, kami nak mandiri, kami nak ngontrak. Doakan kami." Nah, pertama yang nak ngontrak itu, Dek, yang uji laki Ayuk tadi kan. Nah, jadi yang uji yang mamaknyo ini ngomong pakai bahasa Jawa, Dek	1175 1180 1185 1190
-------------	---	---

Iter	orang Jawa dia?	
Itee	orng Jawa, ya. Ngomong cak ini, "A* A*. Wedokan gak enek duit," ujinya. "Wedokan gak enek opo-opo, wedokan gak enek omah," ujinya. "Guak kowe, A*. Guak kowe."	1195
Iter	Itu ada Ayuk posisinya?	
Itee	Posisi Ayuk tu lagi ngendong anak Ayuk itu. Posisi baru berapa bulan anak Ayuk lahir. Ayuk gendong, Ayuk sampai nangis, Dek, dengar yang mamak itu ngomong cak itu kan, he-eh. Sampai netes air mata Ayuk tu di pipi anak Ayuk. Yo Ayuk cuman diam bae. Nah, pertama itu ya mau, Dek, yang laki Ayuk tu ya bagus, yang ano. Diajak nah pas lah berjalan di kontrakan, nah mulai yo sifatnyo berubah, Dek,	1200 1205 1210 1215

	secara drastis, ya. Secara drastis ya memang dia tuh dari 3 bulan baru-baru nikah dulu memang lah memang iyo pernah dia tuh melakukan kekerasan, kan? Tapi dak separah yang cak yang di akhir. Yang Ayuk ni tadi nak mencari duit dak dibolehnyo.	
Iter	Oh dilarang kerja?	1220
Itee	Dilarangnyo, Dek. Iyo, dak bolehnyo. Dia tu cemburuan tapi dia nagani, Dek. Dak ngasih nafkah juga	
Iter	Kalau Ayuk misalnya kayak ngelawan, "Aku tetep nak jualan," dipukul?	1225
Itee	Dimarah, iyo, Dek. Dak dibolehnyo. Pasti ado-ado bae perdebatan itu. Apa dia nak mukul, apa dia nampar, pasti ado bae.	1230
Iter	Komplit berarti ya?	

Itee	Ih komplit, Dek, permasalahan ini.	
	Yo Ayuk ni di mertuo di ipar, iyo.	1235
	Di kehidupan ekonomi, iyo. Di	1240
	kekerasan dalam rumah tangga, iyo.	
	Cuman yang dia tu idak selingkuh, dia	1245
	tu, itu bae yang idak selingkuh. Tapi yo	1250
	keluargonyo tadi nak jodohkan dia	
	dengan mantannyo tadi posisi Ayuk	1255
	masih nikah dengan dia. Sebenarnya	1260
	kalau sakitnyo tu sakit nian, Dek, luar	
	biasa kau nak ninggat itu. Sakit	
	nian rasanyo. Yang Ayuk nih tapi yo	
	Ayuk masih ada Allah tadi yang	
	nolong Ayuk, iyo. Setiap Ayuk sholat,	
	Ayuk berdoa, "Ya Allah, aku minta	
	keadilan untuk aku dan anak aku, ya	
	Allah. Aku mohon, ya Allah. Cuman	
	Engkau, ya Allah," kadang-an Ayuk tu	

doa ya, "Cuman
Engkau yang bisa
nolong aku, ya
Allah. Iyo. Kasihlah
yang terbaik untuk
kami, ya Allah.
Selamatkanlah kami
di sini." Kadang
Ayuk tu berdoa, yo
saat cak mana, Dek,
ya Di BK tu rasa cak
dewekan kayak itu
nah, Dek. Dia
kadangn begawe.
Nah begawe itu,
sehari

Iter

Dari jam berapa itu
begawenya?

Itee

Kalau dia begawe tu
seandainya dia
berangkat dari
rumah tu jam 9.
Besok paginya baru
balik, cak itu nah,
Dek. Besok paginya
libur, cak itu nah,
sehari begawe
minap, seharinya
libur. Jadi apalagi
dia kadangn
begawe itu, Dek, ya.
Kadangn dewekan
kami ni berdua
cuman dengan anak
Ayuk tu, ya, yang
cak mertuo tadi

1265

1270

1275

	asing, Dek. Ya memang dia dak setuju, kan, dengan kita, kan? Kita ni wong saro, wong dak ada duit, kan. Sedangkan dia tadi ada duit	
Iter	Itu tamatan apa ya mantannya itu?	
Itee	Mantan itu tamatan anu, Dek, apa SMA tapi kerjo satpol PP.	
Iter	Ayuk juga sampai sekarang ini idak, dak ngabar-ngabar dia. Semenjak Ayuk cerai dari dia tu, anak Ayuk ini belum dinafkah-nafkahinya cuman baru dua kali bae.	1280
Itee	Dua kali?	
Iter	Dua kali habis cerai itu, sudahnya sampai sekarang ni idak	1285
Itee	Gak pernah ketemu lagi?	
Iter	Dak pernah ketemu lagi dari situ. Dak katik komunikasi. Padahal dia tu kan ada tanggung jawab, Dek, di	1290 1295

	pucuk materai, kan. Ada perjanjian dia di kelurahan yang dari yang bercerai dari Ayuk tu, kan. Lah ada ini, dak ditepatinya, Dek. Yang cak Ayuk pulo ya idak Ayuk gubris, Dek. Ayuk masih bisa ngidupinya, ya. Alhamdulillah Ayuk dapat suami yang sekarang ini sayang dengan anak Ayuk, ya, menghidupi Ayuk. Ya alhamdulillah Ayuk lah dapat anak satu lagi, lanang.	1300
Itee	Dengan suami yang baru?	
Iter	Dengan yang baru ini, kan. Dia sayang, nafkah dipenuhinya, semuanya dianukannya. Ya alhamdulillah, Dek	1305
Itee	Di balik itu ada hikmahnya, ya	
Iter	Ado hikmahnya galo di balik perceraian Ayuk tadi, Ayuk ketemu	1310

	lanang yang sayang nian dengan Ayuk, yang menerima Ayuk apa adanya. Dia idak banyak nuntut. Iya, dia tahu apa yang Ayuk rasa. Ayuk dak kat- dak ada duit, "Ngapo kau dak ada duit? Apa melamun?" ujinya cak ini. "Apa yang habis itu ini?" dikasihnya. Jadi kita kan dak kepikiran	1315
Itee	Kalau untuk kerjaan suaminya sekarang apa, Yuk?	1320
Iter	Kalau untuk suami sekarang ni kerjaannya itu di ini Dek, di koperasi.	
Itee	Koperasi ya?	
Iter	Alhamdulillahnya baru di koperasi, ya gajinya jadilah Dek, lumayan. Heeh, untuk kecukupan rumah tangga sama anak-anak. Mm, iya. Sebenarnya kalau nak dianukan sebenarnya dak cukup Dek dengan gaji itu bae, karena namanya kebutuhan	1325 1330 1335

	rumah tangga belum sekolah, kan? Tapi ya dia tadi nyari seseran lain sambil, heeh, untuk belanja di rumah, kan untuk makan minum, kan budak. Ada-ada bae cara dia nak mencari nafkah. Alhamdulillahnya sekarang	
Itee	tu jarak Ayu ketemu dengan suami sekarang berapa Dek dari perceraian itu?	1340
Itee	Sebenarnya dak lamo Dek dari perceraian itu. Ayu tu kan cerai, cerai bulan Oktober, ya 2020. Nah, Ayu kenal dengan dia tu tahun 2021. Ayu nikah dengan dia tu sekitar bulan Juni	1345
Itee	Berarti jarak dari cerai sampai ketemu itu 1 tahunan?	1350
Itee	Kalau 1 tahun tu idak, dak sampai Dek. Caknya sekitaran 8 bulanan	1355

lah dari... Mm, mm.
Ah, itu pun Ayu 1360
sebenarnya pertama
tu belum yakin
dengan dia tu Dek. 1365
Tapi ya dia
meyakinkan Ayu
kalau dia tu mampu 1370
cak itu, sanggup
mendampingi hidup
Ayu, anak Ayu. 1375
Ayu pernah tanya
dengan dia. Ayu ni
kan... dia... sama dia 1380
tuh pacaran itu Ayu
dak galak dia kagek
ibarat peribahaso 1385
tuh nemu kucing
dalam karung cak
itu nah. Iya. Ayu 1390
dak galak ngaku-
ngaku gadis, iya dak
Ayu dak galak
ngaku-ngaku anu.
Ayu ya jujur, Ayu
memang jando, Ayu
jando itu kan. Ayu
punya anak sikok,
namanya Raja. Ya.
"Kalau kau galak
dengan aku," Ayu
ngomong, "kau
galak juga dengan
anak Ayu, kan?
Anak-anak aku."
Anak aku, anak kau.

"Kau sanggup idak nafkahin anak aku?" cak itu kan. "Jangan kau cuman nak akunya bae, aku dak galak," kau ngomong. Karena dia cak itu kan. Dijawablah oleh yang... suami Ayu sekarang ini, "Aku sanggup Dek," ujinya, "nafkahin kau, nafkahin anak kau. Anak kau, anak aku dunia akhirat demi Allah," katanya Dek. Dia sampai bersumpah dia Dek. Iya. Ayu cuman ngomong, "Pegang sumpah kau. Jangan kau ini kan, ingkari," cak Ayu ya. "Aku galak jadi bini kau," ya, "tapi kau tepati janji kau dengan Ayu." Alhamdulillahnya Dek, sampai sekarang lah usia pernikahan Ayu sampai tahun 2026 ini lah berjalan 5 tahun

Iter	Iya alhamdulillah. Ditepatinya semua janji dia Dek. Dari mulanya sekolahkan Raja, nanggung Raja, kebutuhan Raja apa pun itu dari segi kasih sayang, segi materi, segi apa, ekonomi, ditepatinya semua alhamdulillah Dek. Malah Dek, Ayu dak nyangko bapak tiri lebih sayang daripada bapak kandung	1400
Itee	Karena suaminya yang sekarang sayang	1405
Iter	Karena suaminya sayang, dia pengertian, dia ngenjuk kebutuhan apa yang Ayu butuhkan, jadi Ayu tu... idak tebebani mak itu nah Dek. Iya. Kadangan... kadang-kadang kalau dia balik begawe, kami saling sharing cak itu nah apa yang dialaminya di luar, cak Ayu tadi yang di	1410 1415 1420 1425

dalam rumah tadi	1430
Ayu ceritakan.	
Budak tadi mak ini,	1435
cak ini, cak ini, cak	
ini, kan saling	
bertukar pendapat	1440
kan kita kan, pikiran	
kan. Jadi lebih adem	
lagi hati, lebih cerah	
lagi, jadi pikiran itu	
tu kan terbuka Dek.	
Iya, kita dak katik	
rahasia di antara	
kita, kan cak itu kan.	
Kita tahu, ya sedikit	
banyaknya kita	
saling kabar kalau	
di luar, kan. Jadi	
kita tu... baru... Ayu	
ni baru ngeraso ini,	
baru namanya	
rumah tangga itu	
yang selama ini Ayu	
idamkan. Walaupun	
ya... diomongkan	
dari kata mewah tu	
belum Dek ya, kata	
sederhana tu belum	
ya, masih di	
bawahlah taruhlah,	
tapi ya kalau hati	
kita senang apa pun	
yang kita makan	
tadi jadi lemak Dek.	
Sampai sekarang ini	
Dek, Ayu berumah	

	tangga dengan dia nilah hampir 5... 5 tahun inilah, lah 5 tahun lah ya. Lah 5 tahun paling bulan Juni ini kagek Dek. Ayu belum pernah sama sekali ngalami kekerasan KDRT dari dia.	
Itee	kalau untuk sekarang, ado dak keinginan Ayu untuk ngubah diri lagi lebih baik lagi ke depannya?	1445
Itee	ado, ado Dek yang ngubah diri ke baik lagi ke depan itu pasti ado kita. Dari yang sekarang baik, kalau biso ke depan kagek jadi yang terbaik cak itu nah. Ado pasti di hati ini nak lebih baik lagi cak itu ke depan, dalam semua hal.	1450 1455
Itee	Dari pengaruh trauma masa lalu, masa trauma misalnya diperbaiki lagi?	
Itee	Ya kita perbaiki lagi, iya. Yang trauma di hati ini	Yang ingin diperbaiki pada diri dalam mengelola emosi (Regulasi Emosi: Pengendalian Emosi) 1460

	lamo-lamo kita emosi (Regulasi buangkan cak itu Emosi: 1465 kan. Iya, jangan Pengendalian sampai nak kita jadi Emosi) kepikiran lagi Dek. Tutuplah masa lalu, bukalah lembaran baru yang lebih bagus lagi, kan? Iya. Untuk apa kita mengingat masa lalu Dek kalau untuk nyakitkan. Lemaklah kita ingatkan masa depan kita besamo dia, pasti bakal bahagia cak itu nah.	
Itee	Udah selesai ni, 1470 Yuk. Oh ya, aku ngucapin makasih banyak ya Yuk ya, 1475 udah mau kesempatan untuk diwawancarai, udah mau ngasih pengalaman. Ini masih ada dua kali pertemuan lagi nanti. Nanti aku kabarin lagi kalau misalnya itu. Dari pertanyaan- pertanyaan ini masih mau dipilih	

	apa lagi mau ditanyain lagi itu.	
Iter	Iya, iya Dek	1480
Itee	Ya, aku ngucapin makasih banyak ya Yuk ya untuk ini	
Iter	Iya Dek, sama-sama. Ayu juga makasih lah ya. Ayu lah ada tempat sharing pengalaman kan.	1485

Verbatim Wawancara Subjek (NH)

Nama/Inisial	: (NH)
Tempat Tanggal Lahir	: OKU Timur, 12 Febuari 1986
Usia	: 40 Tahun
Jenis Kelamin	: Perempuan
Agama	: Islam
Pendidikan Terakhir	: D3 PAI
Pekerjaan	: Ibu Rumah Tangga
Tahun Menikah	: 2011 (Usia 23 Tahun)
Tahun Bercerai (Cerai Negara)	: 2017 (Cerai Agama Usia 29 Tahun) 2021
Usia Pernikahan	: 6 Tahun
Masa single 33 Tahun)	: 4 Tahun (Menikah lagi Tahun 2021 Usia
Alamat	: Kec. Belitang, Kab. OKU Timur

Tanggal Wawancara : Sabtu, 23 Mei 2026

Waktu Wawancara : 16.00-17-50 WIB

Pewawancara/ Narasumber	Percakapan	Coding	Line
Iter	Sebelumnya, izin memperkenalkan diri ya, Bi. Aku Nur Aini, mahasiswa dari Kampus UIN Raden Intan Lampung. Jadi, aku tujuannya tuh untuk nanya-nanya untuk penelitian skripsi akhir aku, tentang wanita yang sudah berpisah gara-gara KDRT. Kalau untuk namanya Bibi, siapa Bi?		5
Itee	(NH)		10
Iter	Tempat tanggal lahirnya?		
Itee	Tanggal 12 Febuari 1985		
Iter	Di mana tempatnya? Oku Timur?		
Itee	Oku Timur		
Iter	Usia Bibi?		15
Itee	41	Usia subjek	

Iter	Pendidikan terakhir Bibinya?	
Itee	D3	
Iter	Ngambil prodi apa dulu bi?	
Itee	PAI	20
Iter	Pekerjaannya, Bi?	
Itee	Ibu rumah tangga	Pekerjaan subjek
Iter	Ibu rumah tangga. Dulu, yang dengan mantan juga ibu rumah tangga?	25
Itee	Pernah, ngajar sih	
Iter	Pernah ngajar?	
Itee	Iya, terus sudah itu pernah kerja di rumah sakit.	
Iter	Kerja rumah sakit, oh. Kalau sekarang, kerjaan Bibi?	30
Itee	Sekarang di rumah	
Iter	Di rumah. Dulu di rumah sakit, kerja bagian apa itu, Bi?	
Itee	Bagian gizi dulu	
Iter	Bagian gizi. Oh, bisa ya Bi, dari PAI bagian gizi?	35
Itee	Ya, bisa	
Iter	Untuk tahun menikah dengan mantan, tahun berapa?	
Itee	2011	Tahun menikah 40
Iter	Tahun bercerainya?	

Itee	2017	Tahun bercerai secara agama
Itee	Kan, itunya kan dulu tuh udah lama pisah gitu kan, cuman pisah ranjang. Terus memang ngurus surat cerainya itu kalau enggak salah	45
Itee	Pisah agamanya itu? Terus kalau pisah secara negara tahun berapa?	
Itee	iya, udah lama sih, sebenarnya, terus diurus, yang ini tahunnya sekitar tahun 2021-an lah [Di buktikan dengan adanya akta cerai subjek dari PA Martapura OKU Timur. Akta cerai berisi: penggugat sering mendapatkan kekerasan fisik dan mendapatkan kekerasan verbal, berupa makian kata-kata kasar. Tergugat suka cemburu buta dan posesif].	Tahun bercerai 50 secara negara

Itee	Itu ada surat akta pisahnya ndak, Bi?	
Iter	Ya, kan karena udah nikah sih, aktanya jadi enggak ada lagi, dibawa KUA	55
Itee	dibawa itu ya. Berarti kisaran Bibi lajang dari cerai itu berapa tahun, Bi? Sampai ketemu dengan yang baru, yang ini.	60
Iter	Mungkin setahun kalau dari akta cerai keluar	
Itee	Kalau untuk single dari cerai agama berapa tahun bi?	65
Iter	Aduh lupa, berapa ya..	
Itee	Berarti kira-kira kalau untuk usia pernikahan dulu, berapa tahun, Bi? Seingat Bibi	
Iter	23 Tahun	Usia subjek saat 70 menikah
Itee	Nikahnya usia 23 tahun. Kalau usia pernikahannya berapa dulu Bi, bertahan ya? Bener-bener bertahan	

Iter	Bener-bener bertahan, sekitar... berapa ya, 7 atau 8 kayaknya	Lama single	75
Itee	7 tahun. Kalau aktivitas Bibi saat ini ini apa?		
Iter	ibu rumah tangga	Pekerjaan subjek	
Itee	Selain ibu rumah tangga, jualan apa kayak itu?		80
Iter	Nggak, ngurus anak		
Itee	cuman ngurus anak, berarti. Kalau pertama bertemu dengan mantan suami itu gimana caranya?		85
Iter	Awal ketemu tuh dulu... intinya dulu aku lagi nyusun skripsi kan	Awal mula subjek bertemu mantan suami	
Itee	Terus pas nyusun skripsi?		
Iter	Terus... ada temennya itu, tapi aku enggak tahu temennya tuh satu desa dengan aku, kayak gitu kan, intinya. Terus enggak tahu pokoknya namanya dia tuh temenan dengan di orang		90 95

	tetanggaku kan gitu, tapi aku nggak kenal	
Itee	Temen anak kuliahhan juga?	
Iter	Bukan, bukan anak kuliahhan. Ee, ya enggak tahu tiba- tiba dia tuh seneng, tapi pas seneng tuh enggak, enggak ngomong gitu loh, cuman tuh apa caranya gitu	100
Itee	Kayak dapat salam dari temen gitu?	
Iter	Enggak, enggak salaman, cuman dia nih perhatian aja. Kok aku kalau ke sana, kok dia ngikut-ngikut, cuman enggak ada bilang-bilang apa, gimana, enggak	105
Itee	Cuman kayak sekadar naksir diam-diam?	
Iter	Pokoknya mungkin dia tuh, mungkin dia tuh ada rasa cuman enggak ngungkapin, tapi perhatiannya dia tuh, aku ke mana-mana selalu	110 115

	diikuti, kayak gitu, sampai kadang aku risih, kayak gitu loh.	
Itee	Sampai bisa kenal itu gimana? Dia nyatain apa gimana?	
Iter	Ya, enggak nyatain, pokoknya langsung istilahnya dia tuh langsung ngomong sama orang tua aku kayak gitu loh	Mantan suami langsung menemui orang tua subjek untuk menikah 120
Itee	langsung datang ke rumah?	
Iter	langsung datang, tapi orang tua aku tuh apa ya, kalau dia bilangin tuh intinya itu ada cowok yang suka sama aku, heh, aku juga seneng, dikirain dia yang, yang, yang apa namanya, yang aku senengin itu dikirain yang itu, padahal bukan, kayak kebalik kayak gitu, kayak ketukar kayak gitu.	125 130
Itee	Tapi diterima orang tuanya Bibi, lamarannya?	
Iter	Iya	

Itee	Berarti awalnya itu belum ada perasaan suka?	135
Iter	Sebenarnya enggak, enggak ada sih, cuman ya udah	Subjek tidak ada perasaan suka di awal
Itee	Bibi sempat nolak ndak waktu itu? Itu kan orang tuanya Bibi yang nerima kan	140
Iter	Ya, sebenarnya mau dibilang nolak apa enggak, enggak nolak, cuman tuh memang enggak ada rasa, enggak ada rasa sih, cuman ya sudahlah gitu, heh, terima aja gitu.	Subjek menerima lamaran mantan suami 145
Itee	Bibi terima aja, berarti dia langsung ya, Bi?	
Iter	Ya, mungkin pikiran namanya orang dulu kan, namanya kawan tuh udah pada nikah semua kan di satu desa, jadi kayak ngerasa apa...	Subjek merasa telat menikah dari teman-temannya 150
Itee	Ngerasa ketinggalan nikah?	
Iter	Iya ketinggalan, kalau zaman	155

	sekarang kan udah enggak, ee kayak gitu loh			
Itee	Kalau... hubungan Bibi dengan mantan suami gimana dari awal pernikahan? Baik-baik aja apa gimana?			
Iter	Ya, udah kelihatan dia tuh orangnya cemburu. Cemburunya tuh cemburu buta gitu loh, jadi cemburu tuh...	Hubungan subjek dengan mantan suami	160	
Itee	Cemburuan orangnya?			
Iter	nggak ngerti arah gitu, cemburunya dia tuh cemburu apa gitu, enggak tahu. Kan tapi, selama aku tuh istilahnya punya anak tuh bertahan, ada dua kan. Sampai ada tiga yang istilahnya mau terakhir pisah tuh memang sudah ada tiga itu. Intinya kutahanin lah kalau dia berubah, berubah, tapi enggak ada gitu	Mantan suami sering cemburuan yang tidak jelas	165 170	

Itee	Awal nikah berarti masih kayak baik orangnya? Atau udah kelihatan mulai?	175
Iter	Ya, memang sebenarnya sebelum ini kan dia, aku kira waktu dia tuh, waktu dia tuh sebelum nikah kan. Aku kira dia tuh perhatian karena, kayak kirain sayang banget kayak gitu. Oh, orang ini kok ini banget kayak gitu. Oh, ternyata tuh tuh, sayang dia tuh ibaratnya cemburunya cemburu buta enggak ngerti arah, tahunya sih setelah menikah gitu loh.	180 185
Itee	Setelah menikah, oh, berarti pas sudah nikah itu berapa bulan baru kelihatan sifatnya itu? Setelah nikah itu?	190
Iter	Udah dari awal pernikahan itu udah kelihatan.	
Itee	Oh, bertahap kelihatan dari awal	

Iter	Ya, memang pada dasarnya kan gini, aku kan sebelum nikah kan memang ada, ada orang yang senang sama aku. Sampai istilahnya aku nikah tuh enggak ada istilahnya pamit, gini-gini, enggak lah sama orang gitu, sama tetangga gitu, eh tetangga, sama temen-temen gitu kan. Nah, kebetulan tuh orang yang suka sama aku itu datang ke rumah, ke rumah dia, maksudnya ke rumah mertua gitu, posisi aku di sana, tapi enggak tahu tujuannya apa, kayak itu. Katanya dikirain aku yang janjian sama itu cowok, kan enggak mungkin ya seandainya kita janjian di tempat mertua kan, gitu. Nah, aku udah tahu suami aku kayak gitu kan, ya namanya aku juga	Awal mula mantan suami mulai bersikap cemburuan	195 200 205 210 215
-------------	--	--	--

	ketak... takut juga sih, takutnya nanti dikira aku nih...			
Itee	Takut dikira bibi yang selingkuh?			
Iter	Padahal aja aku kan, aku enggak megang HP. Aku, enggak ibaratnya di rumah terus enggak pernah keluar, ya dari mana kan istilahnya apa, ya. Kalau mau ngehubungin, "Eh, kita ketemuan sini," kan enggak mungkin. Ya, karena mungkin itu tadi, karena aku enggak punya HP kan dia datang...	Mantan menuduh selingkuh	suami subjek	220
Itee	Berarti awalnya dari itu ya, yang itu cowok pernah suka dengan bibi itu datang			225
Iter	Iya, udah mulai kayak gitu. Mungkin dia tuh, mungkin pengen tahu apa kebenarannya apa aku nih udah nikah apa belum, gitu.			230
Itee	kalau, kalau misalnya Bibi			

	komunikasi dengan cowok lain juga marah dia?	
Iter	Lah, aku enggak pernah komunikasi	235
Itee	Ngobrol-ngobrol dengan tetangga kayak gitu?	
Iter	Nah, seandainya nah, ada teman sekolah, teman sekolah SMP itu kan, ya tetanggaku juga. Nah, pas aku jalan dengan dia, namanya kita nah hidup di lingkungan masyarakat gitu kan, biasanya apa lagi aku orangnya kan gimana ya, orangnya supel kalau sama orang gitu kan, ibaratnya... "Hai," nanya, "Oh, iya," ketawa, walaupun enggak nyapa setidaknya ada, "Oh," gitu kan. Nah, dia marah, kayak gitu.	Mantan suami subjek sering marah saat subjek mengobrol dengan pria lain 240 245 250
	[Di buktikan dengan adanya akta cerai subjek dari PA	

	Martapura OKU Timur. Akta cerai berisi: penggugat sering mendapatkan kekerasan fisik dan mendapatkan kekerasan verbal, berupa makian kata-kata kasar. Tergugat suka cemburu buta dan posesif].		
Itee	Marah dia kalau ngobrol dengan laki-laki lain?		
Iter	Iya		
Itee	Tapi kalau untuk nafkah dikasih, Bi?		
Iter	Nafkah tuh kalau nafkah tuh dikasih. Dikasih kan, tapi dia tuh sistemnya kayak gini, dia kerja memang. Kerja nanti kalau dia udah dapat duit gajian, "Nggak ah, berhenti dulu." Kalau belum habis, mungkin belum kerja. Kayak gitu loh	Nafkah uang yang diberikan mantan suami	255 260
Itee	dia kerja apa, Bik, dulu?		

Iter	Dulu tuh kan ikut Pekerjaan mantan kakak aku, eh suami mropil kayak gitu loh.	
Itee	Apa itu mropil?	265
Iter	Kayak... bangunan	
Itee	bangun rumah?	
Iter	Nggak, tapi mropilnya gitu, untuk hias-hiasnya tuh nah.	
Itee	berarti kalau udah dapat duit, dikasih ke Bibik	270
Iter	Iya	
Itee	semuanya itu duitnya dikasih?	
Iter	Iya dikasih semuanya, ya kalau dibilang tuh, ya sayang. Sayangnya tuh memang nggak ngerti arah gitu loh	275
Itee	Oh iya, terlalu posesif, cemburuan begitu?	
Iter	Temperamen pula	280
Itee	Temperamental, gara-gara cemburu tadi?	
Iter	Iya	
Itee	Kalau itu sampai mukul nggak? Dulu itu?	285
Iter	Iya, sampai mukul.	

Itee	Pertama kali kapan itu mukul, Bik?	
Iter	Ya, pertama kali tuh ada cowok yang datang ke rumah itu kan, nah, kan... marah. Dikirain aku tuh ada janji, padahal kalau bilang janji kan nggak ada buktinya, sedangkan aku kan nggak pernah keluar. Ikut... di rumah mertua itu ada mertua kan. Enggakk pegang HP, gimana aku mau janji? Gitu loh.	Awal kejadian mantan suami 290 memukul subjek 295
Itee	Marah terus cekcok?	
Iter	he-eh, seandainya aku mau janji kan otomatis ya di luar aja, jangan di sini kan, ya kan? Nah, kayak gitu. Mungkin itu cowok kan mungkin tanya-tanya, "Gimana mungkin?" kayak gitu loh.	300
Itee	Terus sampai nampar dia jadinya itu?	305

	akta cerai subjek dari PA Martapura OKU Timur. Akta cerai berisi: penggugat sering mendapatkan kekerasan fisik dan mendapatkan kekerasan verbal, berupa makian kata-kata kasar. Tergugat suka cemburu buta dan posesif].	
Iter	Masih hamil waktu itu?	325
Itee	umur satu bulan Subjek pernah kalau nggak salah, keguguran akibat itu satu bulan, he- mantan suami 330 eh, kalau nggak satu membawa kendaraan ketika bulan, dua bulan, sekiranya satu bulan marah masih ini, segumpal. Nah, itu kan ada lobang, jadi naik motor tuh ngebut, dia tuh marah. Dug! gitu nah.	
Iter	Digaskan motornya?	
Itee	Nah, itulah terjadi keguguran.	
Iter	pernikahan berapa bulan itu,Bi?	335

Itee	Mungkin dua bulan ya	
Iter	Dua bulan pernikahan?	
Itee	Apa... kalau nggak, itu kan kayaknya sebul... kalau seandainya waktu itu, kalau ibaratnya sebulan, berarti memang pernikahan itu sebulan, soalnya waktu aku lagi nikah, lagi nikah itu kan memang masa lagi mens gitu loh.	340 345
Iter	Oh, berarti dua bulan pernikahan jalannya itu?	
Itee	kalau untuk, oh iya, ngekang ya Bi, Bik, ya? Sama Bibik. Kayak nggak boleh ngapa-ngapain gitu berarti?	350
Iter	Iya, pernah kan dulu aku tuh ngajarkan. Itu berdandan, bedak, itu kayak nggak boleh. Padahal kita kan kalau kita ketemu orang, kan maksudnya ketemu orang gimana, kita apalagi ngajar,	Mantan suami sangat mengekang subjek 355 360

	seibaratnya kita bertamulah ibaratnya, kan kita harus rapi, apalagi kita kan sebagai contoh kan? Gitu kan. Bukan kita lalu seorang guru kan mesti... Ya rapi.	
Itee	Terus kalau misalnya Bibik tetap dandan, dimarah?	
Iter	Iya, dimarah katanya dikirain aku tuh itu. Ibaratnya, "Apa ketemu sama cowok apa gimana gitu loh?" Kan gimana ya, nggak logis lah kayak gitu kan?	365
	[Di buktikan dengan adanya akta cerai subjek dari PA Martapura OKU Timur. Akta cerai berisi: penggugat sering mendapatkan kekerasan fisik dan mendapatkan kekerasan verbal, berupa makian kata-kata kasar.	

	Tergugat suka cemburu buta dan posesif].	
Itee	Iya ya, terus kalau misalnya Bibik masih tetap kekeh gitu, sampai ditampar atau belum?	370
Iter	Tapi aku nggak kekeh, ya udah, ngalah gitu	
Itee	Ngalah, oh Bibiknya ngalah? Jadi dia nggak sampai ditampar.	375
Iter	kalau ngebentak-bentak Bibiknya sering ya?	
Itee	Sering	
Iter	Sampai ngancam pernah?	380
Itee	Ngancam sering, Mantan suami pernah ibarat... dulu mengancam subjek tuh ya, melihat pisau aja aku takut, tapi bukan pisau yang dapur. Ada kan pisau yang kayak apa, yang biasa, pokoknya pisau ibaratnya yang mahal ada kan, kayak gitu. Katanya kalau ini kan aku	385 390

takut, dulu kan pernah sih di gini-giniin kayak gitu kan dileher.

[Di buktikan dengan adanya akta cerai subjek dari PA Martapura OKU Timur. Akta cerai berisi: penggugat sering mendapatkan kekerasan fisik dan mendapatkan kekerasan verbal, berupa makian kata-kata kasar. Tergugat suka cemburu buta dan posesif].

Iter	Itu di lehernya Bibik?
Itee	Iya di kayak gini-giniin
Iter	Gara-gara apa itu awalnya?
Itee	Ya nggak tahu lah, pokoknya dia tuh memang cemburu buta gitu loh.
Iter	Oh, kalau lagi cemburu, marah terus ngancam?

Itee	Nah, oh iya. Itu kalau setiap Bibik mengandung... diomongkan katanya yang pertama itu, keguguran itu katanya anaknya kakaknya. Gitu kan nggak masuk akal kan	Mantan suami selalu menuduh ketika subjek hamil anak dari orang	400
Iter	emang nggak pernah ngapa-ngapain kan?		405
Itee	baru aja ketemu aja itu, iya. Hm, kira-kira masuk akal nggak? Nggak kan? Nah, pernah anak yang kedua itu juga kayak gitu, katanya bukan anak dia. Nah, kebetulan anak aku ya, selama aku tuh punya anak dengan dia, mirip sama dia semua		410
Iter	Cowok apa cewek?		
Itee	cewek, cowok tuh mirip dengan dia semua. Nah, itu ada saksi, saksinya waktu dia tuh ngomong yang anakku yang kedua itu katanya bukan		415 420 425

	anakku, yaitu setiap aku mengandung memang kayak gitu. Jadi, untuk yang ketiga mengandung, juga ngomong kayak gitu, aku juga udah nggak heran, gitu loh. He-eh. Yang... terus yang keempat mengandung juga, juga kayak gitu, nggak heran lagi. Kayak gitu loh			
Iter	Iya. Itu berapa anak, Bik, dari mantan itu?			
Itee	Kalau dari dia tuh semuanya lima, yang pertama keguguran, kedua tuh hidup, yang ketiga meninggal, yang keempat ada, yang kelima ada	Anak dari mantan suami	430	
Iter	Oh, 2, 3, 5. Berarti ada 3 anak dari mantan. Cowok semua atau ada yang cewek?		435	
Itee	Cewek satu			
Iter	tapi dia ngakuin kan anak itu?			
Itee	Ya kalau aku lagi ngandung, dia	Mantan selalu	suami tidak	440

	nggak ngakuin. Pas udah lahir, baru ngakuin, kayak gitu. Memang mungkin... mungkin cara dia istilahnya untuk apa ya, kalau aku bilang tuh biar aku gimana gitu mungkin. Sebenarnya kalau mungkin dalam hati dia tuh, ya udah kalau itu bener tuh anakku, cuman mulut dia tuh memang kayak gitu, gitu loh. Cuman kan kita, kalau di kayak gitu kan, apalagi posisi kayak gitu, kan mesti ya sakit hati kan. Cuman aku ya udah, sabar aja.	mengakui anaknya ketika subjek masih mengandung 445 450
Iter	Kalau perasaan Bibik lagi menghadapi suami yang main kasar itu gimana, Bik, perasaannya?	455
Itee	Ya sebenarnya sih, hancur sih. Ya hancur, ya sakit, padahal nggak... semua ini nggak kuinginkan kayak gitu. Pengennya tuh	Perasaan subjek ketika menghadapi situasi tersebut 460

	pengennya suami tuh yang bisa, intinya pengen yang suami yang saleh, yang bisa nuntun kita	
Iter	Ada rasa nggak terima dengan kenyataan itu?	465
Itee	ya juga kan apa ya, Subjek merasa kalau ngomong rendah diri juga, kayak... kayak nginjak harga diri kita loh sebagai perempuan, itu kadang aku ngerasa sakit, gitu.	470
Iter	Kayak gimana tuh contohnya?	
Itee	ibaratnya gimana, Subjek sempat ragu seandainya aku ketika mau berbuat salah, memaafkan diomongin sama dia. Gitu loh, kan jadi apa ya, Kita ibaratnya mau memaafkan tuh kadang... tapi aku orangnya memang pemaaf sih. Kadang, kalau sudah ya sudah lupa, gitu. Sebenarnya kalau diomongin tuh sakit sih. Ini sakit, sih.	475 480

Iter	Kalau yang Bibik lakukan pertama kali dapat kekerasan itu apa, Bik? Ada perlawanan nggak?		
Itee	Pertama nggak ada perlawanan	Subjek melakukan perlawanan	tidak
Iter	Pasrah aja?		485
Itee	karena itu pertama. Karena itu keseringan, ibarat keseringan tuh bukan istilahnya dalam jangka sebulan. Itu udah bertahun-tahun lah kayak gitu kan. Namanya kita, kalau udah sering disakiti, nggak mungkinlah kita mau diam terus. Kita kan lama-lama sakit numpuk, numpuk, numpuk, akhirnya... Itu kan capek intinya disakitin, numpuk, numpuk gitu kan, udah lama-lama kan kita kalau namanya sering disakiti kan lama-lama kita berontak kan. Nah, itu awalnya aku	Subjek sudah merasa lelah dengan perlakuan mantan suami	490 495 500

sering... dia sering
nyakitin aku ya
berontak. Udah
ibarat omongannya
pedes, KDRT,
mabuk-mabukan...

[Di buktikan
dengan adanya
akta cerai subjek
dari PA
Martapura OKU
Timur. Akta cerai
berisi: penggugat
sering
mendapatkan
kekerasan fisik
dan mendapatkan
kekerasan verbal,
berupa makian
kata-kata kasar.
Tergugat suka
cemburu buta dan
posesif].

Iter	Mabuk-mabukan juga?			
Itee	ibaratnya apa sih yang mau diambil, Lama-lama berpikir kan, apa sih yang mau diambil gitu kan. Sebenarnya kalau ingin dulu tuh, pengen bercerai tuh sebenarnya belum ada kepikiran. Tapi namanya keluarga	Subjek memutuskan mengambil perceraian	mulai untuk jalan	505 510 515 520

tuh tahu, gitu loh,
 orang tua mana sih
 yang terima
 anaknya gituin,
 kakak yang terima
 kalau adiknya
 gituin kan Gitu
 loh. Sebenarnya
 masih bertahan sih,
 cuman ya dipikir-
 pikir juga, ya
 sudahlah gitu.
 Daripada katanya
 kasihan anak-
 anaknya, ngapain
 aku harus bilang
 kasihan kan
 ibaratnya kata ini,
 "Kasihan kasihan
 lagi kalau kamu
 masih bertahan
 kalau kayak gitu
 terus,"

**(Di buktikan
 dengan
 pernyataan
 signifikan other:
 ponakan subjek)**

Iter

Berarti faktor yang
 bikin Bibik kuat
 buat keputusan
 cerai itu tadi ya?
 Faktor nafkah...,
 mabuk-mabukan.

525

Itee	Iya, KDRT iya, mabuk-mabukan juga	
Iter	Selingkuh nggak?	530
Itee	Kalau selingkuh nggak	
Iter	Nafkahin sepenuhnya?	
Itee	Nafkahin, nafkahin. Tapi yang untuk terakhir waktu mau cerai itu, kami pisah itu, nggak sih, nafkahin nggak. Malah kebanyakan aku kadang, dia tuh di rumah itu ya, masih aku yang nafkahin karena mungkin dia tuh sering ibaratnya keluarga tuh lah sudah tahu. Jadi kalau dia tuh mau kerja sama kakak aku dulu, mungkin dia kan malu gitu ya, he-eh. Intinya kalau dia tuh nggak sama kakak aku, dia nggak kerja. Kayak gitu.	Mantan suami sudah tidak 535 menafkahi anaknya ketika cerai secara agama 540
Iter	Itu tahun ke berapa pernikahan Bibik baru kayak tersadar pengen cerai gitu?	545

Itee	Prosesnya itu. Sebenarnya kan aku selama ini kan kalau sama dia tuh pisah ranjang, istilahnya pengen biar dia sadar, gitu kan. Heh. Ah, terus nggak... ya nggak tahu kenapa, karena dia tuh kayaknya nggak ada perubahan, selama ini kan udah lama kan, itu maksudnya cerai tuh udah lama, gitu kan. Apa pisah tuh udah lama. Tapi nggak ada ini, dia tuh kayaknya makin parah, gitu. Nah, sebenarnya dia kalau dibilang masih cinta, ya cinta masih, gitu, sayang-sayang. Cuman, masih aku nggak sukanya tuh apa, omongannya juga tuh kasar, menyakitkan gitu loh	Subjek sempat memberikan waktu kepada mantan untuk berubah	550 560 565
	[Di buktikan dengan adanya akta cerai subjek dari PA		

Martapura OKU Timur. Akta cerai berisi: penggugat sering mendapatkan kekerasan fisik dan mendapatkan kekerasan verbal, berupa makian kata-kata kasar. Tergugat suka cemburu buta dan posesif].

Iter	Kalau Bibik lagi nginget tentang pengalaman selama pernikahan dulu itu, emosi Bibik yang muncul itu apa, Bik?	570
Itee	Sebenarnya aku gampang gampang lupa sih kalau yang masalah gitu. Bukan orang pendendam, yang jelas tuh. Aku enggak enggak walaupun walaupun ibaratnya ngomongkan dulu tuh sakit, ya enggak diingat lagi. Udahlah, biarin, heeh. Enggak mau yang nginget-ninget kayak gitu.	Emosi muncul 575 ketika mengingat pengalaman (Regulasi Emosi: 580 Identifikasi Jenis Emosi)

Iter	Oh, berarti enggak nginget-nginget? Heeh, tapi ada perasaan sedihnya enggak, Bik, kalau misalnya lagi terlintas gitu?	585
Itee	Enggak, biasa aja udah, gitu.	590
Iter	Kayak udahlah hilang dari ingatan itu?	
Itee	cuman aku pengennya sekarang kan intinya anak. Kalau anak, maksud aku tuh	595
	hubungannya tuh harus tetep terjaga. Maksudnya bukan ini, maksudnya dia dengan anak gitu.	600
	Kalau sejujur, kalau anak ini sebenarnya enggak mau sama dia semua tuh. Cuman aku kan enggak mau ibaratnya ngajarin anak durhaka, apa gimana, enggak mau. Memang dari dulu awal, aku saling ibaratnya ngajak anaknya, "Itu bapak	605
		610

	kandungmu." Dia enggak mau. Malah aku yang sampai nangis. "Kenapa?" Aku enggak mau punya anak ibaratnya durhaka sama orang tua gitu. Walaupun istilahnya dia kayak gitu, jelek-jelek itu itu adalah orang tuamu, gitu loh.	
Iter	Terus kalau Bibik pernah enggak nerasakan emosi Bibik yang berubah-ubah dalam satu waktu kalau lagi nginget pengalaman? Kayak campur aduk perasaan Bibik	615
Itee	sebenarnya kalau ninget kalau dia tuh lagi ini sih, sebenarnya ya enggak lagi sih, udah. Kayanya udah kayak plong gitu.	620
Iter	Kalau pas masih awal-awal bercerai itu?	625
Itee	Rasanya ya sakit. Emosi berubah- Sakitlah kalau awal- ubah dalam satu awal bercerai itu ya waktu (Regulasi	

	sakit kayak-kayanya ngerasa gimana ya Sebenarnya berat sih. Berat awal-awalnya. Memang awal-awalnya berat, gitu	Emosi: Identifikasi Jenis Emosi)	630
Iteer	Ngerasa sedih?		
Itee	Sedih, mau dibawa ke mana ini anak-anak, gitu. Mau bagaimana, bisa enggak, begitu. Ada perasaan marah, ada perasaan kecewanya	Emosi berubah-ubah dalam satu waktu (Regulasi Emosi: Identifikasi Jenis Emosi)	635
Iteer	Ada perasaan ingin balas enggak, Bik? Kayak, "Ngapa aku gak ngelawan waktu itu?		640
Itee	Enggak, enggak ada. Pokoknya enggak ada rasa kayak gitu, enggak ada. Jadi pasrahkan dengan Allah semuanya		
Iteer	Terus, ada enggak situasi yang membuat Bibik nginget lagi dengan tentang pengalaman itu? Pengalaman masa lalu.		645

Itee	Udah, enggak mau ngingetin lagi, udah	Emosi yang muncul ketika menghadapi situasi tidak menyenangkan (Regulasi Emosi: Identifikasi Jenis Emosi)	650
Iter	benar-benar lupa?		
Itee	bukan intinya bukan lupa gimana, enggak mau. Enggak mau diinget, enggak mau ini, sudah biarin aja gitu, heeh. Ibaratnya untuk apa sih yang kayak gitu diinget-inget gitu	Emosi yang muncul ketika menghadapi situasi tidak menyenangkan (Regulasi Emosi: Identifikasi Jenis Emosi)	655
Iter	Berarti situasi apa pun dak bisa ngingetkan Bibik lagi?		660
Itee	Enggak, udah. Kayaknya udah ibaratnya kayak ini udah mati, udah udah mati, coba. Kalau ibaratnya intinya sekarang tuh yang terbaik aja. Walaupun aku kayak gini masih masih apa, doain apa ya Semoga hatinya lembut, dilembutkan		665

	pengalaman tersebut?		
Itee	Nggak pernah		
Iter	Kalau menyalahkan mantan?		690
Itee	nggak pernah, mungkin ini udah jalan hidupnya, udah gitu. Jalani aja.	Mengenali emosi (Regulasi Emosi: Identifikasi Jenis Emosi)	
Iter	Kalau untuk aktivitas sehari-hari masih sering enggak, Bik, ngerasa kayak sedih?		695
Itee	Nggak ada		
Iter	nggak ada? Benar-benar plong?		
Itee	Kadang yang yang bikin sakit hati tuh ada, ada. Cuman, "Ya Allah, kasihan anakku.	Emosi yang sering muncul pada aktivitas (Regulasi Emosi: Identifikasi Jenis Emosi)	700
Iter	Masih nafkahkan anak enggak, Bik?		
Itee	Kalau nafkah itu kayak gini ya, bisa dibilang alhamdulillah untuk akhir-akhir ini dia kerja, sering kerja. Jadi, kalau sering kerja aku bilang, gini, "An- tolong aku bantuin anak-	Mulai menyadari emosi mulai berubah (Regulasi Emosi: Kepekaan perubahan Emosi)	705 710 715 720

anakmu untuk biaya sekolah," gitu, heeh. Nah, itu kalau dia kerja, memang dia ngasih. Kalau dia tuh enggak kerja, enggak bisa ngasih. Kadang di ada saatnya dia tuh lagi enggak ada, memang dia butuh duit, kadang aku ngasih dia, gitu loh. Maksudnya gimana ya aku ngomongkan. Kalau mungkin orang tahu tuh, "Ih, bodoh banget itu." Aku enggak gitu, intinya enggak kayak gitu. Walaupun gimana itu ayahnya, tapi bukan ada rasa oh, apa ngingetin dulu, apa pernah jadi istrinya, gitu. Enggak, biasa aja gitu. Yang jelas tuh yang yang dipikirkan tuh adalah anak, gitu, anak.

725

Iter

Berarti perasaan Bibik sudah senang sekarang?

Itee	Iya, perasaan nya sudah senang jadi enggak ada pikiran aneh-aneh sama dia. Intinya mendoakan dia tuh yang terbaik aja	Perubahan emosi dari waktu ke waktu (Regulasi Emosi: Kepekaan perubahan Emosi)	730
Iter	Berarti Bibik dak pernah, Bik, ya? Misalnya tanpa sebab marah-marah gara-gara itu? Benar-benar itu?		735
Itee	Nggak pernah		
Iter	Berarti anak dak pernah Bibik marahi gara-gara Bibik kesel dari mantan? Dak pernah?		740
Itee	Nggak. Ya ngapain memarahin anak, gitu. Justru anak yang kumarahin kalau dia enggak ini sama bapaknya, gitu.		
Iter	Berarti Bibik malah ngajari untuk hormat ke orang tuanya?		745
Itee	Iya, bahkan kadang-kadang bilang gini, "Coba kamu tuh telepon ayahmu,	Penyebab munculnya emosi (Regulasi Emosi: 750	

	sehat apa enggak," gitu. "Coba sekali- kali kamu tuh masak buat ayah kamu, kau makan dengan ayah kamu di sana," gitu. Pengennya tuh ngelihatin anak tuh bahagia dengan ayahnya gitu loh. Maksud aku tuh pengen kayak yang lain gitu, pengen kayak gitu. Itu yang aku bikin sedih sebenarnya.	pemahaman penyebab emosi)	755
Iter	Tapi anaknya enggak mau?		
Itee	Ya pernah dulu kan, waktu masih single gitu kan belum ni- belum nikah gitu		760
	kan, dulu belum nikah, belum apa, Belum nikah lagi kan dulu tuh. Kan kalau aku nyari, kan namanya kita seorang seorang single parent gitu kan, nyari nafkah, nyari duit. Kadang- kadang itu pernah sampai ke Tugu Mulyo aku nyari		765 770 775 780 785

duit, aku titipkanlah
dengan bapaknya
dia. Kakek titipkan
dengan bapak dia
tuh bukan
istilahnya, "Oh ya
dia tuh," aku ngasih
duit makan untuk
anak aku, ngasih
duit jajan untuk
anak aku. "Oh kalau
dia tuh ada enggak
ada rokok,"
kayaknya aku kasih
duitnya. Gitu loh.
Jadi, nitipin bukan
sekedar nitip,
padahal dia kan
ayahnya. Tapi aku
tahu kondisi dia gitu
loh, bukan berarti,
"Ah, itu bapaknya,
biarin aja mau
makan kagak," tuh
enggak, aku enggak
kayak gitu. Tetep
masih mikirkan
anak aku. Aku
dijagain anaknya,
aku udah bersyukur,
alhamdulillah gitu
loh. Jadi enggak
enggak enggak apa
ya, nggak
berpikiran, "Enak
banget itu anak ini,

	masa aku mau ngasih duit?" Enggak kayak gitu.	
Iter	Kalau pas baru awal-awal banget pisah banget itu, Bik, Bibik sering ini enggak? Ngerenungkan enggak tentang nasib Bibik, tentang pernikahan dulu? Pas masih awal	795
Itee	Ya ya jelas, kalau itu udah pasti itu. Kayak sedih begitu "Kenapa aku bisa pisah?", "Terus ke mana? aku ada anak-anak gini, gimana?" gitu loh.	Emosi muncul tiba-tiba tanpa sebab atau bertahap (Regulasi Emosi: Kepekaan perubahan Emosi) 800
Iter	Terus untuk Bibik bisa melupakan kejadian-kejadian itu gimana? Dari pas baru bercerai itu	
Itee	Ya karena Bibik kan masih kerja di rumah sakit, itu kan banyak teman-teman, ya, terus banyak teman-teman, jadi kan istilahnya sharing-sharing-lah gitu. Jadi rasa itu tuh	Merenungkan kejadian dan perlahan melupakan (Regulasi Emosi: pemahaman penyebab emosi) 805 810 815 820

hilang, apalagi kalau nyari duit ibaratnya dari rumah sakit tuh pengen nyari duit lagi untuk untuk intinya kalau kita mengandalkan gaji kita tuh, ya kadang enggak cukup gitu loh. Kalau kayak, terus aku nyari sampingan.

Pokoknya intinya yang dipikirkan tuh gimana cara masa depan anakku tuh bagus gitulah, tindakan anakku kan butuh butuh intinya biaya untuk sekolah, kayak gitu loh. Udah sampai sekarang aja anakku kan minta sekolah di Jogja itu kan, yang anak yang pertama itu.

Iter	Umur berapa anaknya bi?	825
Itee	Kelas 2 SMA. Itu intinya waktu waktu pernah sekolah waktu mau ke sekolah ke Jogja itu aku jual motor, gitu	830 835

	loh. Heeh, sedangkan bapak dia enggak bantu sama sekali, enggak. Ya aku sih enggak apa-apa, aku malah mikir, enggak apa- gimana ya? "Oh dia tuh enggak bantuin aku gini," enggak, ya udah memang dia enggak ada, mau dipaksa mau ngapa.	
Iteer	Terus kalau untuk pas baru bercerai itu, mempengaruhi kondisi kesehatan Bibik enggak?	840
Itee	Nggak. Udah udah kuat, udah dari pengalaman kebentuk. Heeh, (Regulasi Emosi: 845 kuat, biasa. Cuman pemahaman kalau mikir ya ada penyebab emosi) sih, mikir apa gimana, merenungi ada	
Iteer	Masih... nikah dulu mempengaruhi kondisi Bibik enggak? Misalnya Bibik sering melamun jadinya itu.	
Itee	Iya, itu dulu heeh. Kayak pikirannya	850

	udah kayak pengen bunuh diri, kayak gitu. Oh iya, itu. Enggak dipungkiri.	
Iter	Pernah sampai jatuh sakit enggak, Bik, gara-gara itu?	
Itee	Pernah di sini tuh luka di sini tuh, kena apa ya, kena apa ya itu namanya Kayak cincin, sampai pernah berdarah. Terus apa, ditanya sama keluarga aku tuh, "Kenapa?" "Kecantol paku," aku bilang gitu alasannya.	855 890
Iter	Itu berapa kali hitungan bi, Sering? Lebih dari 10?	
Itee	Lebih, sering banget	
Iter	Aku hamil aja pernah dibanting, depan mertua itu.	895
Itee	Gara-gara apa itu?	
Iter	nggak ingat lagilah, memang dia tuh orangnya cemburuan. Kadang-kadang marah enggak tahu arah mana.	900

Itee	marah tanpa sebab?	
Iter	He-eh, tanpa sebab. Kalau aku bilang tuh ibarat namanya dia tuh suka minum, gitu. Mungkin uratnya tuh ada yang lepas mungkin kayak gitu, ada yang putus jadinya enggak inilah.	905
Itee	Kalau untuk perilaku Bibi, sikap Bibi ada perubahan, Mbak, sebelum bercerai sama setelah? Pas baru cerai?	910
Iter	Nggak ada perubahan, tetap sabar aku orangnya	Perubahan sikap dan tindakan setelah bercerai (Regulasi Emosi: pertimbangan dampak emosi)
Itee	Kalau dari pengalaman tersebut, berpengaruh ke hubungan dengan orang lain gak?	
Iter	Nggak juga	
Itee	Enggak juga? Oh, berarti Bibi masih normal dengan orang. Kayak...	920

	kayak melihat orang tuh jadi malas gitu?	
Iter	nggak, biasa aja.	Mempengaruhi hubungan dengan orang lain (Regulasi Emosi: pertimbangan dampak emosi)
Itee	Kalau untuk Bibi yakin dengan untuk nikah lagi tuh apa, Bi, yang membuat Bibi yakin?	925
Iter	Sebenarnya enggak ada sih, pikiran mau nikah, enggak ada. Tapi enggak tahu, memang itu jodoh, ya. Pacaran aja enggak.	930
Itee	Itu ketemunya di mana, Bi?	
Iter	Ketemunya kayak gini. Aku pernah tuh reunian... bukan reunian, ketemu dengan kawan aku sekolah SMA dulu.	935 940
	Di tempat temanku, ya satu desa gitu. Di situ ngobrol. Nah, tapi enggak tahu	945 950
	kenapa, kan temanku itu tadi mungkin pulang.	955

Ah, ada teman
kerjanya kayak gitu,
kan. Ngomong gitu, 960
kan. Tapi ngomong,
mungkin cerita gini-
gini, aku enggak 965
tahu apa yang
dibilangin, intinya
yang suami aku 970
yang sekarang tuh
tahu dengan aku
dikasih tahu sama
temanku sekolah
itu, gitu loh. Hm,
jadi waktu bertemu
awal, pertama
bertemu, aku dulu
mau ngenterin anak
aku sekolah ke
Jogja. Anak aku
masih SMP, mau
naik... apa, mau...
mau SMP dia tuh.
Lulus kelas 6, kan,
mau SMP. Mau
ngenterin ke
sekolah, jadi enggak
pernah ketemu.
Kebetulan yang
suami aku sekarang
kan orang Maridua.
Dia tuh ke sini main
sama temannya mau
kondangan atau
gimana. Eh,
sekalian dia tuh mau

mampir ke rumah,
kan, mau main. Jadi,
besok pagi aku mau
nganterin anak aku
ke Jogja, itu suami
aku tuh sore jam 5
tuh datang ke
rumah, gitu.
Sebenarnya kalau
dia mau
menghadap,
perasaan tuh enggak
ada. Intinya enggak
ada, gitu. Tapi entah
ketahuan...
pokoknya
ketemunya inilah,
sore ya kayak gini.
Ketemu sore, terus
besok pagi aku ke
Jogja. Nah, dia kan
ada nomor aku, jadi
selama aku ke Jogja
itu melalui HP,
telepon gitu.

Itee	Ada perasaan trauma enggak, Bi?	975
Iter	Kalau trauma sih enggak sih, cuman aku dulu pernah segini, seandainya aku masih dikasih jodoh, aku enggak mau nikah sama orang ibaratnya yang ganteng,	Mempengaruhi hubungan dengan orang lain (Regulasi Emosi: pertimbangan dampak emosi) 980 985 990

enggak mau. Yang gaul juga enggak mau, yang apa lagi yang berpangkat begini aku enggak mau. Aku pengennya dapat orang yang ibaratnya ya yang memang ibaratnya wong petani-petanian, gitu loh. Petanian yang maksudnya aku yang enggak ini, maksudnya aku ya bukan yang kita bodoh-bodoh banget tuh enggak gitu. Intinya yang petani yang ibaratnya penyayang, yang jelas tuh pengen tak lihat agamanya dulu, gitu,

Itee	Jadi, yang bikin Bibi yakin sampai nikah dengan yang baru apa, Bi?	995
Iter	Ya, aku janjiin karena aku kan ibarat cerai dengan suami itu kan karena ini, ini, ini, ini, kuomongkan.	1000 1005

	Aku enggak mau yang sam- sampai kejadian seperti itu, gitu. Jadi, intinya aku ngomong ke... ke suami itu, intinya pokoknya aku punya anak segini-segini, itulah tanggung jawab aku, gitu	
Itee	Dia udah pernah menikah atau belum? Yang suami sekarang?	
Iter	Belum pernah menikah.	
Itee	Belum pernah nikah? Usia berapa itu, Bi, ketemunya?	1010
Iter	usianya dulu, berapa, ya. Pokoknya dari aku tuh jaraknya tuh 1 tahun.	
Itee	1 tahun? Bibi usia berapa waktu itu?	
Iter	Waktu itu usia kalau enggak salah tuh 38.	1015
Itee	38?	
Iter	Iya, dia 39	
Itee	Berarti enggak ada ya, Bi, pengaruh untuk keluarga dari pengalaman itu?	1020
		1025

	Bibi jadi kesel dengan keluarga... oh, kalau keluarga suami, misal keluarga sendiri ada enggak, Bi? Sikap Bibi yang kayak kesel gitu?		
Iter	Nggak ada, udah dibilang itu aku orangnya... ikhlas, enggak mau ibaratnya apa, ya ada masalah terus berlarut-larut enggak mau, gitu loh. Kalau bisa tuh, kalau kita mau tidur aja, kalau bisa plong, ikhlasin udah, enggak ada pikiran, enggak ada rasa dendam, enggak ada rasa itu, udah gitu,	Pengaruh terhadap keluarga dan lingkungan (Regulasi Emosi: pertimbangan dampak emosi)	1030 1035
Itee	Kalau menurut Bibi, dari pengalaman itu banyak memberikan dampak positif atau negatif pada Bibi?		
Iter	Ya sebenarnya dua-duanya sih.	Dampak positif atau negatif akibat pengalaman (Regulasi Emosi: pertimbangan dampak emosi)	1040

Itee	Dua-duanya? Boleh dijelaskan, Bi, gitu? Positifnya apa, negatifnya apa?	
Iter	Ya intinya kalau dampak positifnya kan kita ibarat itu pengalaman, bukan pengalaman yang istilahnya buruk, ibarat pengalaman hidup, oh ya mana yang baik, mana yang enggak baik. Kalau yang baik, kalau bisa jangan diingat-ingat, jangan terulang lagi, eh kalau yang buruk itu jangan diingat-ingat, jangan sampai terulang lagi gitu kan. Nah, untuk ke depannya itu juga kan bisa, oh untuk anak-anakku besok kalau nyari suami itu yang kayak gini, kayak gini, gitu kan intinya. Nah, untuk kalau untuk negatifnya sih, pokoknya jangan, pokoknya	Dampak positif atau negatif akibat pengalaman (Regulasi Emosi: pertimbangan dampak emosi) 1045 1050 1055 1060 1065

	jangan sampai terulang lagilah kayak gitu. Namanya kita memang harus kalau mau nyari kayak gitu suami, memang kita harus benar-benar harus mengenalinya dululah kalau bisa ya.	
Itee	Kalau pas awal- awal cerai atau pas masih menikah itu pernah enggak Bibi kayak meluap-luap emosinya, kayak membentak suami, benar-benar marah gara-gara enggak terima dengan keadaan?	1070
Iter	Ya pernah, he-eh, pernah. Lagi posisi hamil, masih lah dia tuh... kita sindir- sindir kerja, dituduh yang enggak- enggak, kan gitu. Ya mbok jangan kayak gitulah, malulah sama teman-temanku, kayak gitu.	Meluapkan emosi tanpa terkendali (Regulasi Emosi: pertimbangan dampak emosi) 1075
Itee	Itu Bibi benar- benar marah?	

Iter	Ya marah, mendingan aku duluanlah. Kalau seandainya aku mau ini, ya udah ngomong aja kalau aku memang kamu dikira aku tuh katanya selingkuh, ya udah kamu ngomong aja. Aku selingkuh sama siapa? Cowoknya itu siapa? Yang selingkuh sama aku tuh siapa, gitu? Udahlah enggak usah jauh-jauh. "Oh, ya Daus, itu teman... itu istrimu tuh ngobrol sama ini." Enggak apa-apa, gitu. Enggak apa-apa, gitu. Kau nih asal aja ngomong, ibaratnya ngomong kayak gini-gini tapi enggak ada buktinya. Itu tuh ibaratnya namanya dia tuh posesif itu nah	1080 1085 1090 1095
Itee	Kalau untuk pertimbangan, misalnya Bibi mau	1100

	marah tapi Bibi kayak, "Enggak jadilah," kayak ada pertimbangan, pernah enggak? Ada pertimbangan kalau mau meluapkan emosi Bibi ke suami dulu?		
Iter	Bibi tuh orangnya apa, ya nggak mudah marah ya. Kalau sama suami, enggak mudah marah. Apa aja disuruh mau makan apa, oh turuti, gitu loh. Jadi kayak, lebih ke ikhlas kalau untuk ada emosi mah itu, udahlah mending ikhlas, kayak itu	Mempertimbangkan untuk mengekspresikan emosi (Regulasi Emosi: pertimbangan dampak emosi)	1105
Itee	Kalau yang Bibi lakukan untuk mengatasi perasaan waktu itu gimana, Bi, caranya? Dengan, apa tadi, kayak bekerja? Apa lagi?		1110
Iter	Ya bekerja, kan kalau bekerja terus intinya, apa ya intinya, ya ya bekerja gitu	Cara mengatasi emosi (Regulasi Emosi: Strategi pengelolaan emosi)	1115

Itee	Bekerja? He-em. Kalau Bibi pernah ngajar, itu pas masih posisi nikah kalau ngajar itu?	1120
Iter	posisi mau nikah tuh ngajar	
Itee	Terus pas berhentinya?	
Iter	Berhentinya tuh pas anakku umur 1 tahun.	
Itee	Oh, itu berhenti. Habis itu lanjut lagi kerja di rumah sakit?	1125
Iter	He-em, iya di rumah sakit.	
Itee	Oh, pas... oh, berhenti sebentar, terus lanjut? Lanjut lagi sampai habis itu cerai, Bibi masih tetap kerja di rumah sakit?	1130
Iter	Iya, masih, kayak meluapkan apa tuh, melupakan kejadian-kejadian itu dari kerja di rumah sakit, ngobrol dengan teman	Mengalihkan pikiran melalui aktivitas (Regulasi Emosi: Strategi pengelolaan emosi) 1135
Itee	Selain itu, ada lagi enggak, Bi,	

	aktivitas yang bikin Bibi lupa?	
Iter	Kegiatan apa begitu, ya kan Bibi selain ibaratnya kerja di situ kan kadang, pernah sih, kerjaan apa udah pernah aku coba semua. Setelah pulang dari rumah sakit itu, kadang aku pernah ee jualan kebab, bk9, mmm. Terus pernah... itu cuman bertahan berapa bulan aja. Terus sudah itu, namanya sudah itu kan kita leluasa, kan. Kita apa namanya, mengenal, mengenal, tapi mengenal bukan yang mengenal cowok gitu, bukan, ibaratnya biasa teman. Aku orangnya gini, nyari teman tuh pengennya yang pintar gitu, jadi kita bermotivasi ibaratnya, "Oh ya, aku pengen kayak	Mengalihkan pikiran melalui aktivitas (Regulasi Emosi: Strategi pengelolaan emosi) 1140 1145 1150 1155 1160

gini," ya gitulah.
 Nah, kebetulan aku
 ada teman tuh, ya
 single juga, kan. Dia
 bos, bos ini, bos
 beras, bos padi gitu.
 Nah, aku terus ikut
 dia setelah aku se-
 setelah aku balik
 dari rumah sakit,
 aku ikut dia, kerja
 gitu. Kerja tuh
 nimbang padi,
 berangkat jam 4
 sore kayak gini
 biasanya, jam 4 sore
 pulangnye jam 2
 malam.

Itee	Ikut pengajian- pengajian enggak?	1165
Itee	Mmm, kalau pengajian sih, kadang ikut kalau lagi ada, waktunya diselingi dengan pengajian Quran, terus kajian.	Mengalihkan pikiran melalui aktivitas (Regulasi Emosi: Strategi pengelolaan emosi)
Itee	Kalau Bibi itu cenderung orangnya yang nahan emosi atau yang langsung mengungkapkan perasaannya secara langsung?	1170
Itee	Nahan, biasanya nahan.	Cenderung mengekspresikan

		atau menahan emosi (Regulasi Emosi: Pengendalian Emosi)	
Itee	Kalau untuk alasan nya, mengapa, Bi, Bibi lebih nahan emosi Bibi?		1175
Iter	Bibi kan orang nya enggak mau ibarat nya ada apa- apa tuh kan orang nya enggak mau ibarat nya nyakitin perasaan orang, gitu. Jadi, lebih baik Bibi yang nahan, lebih baik Bibi yang sakit, gitu loh, Bibi lebih enggak mau orang lain sakit, ya, mending Bibi yang sakit	Mengontrol emosi agar tidak merugikan orang (Regulasi Emosi: Pengendalian Emosi)	1180
Itee	Kalau menurut Bibi, untuk sekarang Bibi sudah mampu mengelola emosi Bibi dengan cukup baik tidak, Bi?		1185
Iter	Sudah	Sudah mampu mengelola dan mengekspresikan emosi dengan baik (Regulasi Emosi:	

		Pengendalian Emosi)
Itee	Apa yang perlu Bibi perbaiki ke depannya?	1190
Iter	Pengen perbaiki, yang jelas tuh pengen lebih dekat lagi dengan Allah, kayak gitu. Pokoknya kurangilah yang istilahnya kita ngomong yang ke sana, ke sini, begitu lebih banyak ibadah lah ya	Yang ingin diperbaiki pada diri dalam mengelola emosi (Regulasi Emosi: Pengendalian Emosi) 1195
Itee	Terakhir, Bi. Kalau untuk cara Bibi belajar menerima kejadian-kejadian itu gimana, Bi? Belajar dari kejadian itu?	1200
Iter	Ya, belajar ikhlas lah. Bukan ikhlas, tapi belajar jadi ikhlas.	Sudah mampu mengelola dan mengekspresikan emosi dengan baik (Regulasi Emosi: Pengendalian Emosi)
Itee	Ya udah, mungkin pertemuan pertama cukup semua ini ya	1205
	Bi, untuk besok masih ada lagi	1210

pertemuan 2, 3. Aku mengucapkan makasih banyak ke Bibi udah mau diwawancarai, udah mau meluangkan waktu sebentar eh lama deng ini, bukan sebentar hehe.



Lampiran 19. Observasi Subjek

No	Aspek	Indikator	Checklist	Deskripsi
1	(Strategies) Kemampuan strategi regulasi emosi	c. Kemampuan menemukan cara menenangkan diri d. Kemampuan memilih strategi yang tepat sesuai kondisi	✓ ✓	Subjek menampilkan gestur tubuh yang rileks, posisi tangan bertumpu dengan tenang di pangkuan, menunjukkan ia mampu menjaga stabilitas diri saat berinteraksi. Subjek memilih untuk menurunkan pandangan dan mendengarkan secara saksama tanpa memotong pembicaraan, menunjukkan strategi adaptif.
2	(Goals) Kemampuan tidak terpengaruh emosi positif maupun negatif	c. Kemampuan menjaga keseimbangan antara perasaan dan tindakan	✓	Ekspresi wajah subjek netral cenderung teduh (tidak menunjukkan tanda-tanda kecemasan berlebih), menandakan tindakan tetap terkontrol.

- d. Kemampuan menjaga ketenangan dalam situasi emosional ✓ subjek mempertahankan posisi duduk yang stabil dan ketenangan ekspresi wajah yang konsisten, walaupun pada saat mengingat kejadian mata subjek berkaca sedih.

3	(Impuls) Kemampuan mengenali dan mengontrol emosi secara otomatis	c. Kemampuan mengenali emosi sebelum bereaksi ✓	Subjek tidak langsung memberikan reaksi verbal, ada jeda pemrosesan yang terlihat dari tatapan matanya yang terarah ke bawah dan atas secara tenang.
		d. Kemampuan mengontrol emosi untuk bereaksi ✓	Subjek mampu menahan pergerakan tubuh berlebih. Kontrol emosi otomatisnya berjalan baik, tercermin dari sikap duduk yang anggun

Pertemuan 2 Subjek S

No	Aspek	Indikator	Cheklis t	Deskripsi
1	(Strategies) Kemampuan n strategi regulasi emosi	e. Kemampuan menemukan cara menenangkan diri	✓	Subjek menampilkan posisi duduk yang stabil dengan satu tangan bertumpu tenang di atas lututnya. Gestur fisik yang santai mengindikasikan kemampuan subjek dalam menjaga ketenangan diri selama proses interaksi.
		f. Kemampuan memilih strategi yang tepat sesuai kondisi	✓	Subjek memilih strategi atensi penuh (<i>focused attention</i>) dengan cara menundukkan pandangan dan mengarahkan fokus matanya secara langsung pada kertas yang ditunjukkan oleh pewawancara.

2	(Goals) Kemampuan tidak terpengaruh emosi positif maupun negatif	e.	Kemampuan menjaga keseimbangan antara perasaan dan tindakan	✓	Ketika diberikan stimulus berupa dokumen oleh pewawancara, tindakan subjek tetap terkendali. Tidak terlihat adanya gerakan penolakan fisik.
		f.	Kemampuan menjaga ketenangan dalam situasi emosional	✓	Ekspresi wajah subjek tampak tenang, netral, dan serius saat mencermati berkas. Subjek tidak menunjukkan tanda-tanda kecemasan, ketegangan otot wajah, atau distorsi emosi yang berlebih.
3	(Impuls) Kemampuan mengenali dan mengontrol emosi secara otomatis	e.	Kemampuan mengenali emosi sebelum bereaksi	✓	Sebelum memberikan respons verbal atau tindakan lanjutan, subjek menyaring informasi terlebih dahulu, menandakan adanya jeda kognitif yang baik.

- | | | |
|--|---|--|
| f. Kemampuan mengontrol emosi untuk bereaksi | ✓ | subjek bersikap optimal, ditandai dengan posisi tubuh yang tetap tenang, dan tidak menunjukkan gerakan yang tidak perlu. |
|--|---|--|
-



Pertemuan 3 Subjek S

No	Aspek	Indikator	Cheklis t	Deskripsi
1	(Strategies) Kemampuan strategi regulasi emosi	g. Kemampuan menemukan cara menenangkan diri	✓	Subjek menampilkan posisi duduk yang stabil dengan kedua tangan bertumpu tenang di atas lututnya. Gestur ini mengindikasikan kemampuan subjek dalam mengondisikan fisik agar tetap tenang selama proses interaksi berlangsung.
		h. Kemampuan memilih strategi yang tepat sesuai kondisi	✓	Subjek memilih strategi atensi penuh (<i>focused attention</i>) dengan mengarahkan pandangan matanya secara langsung dan saksama ke arah pewawancara, menunjukkan keterlibatan kognitif yang adaptif terhadap situasi wawancara.

2	(Goals) Kemampuan tidak terpengaruh emosi positif maupun negatif	g. Kemampuan menjaga keseimbangan antara perasaan dan tindakan	✓	Di hadapan pewawancara yang memberikan ekspresi tersenyum hangat dan menunjukkan dokumen, tindakan subjek tetap seimbang dan terarah. Subjek tidak menunjukkan reaksi tubuh yang berlebihan. Subjek menampilkan raut wajah yang serius namun tetap tenang dan kooperatif. Tidak terdeteksi adanya indikasi ketegangan motorik, kecemasan, atau distorsi emosi yang menonjol pada wajahnya.
		h. Kemampuan menjaga ketenangan dalam situasi emosional	✓	
3	(Impuls) Kemampuan mengenali dan mengontrol emosi secara otomatis	g. Kemampuan mengenali emosi sebelum bereaksi	✓	Subjek mendengarkan perkataan atau penjelasan dengan saksama tanpa memotong pembicaraan, yang mencerminkan adanya proses

penyaringan
informasi.

h. Kemampuan
mengontrol
emosi untuk
bereaksi



Kontrol emosi
otomatis
berjalan dengan
baik, ditandai
dengan
bertahannya
postur tubuh
yang tegak,
posisi tangan
yang tidak
gelisah, serta
kesiapan penuh



Lampiran 20. Surat Hasil Turnitin



KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
UNIT PELAKSANA TEKNIS PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG
Alamat : Jl. Letkol H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung Telp. 0721 703278

SURAT KETERANGAN

Nomor: B- 3297 /Un.16 /P1 /KT/VII /2026

Assalamu'alaikum Wr.Wb.

Saya yang bertandatangan dibawah ini:

Nama : Dr. Eni Amaliah, S.Ag., S.S., M.Ag.
NIP : 197005121998032002
Jabatan : Kepala UPT Perpustakaan UIN Raden Intan Lampung

Menerangkan Bahwa Penelitian Karya Ilmiah dengan Judul :

**GAMBARAN REGULASI EMOSI PADA PEREMPUAN PENYINTAS
KEKERASAN DALAM RUMAH TANGGA (KDRT) PASCACERAI**

Karya :

NAMA	NPM	FAK/PRODI
NUR AINI	2231060247	FPI/ PSI

Bebas plagiasi sesuai dengan hasil pemeriksaan tingkat kemiripan sebesar 11% dan dinyatakan **Lulus** dengan bukti terlampir.

Demikian Keterangan ini kami buat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Bandar Lampung, 13 Juli 2026
Kepala,



Dr. Eni Amaliah, S.Ag., S.S., M.Ag.
NIP.197005121998032002

Ket:

1. Surat Keterangan Cek Turnitin ini Legal & Sah, dengan Stempel Asli UPT Perpustakaan.
2. Surat Keterangan ini Dapat Digunakan Untuk Repository.
3. Lampirkan Surat Keterangan Lulus Turnitin & Rincian Hasil Cek Turnitin ini di Bagian Lampiran Karya Ilmiah Untuk Salah Satu Syarat Penyebaran di Pusat Perpustakaan.

Gambar L.27 Surat Hasil Turnitin

 Page 1 of 105 - Cover Page

Submission ID: trn:okt::3618:145463186

RADEN INTAN LIBRARY**Gambaran Regulasi Emosi pada Perempuan Penyintas Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT) Pascacerai**

KARYA ILMIAH 167

Document Details

Submission ID
trn:okt::3618:145463186

Submission Date
13 Jul 2026, 11:36 GMT+7

Download Date
13 Jul 2026, 11:39 GMT+7

File Name
NURAINI_2231060247_Psikologi_Cek Turnitin.docx

File Size
1.1 MB

91 Pages
28,531 Words
181,384 Characters

11% Overall Similarity

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

Filtered from the Report

- Bibliography
- Quoted Text
- Small Matches (less than 8 words)

Top Sources

- 9%  Internet sources
- 5%  Publications
- 9%  Submitted works (Student Papers)

Integrity Flags

0 Integrity Flags for Review

Our system's algorithms look deeply at a document for any inconsistencies that would set it apart from a normal submission. If we notice something strange, we flag it for you to review.

A flag is not necessarily an indicator of a problem. However, we'd recommend you focus your attention there for further review.

Top Sources

- 9% Internet sources
- 5% Publications
- 9% Submitted works (Student Papers)

Top Sources

The sources with the highest number of matches within the submission. Overlapping sources will not be displayed.

1	Internet	journal.unika.ac.id	<1%
2	Internet	repository.radenintan.ac.id	<1%
3	Student papers	UIN Raden Intan Lampung on 2025-05-01	<1%
4	Student papers	UIN Raden Intan Lampung on 2024-12-27	<1%
5	Internet	jurnalfuda.iainkediri.ac.id	<1%
6	Internet	123dok.com	<1%
7	Internet	jurnalunj.ac.id	<1%
8	Internet	repository.uinsaizu.ac.id	<1%
9	Internet	jurnal.untag-sby.ac.id	<1%
10	Student papers	Universitas Islam Riau on 2026-04-23	<1%
11	Internet	misterrakib.blogspot.com	<1%

 Page 4 of 105 - Integrity Overview		Submission ID: 1rrcolet=3611e145463186
12	Student papers	
UIN Raden Intan Lampung on 2023-04-04		<1%
13	Student papers	
Universitas Sanata Dharma on 2024-12-13		<1%
14	Internet	
etheses.uin-malang.ac.id		<1%
15	Student papers	
UIN Raden Intan Lampung on 2026-07-01		<1%
16	Internet	
eprints.uny.ac.id		<1%
17	Student papers	
UIN Raden Intan Lampung on 2025-01-30		<1%
18	Student papers	
Universitas Negeri Jakarta on 2019-08-20		<1%
19	Student papers	
Universitas Pendidikan Indonesia on 2014-01-06		<1%
20	Internet	
etd.uinsyahada.ac.id		<1%
21	Student papers	
Universitas Merdeka Malang on 2026-01-09		<1%
22	Student papers	
Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara on 2025-12-01		<1%
23	Student papers	
Sriwijaya University on 2023-01-09		<1%
24	Student papers	
UIN Raden Intan Lampung on 2024-12-04		<1%
25	Internet	
etheses.iainponorogo.ac.id		<1%
 Page 4 of 105 - Integrity Overview		Submission ID: 1rrcolet=3611e145463186

26	Student papers	UIN Syarif Hidayatullah Jakarta on 2026-05-12	<1%
27	Internet	digilib.uin-suka.ac.id	<1%
28	Internet	idr.uin-antasari.ac.id	<1%
29	Internet	repository.unmuhjember.ac.id	<1%
30	Student papers	UIN Raden Intan Lampung on 2024-01-11	<1%
31	Internet	jip.stkipyapisdampu.ac.id	<1%
32	Internet	repository.uin-suska.ac.id	<1%
33	Student papers	UIN Raden Intan Lampung on 2025-02-04	<1%
34	Internet	adoc.pub	<1%
35	Student papers	UIN Raden Intan Lampung on 2025-02-24	<1%
36	Student papers	UIN Raden Intan Lampung on 2025-10-28	<1%
37	Internet	ejurnal.untag-smd.ac.id	<1%
38	Internet	garuda.kemdiktisaintek.go.id	<1%
39	Student papers	UIN Raden Intan Lampung on 2024-11-11	<1%

40	Student papers	Universitas Islam Indonesia on 2026-06-30	<1%
41	Internet	jurnalaira.or.id	<1%
42	Student papers	Universitas Islam Riau on 2026-03-03	<1%
43	Internet	eprints.umpo.ac.id	<1%
44	Publication	Revi Rendika, Ratu Wardarita, Muhammad Ali. "Pergeseran dan Pemertahanan B...	<1%
45	Student papers	UIN Raden Intan Lampung on 2021-06-02	<1%
46	Internet	text-id.123dok.com	<1%
47	Student papers	Institut Pemerintahan Dalam Negeri (IPDN) on 2026-02-05	<1%
48	Internet	repository.unika.ac.id	<1%
49	Student papers	UIN Raden Intan Lampung on 2024-12-16	<1%
50	Internet	ojs.staialfurqan.ac.id	<1%
51	Student papers	Universitas Pendidikan Muhammadiyah Sorong on 2025-11-08	<1%
52	Internet	pesonajabar.com	<1%
53	Internet	repository.radenfatah.ac.id	<1%

54	Internet	repository.uinpalopo.ac.id	<1%
55	Internet	repository.unpas.ac.id	<1%
56	Student papers	Universitas Sanata Dharma on 2022-06-26	<1%
57	Internet	core.ac.uk	<1%
58	Internet	eprints.mercubuana-yogya.ac.id	<1%
59	Internet	repository.mediapenerbitindonesia.com	<1%
60	Internet	dbinstitute.id	<1%
61	Internet	docplayer.info	<1%
62	Student papers	Institut Agama Islam Al-Zaytun Indonesia on 2025-07-29	<1%
63	Publication	Larasati, Falasifa. "Peran Orang Tua Dalam Penyelenggaraan Layanan Paud Mela..."	<1%
64	Student papers	National Forensic Sciences University on 2024-11-25	<1%
65	Student papers	Universitas Andalas on 2019-07-17	<1%
66	Internet	eprints.umm.ac.id	<1%
67	Internet	mynida.staindaeladabi.ac.id	<1%

152	Internet	jurnal.radenfatah.ac.id	<1%
153	Internet	jurnal.um-palembang.ac.id	<1%
154	Internet	jurnal.unimed.ac.id	<1%
155	Internet	ojs.unm.ac.id	<1%
156	Internet	penerbitadm.pubmedia.id	<1%
157	Internet	publisherqu.com	<1%
158	Internet	repository.iainbengkulu.ac.id	<1%
159	Internet	repository.iainpurwokerto.ac.id	<1%
160	Internet	repository.stainmajene.ac.id	<1%
161	Internet	repository.uma.ac.id	<1%
162	Internet	repository.umy.ac.id	<1%
163	Internet	repository.untag-sby.ac.id	<1%
164	Internet	www.coursehero.com	<1%
165	Internet	www.jlis.iicet.org	<1%