



ARTICLE RESEARCH

URL artikel: [http:// https://journal.famika.web.id/ojs/index.php/ijimf/index](http://https://journal.famika.web.id/ojs/index.php/ijimf/index)

Coping Mechanisms Among Mothers Who Have Experienced Domestic Violence: A Phenomenological Study

Fitria M Radjak¹, Ismiyanti Hi Yusuf²

¹Nutrition Science Study Program, Faculty of Science and Health, Kie Raha Institute of Science and Education

²Biomedical Study Program, Faculty of Science and Health, Kie Raha Institute of Science and Education

fitriamradjak@gmail.com¹, imyusuf26@gmail.com²

ABSTRACT

Kekerasan dalam rumah tangga merupakan salah satu masalah sosial yang masih marak terjadi di Indonesia. Perempuan, khususnya ibu, menjadi pihak yang paling rentan mengalami kekerasan dalam rumah tangga. Kekerasan ini tidak hanya berdampak fisik, tetapi juga psikologis dan sosial. Penelitian ini bertujuan untuk menggali mekanisme koping yang dilakukan oleh ibu yang mengalami kekerasan dalam rumah tangga dengan menggunakan pendekatan fenomenologi. Penelitian ini menggunakan kualitatif fenomenologi dengan teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling, analisa data yang digunakan adalah Amedeo Giorgi. Berdasarkan hasil penelitian dapat dijelaskan mekanisme koping pada ibu yang mengalami kekerasan dalam rumah tangga menghasilkan tema yaitu: 1) mekanisme koping yang berfokus pada spiritual 2) mekanisme koping yang berfokus pada emosi. Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan bahwa mekanisme koping spiritual dan emosional berperan penting dalam membantu para ibu korban kekerasan dalam rumah tangga untuk mengatasi trauma dan dampak negatif kekerasan dalam rumah tangga.

Keywords : mekanisme koping, ibu, kekerasan dalam rumah tangga

PUBLISHED BY :

Universitas Famika

Address :

BTP Grand Central No. 12,
Makassar, Sulawesi Selatan, Indonesia.

Email :

journal@famika.web.id

Phone :

+628124202015

Article history : (dilengkapi oleh admin)

Received 11 07 2026

Received in revised form 18 07 2026

Accepted 22 07 2026

Available online 22 07 2026

licensed by [under the Creative Commons Attribution License \(CC BY 4.0\)](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)



INTRODUCTION

Kekerasan dalam rumah tangga merupakan salah satu masalah sosial yang masih marak terjadi di Indonesia. Berdasarkan data dari Komnas Perempuan, pada tahun 2021, terdapat 33.242 kasus KDRT yang dilaporkan. Perempuan, khususnya ibu, menjadi pihak yang paling rentan mengalami KDRT. Kekerasan ini tidak hanya berdampak fisik, tetapi juga psikologis dan sosial. Adapun data kekerasan di kota Semarang total kasus kekerasan berjumlah 61 orang, diantaranya kekerasan dalam rumah tangga berjumlah 31 orang dengan kasus berdasarkan tempat kejadian yaitu yang dialami ibu rumah tangga dengan kasus tindakan kekerasan yang dialami korban secara fisik berjumlah 30% sedangkan secara Psikis 6% (1). Ibu yang mengalami KDRT seringkali mengalami berbagai masalah, seperti depresi, kecemasan, trauma, dan stres. Mereka juga dapat mengalami kesulitan dalam menjalankan peran mereka sebagai istri dan ibu. Hal ini dapat berdampak negatif pada kesehatan fisik dan mental mereka sendiri, serta pada anak-anak mereka (2). Penting untuk memahami bagaimana ibu yang mengalami KDRT menghadapi situasi yang sulit ini. Salah satu cara untuk memahami hal ini adalah dengan mempelajari mekanisme koping yang mereka gunakan. Mekanisme koping adalah strategi yang digunakan oleh individu untuk mengatasi stres dan masalah (3).

Perempuan yang mengalami kekerasan memiliki alasan yang beragam dan kompleks untuk tetap bertahan atau meninggalkan pasangannya (4). Ada empat faktor yang mempengaruhi pengambilan keputusan untuk bertahan atau berpisah yaitu kemandirian finansial, kesaksian adanya kekerasan diantara orang tua, karakteristik psikologis, serta respon aparat terhadap pengaduan tentang kekerasan dalam rumah tangga (5). Koping yang berfokus pada masalah meliputi mencari solusi untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi, mencari bantuan dari orang lain, dan mengubah situasi yang tidak dapat diubah. Koping yang berfokus pada emosi meliputi mengelola emosi negatif, mencari dukungan emosional, dan membangun makna dari pengalaman traumatis.

Untuk mengatasi trauma dan dampak negatif KDRT, para ibu membutuhkan berbagai strategi koping. Strategi koping adalah cara yang digunakan individu untuk menghadapi situasi stres atau traumatis (6). Strategi koping yang efektif dapat membantu individu untuk mengurangi stres, meningkatkan kesejahteraan mental dan fisik, serta meningkatkan kualitas hidup. Mekanisme koping adalah strategi yang digunakan individu untuk menghadapi stres dan trauma. Mekanisme koping yang efektif dapat membantu individu untuk mengatasi stres, meningkatkan kesejahteraan mental dan fisik, dan mencegah terjadinya masalah kesehatan mental yang lebih serius. Penelitian tentang mekanisme koping pada ibu yang pernah mengalami KDRT masih tergolong terbatas (7). Penelitian ini bertujuan untuk menggali mekanisme koping yang dilakukan oleh ibu yang mengalami KDRT dengan menggunakan pendekatan fenomenologi. Fenomenologi adalah metode penelitian kualitatif yang bertujuan untuk memahami pengalaman individu secara mendalam.

METHOD

Penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologi. Metode pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*. Pengambilan data dilakukan pada bulan mei 2024 di semarang jawa tengah dengan *indepth interview*. Yang berdasarkan kriteria inklusi, yaitu ibu rumah tangga yang mengalami kekerasan dalam rumah tangga. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, dimana pertanyaan wawancara dimulai dengan permintaan klarifikasi. “*mekanisme koping pada ibu yang mengalami kekerasan dalam rumah tangga*”. Teknik analisis data yang digunakan penelitian ini adalah Amedeo Giorgi.⁸ meliputi tahapan memahami fenomena ibu yang mengalami kekerasan dalam rumah tangga, mengumpulkan data melalui wawancara, membaca berulang-ulang hasil verbatim dan memahami pengalaman partisipan, memilih pernyataan yang signifikan dan sesuai tujuan khusus penelitian, mengambil esensi makna dari kata kunci, menuangkan esensi makna pernyataan dalam kategori, dan mengelompokkan kategori ke dalam tema; menuliskan gambaran yang mendalam, memvalidasi hasil verbatim dan tema kepada partisipan, dan menggabungkan data validasi ke dalam suatu deskripsi akhir.

RESULTS

Peneliti mengidentifikasi dua tema hasil penelitian sesuai dengan tujuan penelitian Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti dengan ketiga partisipan peneliti mengidentifikasi dua tema hasil penelitian sesuai dengan tujuan penelitian.

Mekanisme koping berfokus pada spiritual

Mekanisme koping berfokus pada spiritual yang diperoleh ketiga wawancara dibentuk dari kategori yang diungkapkan dalam pernyataan berikut:

“*Saya diam aja, melakukan aktivitas seperti biasa ya masih saya lakukan yang saya lakukan mba, saya masih buat dia minum, masih mencuci bajunya seperti itu, tidak berpengaruh dari kata-kata dia ucapkan mba saya ikhlas mba, saya berdoa saja sama allah mudah-mudahan disadarkan , ya diberikan jalan yang terbaik gitu*”(P1)

“*Ya saya diam aja mba dirumah, paling nanti saya bisa telpon adik-adik saya, ya sekarang saya pasrah kan ke allah mba semoga dengan kejadian ini suami saya berubah gak kaya dulu lagi, sayang sama istri dan anak, saya percaya allah pasti bantu saya tapi gak tau kapan*”(P1)

“*Wes mba biasa ne aku nangis tok mba, sampe aku mikir ya gusti allah kenapa hidupku seperti ini ya allah kok allah tega gitu lo mba buat aku gini mbaa*”(P2)

“*Yo jelas mbaa, aku sering pusing mikir terus sampe kapan gini terus, kok ga selesai-selesai, saya berdoa kadang sama allah semoga suamiku cepat dapat kerjaan gitu mba*”(P3)

Mekanisme koping berfokus pada emosi

Mekanisme koping berfokus pada emosi yang diperoleh ketiga wawancara dibentuk dari kategori yang diungkapkan dalam pernyataan berikut:

“Ehh ibu saya tidak, tidak tau, paling adik-adik yang tau, tapi ya gitu adik-adik gak berani cuman bisa ngomong aja sabar aja, soalnya gk berani karena saya masih istrinya kecuali sudah cerai tapi saya pernah ngomong kalau mau cerai gak papa nanti saya yang ngurus tapi dia tetap gk mau juga, tapi saya masih mikir anak-anak juga makanya saya bertahan ini, saya berdoa saja gitu mbaa”(P1)

”Ya saya minta bantuannya ke allah mba, semoga suami saya berubah dan dapat pekerjaan lagi, gak berani saya ngomong dengan keluarga saya mba takut”(P2)

“Ya saya diam aja mba dirumah, paling nanti saya bisa telpon adik-adik saya, ya sekarang saya pasrah kan ke allah mba semoga dengan kejadian ini suami saya berubah gak kaya dulu lagi, sayang sama istri dan anak, saya percaya allah pasti bantu saya tapi gak tau kapan”(P3)

DISCUSSION

Kekerasan Dalam Rumah Tangga merupakan salah satu bentuk pelanggaran hak asasi manusia yang memberikan dampak negatif bagi korbannya, terutama bagi ibu. Dampak KDRT tidak hanya bersifat fisik, tetapi juga emosional, psikologis, dan spiritual (8). Mekanisme koping spiritual merupakan salah satu strategi yang dapat membantu ibu yang mengalami KDRT untuk mengatasi trauma dan membangun kembali kehidupan mereka. Mekanisme koping spiritual melibatkan keyakinan dan praktik agama atau spiritualitas yang membantu individu menemukan makna dan kekuatan dalam menghadapi kesulitan (9).

Mekanisme koping spiritual dapat membantu ibu yang mengalami KDRT untuk: Mengurangi stres dan kecemasan, berdoa dapat membantu ibu untuk menenangkan pikiran dan tubuh mereka, dan mengurangi stres dan kecemasan yang terkait dengan KDRT dan Meningkatkan rasa optimisme dan harapan kegiatan keagamaan dapat memberikan ibu rasa optimisme dan harapan untuk masa depan. memperkuat rasa diri dan harga diri: Mencari bimbingan spiritual dapat membantu ibu untuk membangun kembali rasa diri dan harga diri mereka yang mungkin telah dirusak oleh KDRT. menemukan makna dan tujuan hidup: Mekanisme koping spiritual dapat membantu ibu untuk menemukan makna dan tujuan hidup mereka, bahkan di tengah situasi yang sulit (10,11).

Mekanisme koping adalah strategi yang digunakan individu untuk mengatasi stres, tekanan, dan situasi sulit lainnya. Mekanisme koping berfokus pada emosi berfokus pada upaya untuk mengelola dan mengatur emosi yang muncul dalam situasi sulit. Teknik relaksasi seperti meditasi, yoga, dan pernapasan dalam dapat membantu menenangkan tubuh dan pikiran, dan mengurangi stres dan kecemasan dan melibatkan mengubah cara pandang individu terhadap situasi sulit (12). Hal ini dapat membantu individu untuk melihat situasi dalam perspektif yang lebih positif dan menemukan makna di dalamnya. Dukungan sosial berbicara dengan teman, keluarga, atau terapis dapat membantu individu untuk merasa didengarkan, dimengerti, dan didukung. Mekanisme koping yang paling efektif akan berbeda-beda untuk setiap individu. Penting untuk menemukan mekanisme koping yang sesuai dengan kepribadian, nilai-nilai, dan gaya hidup individu (13).

Mekanisme koping berfokus pada emosi membantu para ibu untuk mengidentifikasi, memahami, dan mengelola emosi negatif yang muncul akibat KDRT. Mekanisme ini juga membantu para ibu untuk membangun ketahanan diri dan mengembangkan kemampuan untuk mengatasi stres dan trauma.

CONCLUSIONS AND RECOMMENDATIONS

Penelitian ini menunjukkan bahwa mekanisme koping spiritual dan emosional berperan penting dalam membantu para ibu korban KDRT untuk mengatasi trauma dan dampak negatif KDRT. Temuan penelitian ini dapat digunakan bagi penelitian selanjutnya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu yang pernah mengalami KDRT menggunakan berbagai mekanisme koping untuk menghadapi trauma dan stres yang mereka alami. Mekanisme koping tersebut dapat dikategorikan menjadi dua, yaitu koping yang berfokus pada spiritual dan koping yang berfokus pada emosi.

ACKNOWLEDGEMENT

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih kepada dosen pembimbing dan partisipan yang telah dengan sukarela bersedia terlibat dalam penelitian ini. Penelitian ini di danai oleh peneliti sendiri tanpa adanya sponsor maupun dukungan materi dari pihak manapun

Kontribusi Penulis

Seluruh penulisan berkontribusi dalam penelitian ini.

Konflik Kepentingan

Tidak memiliki konflik kepentingan terkait dengan penelitian ini.

REFERENCES

1. Zein W, Siregar B. Causes and impacts of domestic violence against women : Cases in Indonesia Penyebab dan dampak kekerasan dalam rumah tangga terhadap perempuan : Kasus di Indonesia. 2024;77–88.
2. Sere Y, Roman N V, Ruiter RAC, Roman N V. Coping With the Experiences of Intimate Partner Violence Among South African Women : Systematic Review and Meta-Synthesis. 2021;12(May):1–15.
3. Ong XH, Siah PC. A Scoping Review on the Coping Strategies Used by Intimate Partner Violence Survivors. 2025;
4. Lazzari CG, Rabottini M, Tabib F, Guermazi F, Hentati S, Mnif D, et al. EPV1118 Women with borderline personality disorder and pathophilia : understanding causes of pandemic diffusion of transmissible diseases through samos syndrome EPV1117 Assessing coping strategies among intimate partner violence victims. 2024;2024.
5. Dwarumpudi A, Mshana G, Aloyce D, Peter E, Malibwa D, Kapiga S, et al. Coping responses to intimate partner violence : narratives of women in North-west Tanzania. Cult Health Sex [Internet]. 2026;28(1):115–29. Available from: <https://doi.org/10.1080/13691058.2022.2042738>
6. Anne S, Id P, Bentley A, Asher L, Osrin D, Oram S. Improving the mental health of women intimate partner violence survivors : Findings from a realist review of psychosocial interventions. 2022;1–22. Available from: <http://dx.doi.org/10.1371/journal.pone.0264845>

7. Elli Nur Hayati, Malin Eriksson, Mohammad Hakimi UH& M, Emmelin. 'Elastic band strategy': women's lived experience of coping with domestic violence in rural Indonesia. 2013;9716.
8. Istratii R. A multi-sectoral evidence synthesis on religious beliefs , intimate partner violence and faith-based interventions. 2022;1–38.
9. Ali P. A Scoping Review on the Role of Religion in the Experience of IPV and Faith-Based Responses in Community and Counseling Settings. 2023;
10. Oyewuwo OB. Black Muslim Women ' s Use of Spirituality and Religion as Domestic Violence Coping Strategies. 2020;14(1):3–22.
11. Vass A, Krane J. Religious , Practical and Future-Oriented Coping Strategies to End Intimate Partner Violence : An In-Depth Examination of Ultraorthodox Israeli Women ' s Narratives. 2026;75–86.
12. Hamdani SU, Huma Z, Zafar SW, Suleman N, Baneen U. Effectiveness of relaxation techniques ' as an active ingredient of psychological interventions ' to reduce distress , anxiety and depression in adolescents : a systematic review and meta -analysis. Int J Ment Health Syst [Internet]. 2022;1–17. Available from: <https://doi.org/10.1186/s13033-022-00541-y>
13. Acoba EF. Social support and mental health : the mediating role of perceived stress. 2024;(February):1–12.