

Kebahagiaan dan Kesehatan Mental Korban Pelecehan Seksual di Mimika Papua

Oktoovina Maria Talapessy¹, Christiana Hari Soetjningsih²

^{1,2} Fakultas Psikologi, Universitas Kristen Satya Wacana

Email: octvina9@gmail.com¹, soetji_25@yahoo.co.id²

Abstrak

Pelecehan seksual merupakan suatu tindakan kejahatan secara verbal atau non-verbal, yang dapat memengaruhi kesehatan mental korbannya. Salah satu faktor yang memengaruhi kesehatan mental adalah kebahagiaan. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan kebahagiaan dengan kesehatan mental pada korban pelecehan seksual. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain korelasional. Jumlah partisipan penelitian sebanyak 90 orang laki-laki dan perempuan korban pelecehan seksual di Mimika Papua, yang diperoleh melalui teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan *Oxford Happiness Questionnaire (OHQ)* dari Hills dan Argyle dan *The Mental Health Inventory (MHI-38)* dari Veit dan Ware. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kebahagiaan dengan kesehatan mental pada korban pelecehan seksual dengan hasil koefisien korelasi (r) sebesar 0,722 dengan nilai signifikansi = 0.000 ($p < 0,05$). Semakin tinggi kebahagiaan yang dirasakan, semakin tinggi pula kesehatan mental dan sebaliknya semakin rendah kebahagiaan yang dirasakan, semakin rendah pula kesehatan mental.

Kata Kunci: *Kebahagiaan, Kesehatan Mental, Korban Pelecehan Seksual.*

Abstract

Sexual harassment is a verbal or non-verbal crime, which can affect the mental health of the victim. One of the factors that influence mental health is happiness. The purpose of this study was to determine the relationship between happiness and mental health in victims of sexual harassment. This study uses a quantitative approach with a correlational design. The number of research participants was 90 men and women victims of sexual harassment in Mimika Papua, who were obtained through a purposive sampling technique. Data collection was carried out using the *Oxford Happiness Questionnaire (OHQ)* from Hills and Argyle and *The Mental Health Inventory (MHI-38)* from Veit and Ware. The results showed that there was a significant positive relationship between happiness and mental health in sexual anxiety with a correlation coefficient (r) of 0.722 with a significance value = 0.000 ($p < 0.05$). The higher the perception of happiness, the higher the mental health and conversely, the lower the perception of happiness, the lower the mental health

Keywords: *Happiness, Mental Health, Victims of Sexual Harassment.*

PENDAHULUAN

Selama beberapa tahun terakhir ini, kasus kejahatan di Indonesia semakin marak terjadi, tentunya hal itu tidak dapat diprediksi dan diduga. Kejahatan merupakan perilaku yang dilakukan secara sengaja pada korban dengan melanggar hukum maupun normal dan menimbulkan kesan traumatis bagi penerimanya. Salah satu bentuk kejahatan yang saat ini masih banyak terjadi adalah pelecehan seksual (Zainal, 2015). Pelecehan seksual merupakan segala bentuk perilaku bersifat seksual yang dilakukan secara sepihak dari pelaku kepada korban yang tidak menghendaki perilaku tersebut (Handayani, 2020). Pelecehan seksual dapat terjadi pada perempuan maupun laki-laki, akan tetapi dalam kehidupan sehari-hari perempuanlah yang sering mengalami

pelecehan seksual dibanding laki-laki.

Pelecehan seksual merupakan salah satu tindakan pelanggaran hak asasi manusia. Collier (1998) menyatakan tindakan pelecehan seksual dapat berupa *catcalling*, penilaian yang tidak pantas terhadap baju atau tubuh wanita, pandangan mata yang menelusuri tubuh, ajakan paksa berhubungan seks dengan ancaman-ancaman tertentu, dan pemerkosaan. Kekerasan komisi nasional anti kekerasan terhadap perempuan dari mitra lembaga layanan menyatakan terdapat lebih dari 8.234 kasus kekerasan terhadap perempuan yang terbagi dalam kasus ranah personal, kasus ranah pribadi, dan kasus ranah publik atau komunitas (komnas perempuan, 2021).

Menurut huraerah (2012), efek dari pelecehan seksual yaitu individu menjadi agresif dan pasif, tidak mampu menghargai diri sendiri, sulit menjalin relasi dengan orang lain, dan timbul rasa benci pada diri yang mengarah pada *self harm*. Dengan adanya efek negatif dari pelecehan seksual ini membuat kesehatan mental korban menurun. Kondisi korban pelecehan seksual pada umumnya mengalami stres yang dapat membuat korban kurang termotivasi dan mengganggu konsentrasi sehingga pada kasus tertentu memicu terjadinya depresi. Selain itu, korban mengalami penyimpangan kepribadian seperti menjadi pendiam, malu bertemu orang banyak, dan mudah menyalahkan diri (ayu et al., 2020).

Fenomena pelecehan seksual mempengaruhi kesehatan mental individu yang mengalaminya, bagi sebagian korban pelecehan seksual di kota mimika, papua menyatakan bahwa mereka sering mengalami stres dan depresi ketika mengingat pelecehan yang dialami, sehingga terkadang mengarah pada perilaku negatif seperti menyayat tangan dan meminum obat untuk percobaan bunuh diri. Selain itu, mereka menjadi trauma yang mendalam, perubahan emosi, merasa malu untuk bertemu orang lain, sulit terbuka, dipenuhi ketakutan, kepercayaan diri rendah, tertekan, belum dapat menerima diri, dan menyalahkan diri sendiri.

Menurut veit dan ware (1983), kesehatan mental merupakan suatu kondisi terhindarnya seseorang dari gangguan atau tekanan psikologis seperti terhindar dari kecemasan, depresi, dan kehilangan kontrol dan kondisi positif individu yaitu memiliki emosi positif, rasa cinta dan kepuasan hidup. Terdapat dua aspek dari veit dan ware (1983) yaitu terhindar dari *psychological distress* atau individu terhindar dari tekanan psikologis (negatif) yang dicirikan dengan terhindar dari kecemasan, depresi dan kehilangan kontrol serta terdapat *psychological well-being* atau individu yang dicirikan dengan adanya perasaan positif umum seperti kondisi emosional, rasa cinta dan kepuasan hidup.

Kesehatan mental sangat penting bagi individu, karena individu yang bermental sehat dapat mengembangkan kemampuan atau potensi diri secara maksimal dalam menghadapi hidup, dan mampu menjalin hubungan positif dengan orang lain. Selain itu, kesehatan mental yang baik memiliki efek positif pada kondisi batin yang tenang dan tentram, sehingga individu dapat menikmati hidup dan menghargai orang lain. Sebaliknya, individu yang kesehatan mentalnya terganggu akan mendapat efek negatif sehingga terjadinya gangguan pada suasana hati, kemampuan berpikir, dan kendali emosi yang pada akhirnya mengarah pada perilaku buruk (ayu et al., 2020).

Kota mimika merupakan salah satu kota yang terdapat di daerah papua dengan tingkat pelecehan seksual sebanyak lebih dari 20 kasus setiap tahunnya. Berdasarkan data kasus pelecehan seksual pada anak dan perempuan yang diperoleh dari dinas pemberdayaan perempuan perlindungan anak pengendalian penduduk dan keluarga berencana (dp3ap2kb) di mimika, papua selama 3 tahun terakhir. Pada tahun 2019, 2020, dan 2021 secara keseluruhan terdapat total 160 kasus kekerasan dan pelecehan seksual yang terjadi. Kekerasan dan pelecehan seksual terbagi dalam kekerasan fisik berjumlah 28 kasus, penelantaran 31 kasus, pelecehan seksual 68 kasus, dan kekerasan psikis 30 kasus.

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi kesehatan mental yaitu hubungan interpersonal dan komunikasi antar individu dan faktor psikologis serta sifat kepribadian. Hubungan interpersonal dan

komunikasi yang efektif berpengaruh baik terhadap kesehatan mental individu, sebaliknya hubungan interpersonal dan komunikasi yang kurang efektif berakibat pada tekanan psikologis seperti kecemasan, depresi, dan stres (harvey et al., 2014). Faktor psikologis dan sifat kepribadian yang mencakup rasa syukur merupakan salah satu kondisi emosi, sikap, kebajikan moral, sifat kepribadian, dan cara merespon dalam memberi kontribusi pada kesehatan mental. Perasaan yang mendorong untuk bersyukur dan apresiasi dapat menimbulkan kondisi tenang, senang, dan puas secara psikologis sehingga kesehatan mental akan meningkat (mccullough et al., 2002). Menurut argyle (2001) kebahagiaan merupakan perasaan positif yang didalamnya terdapat kebersyukuran, kepuasan hidup, penerimaan diri, pemikiran positif, suasana hati yang baik dan terhindar dari emosi negatif. Dalam sebuah penelitian ditemukan bahwa dengan bersyukur atas potensi dan hal positif dalam diri dapat meningkatkan kesejahteraan subjektif yang berisikan kebahagiaan dan kepuasan hidup pada korban pelecehan seksual (wijaya et al., 2019). Korban yang mengalami pelecehan seksual kurang mencapai kebahagiaan dikarenakan perasaan positif yang terhalang oleh emosi negatif seperti tidak dapat menerima diri, suasana hati yang tidak stabil dan perasaan negatif lainnya. Terdapat aspek-aspek kebahagiaan yaitu hidup bermanfaat (*life is rewarding*), waspada secara mental (*mentally alert*), hidup yang menyenangkan (*pleased with life*), menemukan hal-hal indah dalam segala hal (*find beauty in things*), puas dengan kehidupan (*satisfied in life*), dapat mengatur waktu (*can organized time*), tampil menarik (*look attractive*), dan kenangan indah (*happy memories*).

Kebahagiaan dan kesehatan mental pada individu yang mengalami pelecehan seksual dapat bervariasi karena kemungkinan sebagian sudah mendapat penanganan dan bantuan untuk mengatasi efek negatif dari pelecehan seksual yang dialami. Individu yang memiliki kebahagiaan akan memanfaatkan hidupnya, waspada secara mental, membuat hidupnya menyenangkan, menemukan hal-hal indah, dapat mengatur waktunya dengan baik, selalu ingin tampil menarik, memiliki kenangan indah dan puas dengan kehidupannya. Sehingga, dengan memiliki kebahagiaan maka individu akan memiliki kesehatan mental yang baik pula, seperti memiliki perasaan atau kondisi emosional positif, rasa cinta pada diri maupun orang lain, kepuasan hidup serta individu terhindar dari tekanan psikologis seperti terhindar dari kecemasan, depresi dan kehilangan kontrol.

erdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dengan 10 orang partisipan pada tanggal 24 - 25 agustus 2022 ditemukan bahwa 4 orang partisipan merasa memiliki kesehatan mental yang rendah khususnya pada *psychology distress* karena sering merasa stres, depresi, sedih, emosi yang tidak stabil, memiliki perasaan cemas, menyalahkan diri dan takut dalam menghadapi sesuatu yang mengancam. Partisipan juga mengatakan bahwa pernah di ancam jika terbuka dengan orang lain, sehingga partisipan menjadi sulit terbuka dan menjadi pribadi yang tertutup. Akan tetapi, 6 orang partisipan lainnya mengatakan bahwa walaupun mereka mengalami pelecehan seksual, tidak membuat mereka untuk berhenti di situasi terpuruk. Walaupun berat dalam memaafkan pelaku akan kasus yang dialami, partisipan mulai mencoba memaafkan, menerima diri, mulai mencintai diri yang tidak sempurna, mulai terbuka dengan orang lain terlebih orang terdekat, melakukan perubahan diri ke arah yang baik dan melakukan beberapa terapi dengan profesional yang ada untuk mengurangi gejala *psychology distress*. Seiring berjalannya waktu, hal ini membuat sisi *psychological well being* korban berangsur membaik dan dapat menekan perasaan negatif serta terhindar dari *psychology distress*. Hal tersebut ditunjukkan dengan adanya dukungan dan hubungan para partisipan dengan orang lain serta perasaan yang dirasakannya, sehingga kesehatan mental dipilih sebagai variabel terikat yang perlu diteliti dalam penelitian ini.

Hasil riset sebelumnya tentang hubungan kebahagiaan dengan kesehatan mental menunjukkan hasil yang beragam. Hasil penelitian yang dilakukan oleh sharma (2021) menunjukkan terdapat korelasi positif antara kebahagiaan dengan kesehatan mental pada 60 siswa di kota bhiwani. Penelitian yang dilakukan oleh petkari dkk (2018) pada 242 mahasiswa di universitas british yang menunjukkan bahwa kebahagiaan

berkorelasi positif dengan kesehatan mental. Hasil penelitian yang dilakukan oleh sasanpour dkk (2012), pada 120 mahasiswa di universitas isfahan yang menunjukkan terdapat hubungan positif antara kebahagiaan dengan kesehatan mental. Penelitian lain yang dilakukan oleh wijaya dkk (2020) pada 5 wanita korban pelecehan seksual, menunjukkan adanya korelasi positif antara kebahagiaan dengan kesehatan mental. Namun, terdapat hasil penelitian yang berbeda yang dilakukan pada 400 orang dewasa di multan, hasil penelitian tersebut menunjukkan terdapat korelasi negatif antara kebahagiaan dengan kesehatan mental (jahangir et al., 2020). Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh khordzanganeh dkk (2014), pada 365 siswa perempuan dan laki-laki di kota ramhormoz, menemukan bahwa terdapat korelasi negatif antara kebahagiaan dengan kesehatan mental.

Dalam penelitian ini, hanya akan menggambarkan secara umum terkait kebahagiaan dengan kesehatan mental yang dirasakan korban setelah mengalami pelecehan seksual. Kebahagiaan dengan kesehatan mental merupakan suatu hal yang penting untuk dikaji, karena fenomena pelecehan seksual masih sering terjadi dalam kehidupan bermasyarakat khususnya terjadi bagi korban yang mengalaminya. Urgensi pada penelitian ini diawali dengan 1) begitu banyaknya kasus pelecehan seksual yang terjadi di kota mimika, papua; 2) kurangnya perhatian terhadap kebahagiaan dan kesehatan mental pada korban pelecehan seksual; 3) dilihat dari ketidak konsistenan akan hasil penelitian terdahulu oleh beberapa peneliti yang telah membahas mengenai kebahagiaan dan kesehatan mental. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kebahagiaan dengan kesehatan mental pada korban pelecehan seksual di mimika, papua. Manfaat penelitian ini sebagai bahan masukan dalam pengembangan ilmu psikologi khususnya psikologi klinis yang berkaitan dengan kebahagiaan dan kesehatan mental pada korban pelecehan seksual, serta menjadi dasar kebijakan untuk mengatasi permasalahan kebahagiaan dengan kesehatan mental pada korban pelecehan seksual. Hipotesis penelitian ini adalah terdapat hubungan positif antara kebahagiaan dengan kesehatan mental pada korban yang mengalami pelecehan seksual. Semakin tinggi kebahagiaan, semakin tinggi kesehatan mental yang dirasakan korban pelecehan seksual. Begitu juga sebaliknya, semakin rendah kebahagiaan, semakin rendah juga kesehatan mental yang dirasakan korban pelecehan seksual.

METODE

Kebahagiaan diukur dengan Oxford Happiness Questionnaire (OHQ) yang dikembangkan oleh Hills dan Argyle (2002) dan dimodifikasi oleh Sartika (2018) dengan hasil koefisien reliabilitas yaitu 0,899. Untuk kesehatan mental diukur dengan The Mental Health Inventory (MHI-38) yang dikembangkan oleh Veit dan Ware (1983) dan diterjemahkan serta dimodifikasi oleh penulis sesuai konteks penelitian. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah 90 orang yaitu laki-laki 22 orang (24,4%) dan perempuan 68 orang (75,5%). Rentang usia partisipan 17-20 tahun sebanyak 43 orang (47,7%), 21-25 tahun sebanyak 31 orang (34,4%), dan 26-30 tahun sebanyak 16 orang (17,7%). Sebagian besar partisipan adalah siswa SMA dan mahasiswa 55 orang (61,1%), mahasiswa sambil kerja 12 orang (13,3%) dan pegawai/karyawan 23 (25,5%). Partisipan yang sudah menikah berjumlah 35 orang (38,8%) dan yang belum menikah 55 orang (61,1%). Serta partisipan yang pernah mengalami pelecehan seksual secara verbal dan non-verbal dalam kurun waktu 10-5 tahun sebanyak 69 orang (76,6%), 5-1 tahun sebanyak 11 orang (12,2%) dan 12-5 bulan sebanyak 10 orang (11,1%).

Jumlah aitem skala kebahagiaan terdiri dari aitem *favorable* berjumlah 17 aitem dan *unfavorable* berjumlah 12 aitem. Jumlah aitem skala kesehatan mental terdiri dari aitem *favorable* berjumlah 17 aitem dan *unfavorable* berjumlah 21 aitem. Kedua skala menggunakan metode penskalaan Likert dengan 4 alternatif jawaban. Pemberian skor pada aitem *favorable* yaitu Sangat Sesuai (SS) = 4, Sesuai (S) = 3, Tidak Sesuai (TS) = 2, dan Sangat Tidak Sesuai (STS) = 1. Skor untuk aitem *unfavorable* yaitu Sangat Sesuai (SS) = 1, Sesuai (S) = 2, Tidak Sesuai (TS) = 3, dan Sangat Tidak Sesuai (STS) = 4.

Hasil perhitungan analisis aitem dengan bantuan Program SPSS versi 25, menunjukkan untuk skala variabel kebahagiaan dengan 2 kali putaran ada 16 aitem yang gugur sehingga dari jumlah semula 29 aitem, terdapat 13 aitem yang memiliki daya diskriminasi yang baik dengan rentang skor r it dari 0,345 – 0,665. Untuk Skala variabel kesehatan mental dengan 3 kali putaran menunjukkan hasil ada 21 aitem yang gugur sehingga dari jumlah semula 38 aitem, terdapat 17 aitem yang memiliki daya diskriminasi yang baik dengan rentang skor r it dari 0,346 – 0,593.

Hasil perhitungan dengan bantuan Program SPSS versi 25, menunjukkan hasil koefisien reliabilitas sebesar 0,747 untuk Skala Kebahagiaan dan hasil koefisien reliabilitas sebesar 0,735 untuk Skala Kesehatan Mental yang berarti kedua skala memenuhi syarat reliabilitas.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan di Dinas Pemberdayaan Perempuan, Perlindungan Anak, Pengendalian Penduduk dan Keluarga Berencana (DP3AP2KB), tepatnya di Pusat Pelayanan Terpadu Pemberdayaan Perempuan dan Anak (P2TP2A) dengan mengambil para korban pelecehan seksual berusia 17-30 Tahun sebagai partisipan penelitian. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Partisipan penelitian yang didapat memenuhi kriteria yaitu individu berjenis kelamin perempuan dan laki-laki berusia 17-30 tahun dan individu tersebut pernah mengalami pelecehan secara verbal maupun non-verbal selama kurun waktu 10 tahun sampai 1 tahun terakhir di kota Mimika, Papua. Penyebaran data dilakukan selama 3 Minggu pada tanggal 10 Januari hingga 02 Februari 2023, dengan cara mendatangi subjek dan menyebar kuesioner penelitian. Data karakteristik partisipan penelitian disajikan dalam tabel berikut:

Tabel 1. Data Demografis Partisipan Penelitian

Data demografis	Jumlah Frekuensi	Presentase
Jenis Kelamin:		
- Laki-laki	22	24,4%
- Perempuan	68	75,5%
Rentang Usia:		
- 17-20 Tahun	43	47,7%
- 21-25 Tahun	31	34,4%
- 26-30 Tahun	16	17,7%
Pendidikan/Pekerjaan:		
- Siswa SMA dan Mahasiswa	55	61,1%
- Mahasiswa sambil kerja	12	13,3%
- Pegawai/karyawan	23	25,5%
Sudah/Belum Menikah:		
- Sudah Menikah	35	38,8%
- Belum Menikah	55	61,1%
Pernah Mengalami Pelecehan Seksual Verbal/Non-Verbal		
- 10-5 Tahun	69	76,6%
	11	12,2%

terakhir	10	11,1%
- 5-1 Tahun terakhir		
- 12-5 Bulan terakhir		

Tabel 1. dapat diketahui bahwa mayoritas jenis kelamin partisipan adalah perempuan sebanyak 68 orang (75,5%). Menurut rentang usianya mayoritas partisipan adalah 17-20 tahun sebanyak 43 orang (47,7%). Selain itu, berdasarkan pendidikan atau pekerjaan partisipan adalah siswa SMA dan Mahasiswa sebanyak 55 orang (61,1%). Sebagian partisipan belum menikah sebanyak 55 orang (61,1%). Partisipan pernah mengalami pelecehan seksual verbal atau non-verbal pada jangka waktu 10-5 tahun terakhir sebanyak 69 orang (76,6%).

Setelah analisis karakteristik partisipan penelitian, dilakukan analisis deskriptif pada kedua variabel yakni variabel kebahagiaan dan variabel kesehatan mental.

Tabel 2. Hasil Analisis Deskriptif Variabel Kebahagiaan dan Kesehatan Mental

	N	Min.	Max.	Mean	Std. Deviation
Variabel Kebahagiaan	90	23	52	36.81	5.479
Variabel Kesehatan Mental	90	26	68	49.37	7.091

Tabel 2. dapat diketahui Mean variabel kebahagiaan adalah 36,81 (SD = 5,479), mean dari variabel kesehatan mental adalah 49,37 (SD = 7,091). Selanjutnya skor minimal variabel kebahagiaan = 23 dan maksimal = 52, serta skor minimal variabel kesehatan mental = 26 dan skor maksimal = 68. Selanjutnya terdapat kategorisasi dari kedua variabel tersebut.

Tabel 3. Kategori Variabel Kebahagiaan

Kategori	Interval	N	Persentase
Tinggi	$x \geq 43$	8	8,8%
Sedang	$32 \leq x < 43$	78	86,6%
Rendah	$x < 32$	4	4,4%
Total		90	100 %

Dari tabel 3. sebagian besar (86,6%) partisipan memiliki variabel kebahagiaan pada kategori sedang.

Tabel 4. Kategori Variabel Kesehatan Mental

Kategori	Interval	N	Presentase
Tinggi	$x \geq 56$	12	13,3%
Sedang	$42 \leq x < 56$	71	78,8%
Rendah	$x < 42$	7	7,7%

Total	90	100%
-------	----	------

Sedangkan pada tabel 4. sebagian besar (78,8%) partisipan juga memiliki variabel kesehatan mental pada kategori sedang. Setelah diketahui kategorisasi dari kedua variabel, dilakukan pula uji normalitas, uji linearitas dan uji hipotesis.

Tabel 5. Hasil Uji Normalitas

	KS-Z	Sig.	Keterangan
Variabel kebahagiaan	0,119	0,003	tidak normal
Variabel kesehatan mental	0,124	0,002	tidak normal

Tabel 5. dapat diketahui untuk variabel kebahagiaan menunjukkan KS-Z sebesar 0,119 dengan nilai sign = 0,003 ($p < 0,05$), sedangkan pada variabel kesehatan mental sebesar 0,124 dengan nilai sign = 0,002 ($p < 0,05$). Dapat disimpulkan bahwa data kedua variabel tidak berdistribusi normal.

Tabel 6. Hasil Uji Linearitas

	F	Sig.	Keterangan
Linearity	161,051	0,000	linear

Tabel 6. dapat diketahui hasil $F = 161,051$ dan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p < 0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa antara variabel kebahagiaan dan kesehatan mental memiliki hubungan linear.

Tabel 7. Hasil Uji Hipotesis

Variabel	r xy	sig.	keterangan
Variabel X-Y	0,722	0,000	$p < 0,05 \rightarrow$ signifikan

Tabel 7. uji hipotesis menggunakan teknik korelasi *Spearman Rho* dengan bantuan Program SPSS versi 25, karena distribusi data tidak normal. Hasil koefisien korelasi (r) sebesar 0,722 dengan nilai signifikansi = 0.000 ($p < 0,05$) yang berarti terdapat hubungan positif yang signifikan antara variabel kebahagiaan dan kesehatan mental. Semakin tinggi kebahagiaan, maka semakin tinggi pula kesehatan mental dan sebaliknya semakin rendah kebahagiaan, maka semakin rendah pula kesehatan mental. Sehingga, hipotesis dalam penelitian ini diterima. Besarnya sumbangan efektif variabel kebahagiaan terhadap variabel kesehatan mental sebesar 52%.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara variabel kebahagiaan dan variabel kesehatan mental, yang berarti semakin tinggi kebahagiaan maka semakin tinggi kesehatan mental dan sebaliknya semakin rendah kebahagiaan maka semakin rendah pula kesehatan mental. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian dari Baumgardner dan Crothers (2010), yang menjelaskan bahwa individu yang bahagia diidentifikasi sebagai individu yang mudah diterima dan disukai, toleran, lebih peduli terhadap sesama, memiliki jaringan pertemanan yang luas, memiliki pendapatan dan pekerjaan yang memuaskan, menyukai tantangan dan pengalaman baru, sehingga individu yang bahagia berpotensi untuk

meningkatkan kesehatan mental dan terhindar dari tekanan psikologis.

Dinamika hubungan kedua variabel kebahagiaan dengan kesehatan mental yang positif pada korban pelecehan seksual tentu saling berkaitan. Kebahagiaan yang tinggi akan membuat kesehatan mental juga tinggi, sebaliknya kebahagiaan yang rendah akan membuat kesehatan mental juga rendah. Korban pelecehan seksual yang memiliki kebahagiaan tinggi mampu mencintai diri, mengembangkan dirinya dan mudah untuk menjalin hubungan dengan orang lain serta memiliki tujuan hidup yang terencana. Selain itu, korban yang dipenuhi oleh emosi positif, rasa cinta dan kepuasan hidup akan menimbulkan kesehatan mental yang tinggi serta terhindar dari *psychology distress*. Penelitian yang dilakukan oleh Heizomi dkk (2015) memperkuat hasil penelitian ini, bahwa individu yang bahagia berpotensi lebih memiliki kesehatan mental yang tinggi.

Pada variabel kebahagiaan, sebagian besar partisipan ada pada kategori sedang artinya partisipan menunjukkan indikator yang bermanfaat bagi orang lain maupun diri sendiri, mengarah pada hal positif, pengalaman menyenangkan, merasa tenang, puas dengan kehidupan, dapat mengatur waktu, menampilkan diri secara ramah dan memiliki kenangan yang indah. Begitu juga pada variabel kesehatan mental, sebagian partisipan ada pada kategori sedang, yang artinya partisipan menunjukkan indikator terhindar dari *psychology distress* yang dicirikan seperti terhindar dari kecemasan, depresi, kehilangan kontrol dan memiliki *psychological well-being* yang dicirikan dengan adanya emosi positif, rasa cinta dan kepuasan hidup. Sumbangan variabel kebahagiaan terhadap variabel kesehatan mental sebesar 52% persen, yang berarti masih ada variabel lain sebesar 48% yang memengaruhi variabel kesehatan mental antara lain hubungan interpersonal dan komunikasi antar individu serta faktor psikologis dan sifat kepribadian.

Penelitian ini memiliki beberapa keterbatasan, yaitu pertama, cakupan sampel penelitian belum terlalu luas. Kedua, penelitian ini hanya membahas satu variabel independen yaitu kebahagiaan, sedangkan masih terdapat banyak faktor lain yang dapat memengaruhi kesehatan mental korban pelecehan seksual.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara variabel kebahagiaan dan variabel kesehatan mental. Semakin tinggi kebahagiaan, maka semakin tinggi kesehatan mental dan sebaliknya semakin rendah kebahagiaan, maka semakin rendah kesehatan mental. Variabel kebahagiaan memberi sumbangan sebesar 52% terhadap variabel kesehatan mental. Pada variabel kebahagiaan, sebagian besar partisipan ada pada kategori sedang dan juga kesehatan mental sebagian besar partisipan ada pada kategori sedang.

Berdasarkan hasil penelitian ini, maka peneliti dapat menyarankan beberapa hal sebagai berikut; 1) Bagi Pemerintah dan Masyarakat, pemerintah dan masyarakat diharapkan mampu untuk menjalankan peran dan fungsinya dengan baik dalam menyikapi adanya kasus pelecehan seksual yang dapat terjadi dimana saja; 2) Bagi Orang Tua, penelitian ini dapat memberikan informasi bagi setiap orang tua agar dapat meningkatkan kesadaran diri dalam menyikapi kebahagiaan maupun kesehatan mental pada anak terlebih khusus bagi korban pelecehan seksual; 3) Bagi Korban Pelecehan Seksual, korban pelecehan seksual diharapkan untuk mampu bersifat terbuka terhadap kasus pelecehan seksual yang dialami kepada orang terdekat dan pihak-pihak berwajib agar dapat ditindak lanjuti baik secara kesehatan fisik, psikologis maupun hukum; 4) Bagi Peneliti Selanjutnya, dari keterbatasan penelitian ini, disarankan bagi peneliti selanjutnya agar mengkaji faktor lain yang mempengaruhi kesehatan mental.

DAFTAR PUSTAKA

- Argyle, M. (2001). *The psychology of happiness*. Routledge.
- Ayu, S. K., Bhakti, E. S., & Rahmasyita, C. (2020). Analisis kesehatan mental anak korban kekerasan seksual di

- kota lhokseumawe. *Liwaul Dakwah: Jurnal Kajian Dakwah dan Masyarakat Islam*, 10(1), 133–147.
- Baumgardner, Steve R. & Grother, Marie K. (2010). *Positive Psychology*. New Jersey: Pearson Educational International.
- DP3AP2KB. (2022). Data sekunder dari Pusat Pelayanan Terpadu Pemberdayaan Perempuan Dan Anak (P2TP2A) Kabupaten Mimika tahun 2019, 2020, 2021.
- Handayani, N., & Fajarini, U. (2020). Penelitian terapan kajian strategis nasional tahun anggaran 2020 human geografi dan pelecehan seksual terhadap perempuan di PTKIN.
- Harvey, S. B., Joyce, S., Tan, L., Johnson, A., Nguyen, H., Modini, M., & Groth, M. (2014). Developing a mentally healthy workplace: A review of the literature.
- Heizomi, H., Allahverdi-pour, H., & Asghari, M. (2015). Happiness and its relation to psychological well-being of adolescents. *Asian Journal of Psychiatry*.
- Hills, P., & Argyle, M. (2002). The Oxford Happiness Questionnaire: A compact scale for the measurement of psychological well-being. *Personality and individual differences*, 33(7), 1073–1082.
- Huraerah, A. (2012). *Kekerasan terhadap anak. Edisi ketiga*. Bandung: Nuansah Cendekia.
- Jahangir, N., Nawaz, D., Mahmoud, S., & Fatima, K. (2020). Impact of spiritual intelligence and happiness on mental health among adults. *Ilkogretim Online*, 19(4), 4321–4327.
- Khordzanganeh, F., Heidarie, A. R., & Naderi, F. (2014). The relationship between emotional intelligence, happiness and resiliency with mental health in male and female high school students of ramhormoz city. *Indian Journal of Fundamental and Applied Life Sciences*, 4(2), 633–641.
- McCullough, M. E., Emmons, R. A., & Tsang, J. A. (2002). The grateful disposition: A conceptual and empirical topography. *Journal of personality and social psychology*, 82(1), 112–27.
- MKN. (1945). Rancangan Undang-Undang Republik Indonesia Tentang Penghapusan Kekerasan Seksual, 105(3), 129–33.
- Perempuan, K. (2021). Perempuan dalam himpitan pandemi: Lonjakan kekerasan seksual, kekerasan siber, perkawinan anak, dan keterbatasan penanganan ditengah covid-19. *Catatan Tahunan*.
- Petkari, E., & Ortiz-Tallo, M. (2018). Towards youth happiness and mental health in the United Arab Emirates: The path of character strengths in a multicultural population. *Journal of Happiness Studies*, 19(2), 333–350.
- Sasanpour, M., Khodabakhshi, K. M., & Nooryan, K. (2012). The relationship between emotional intelligence, happiness and mental health in students of medical sciences of Isfahan University. *International Journal of Collaborative Research on Internal Medicine & Public Health*, 4(9), 1614–1620.
- Sharma, N. (2021). A correlation study of mental health, resilience and happiness. *International Journal of School and Cognitive Psychology*.
- Veit, CT., & Ware, JE. (1983). The structure of psychological distress and well-being in general populations. *Journal Consult Clin Psychology*. 51(5).
- Wijaya, Y. D., & Widiastuti, M. (2019). Kebersyukuran untuk meningkatkan kesejahteraan pada wanita korban pelecehan seksual. *Jurnal Psikologi: Media Ilmiah Psikologi*, 17(01).
- Wijaya, Y., & Widiastuti, M. (2020). Forgiveness therapy to improve subjective well-being of woman victims of sexual harassment.
- Zainal, A. (2015). Kejahatan kesusilaan dan pelecehan seksual di tinjau dari kebijakan hukum pidana. *Al-'Adl*, 7(1), 138–153.