LIBEROSIS
PREFIX DOI : 10.6734/LIBEROSIS..V2I2.3027

Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling
Vol 17 No 2 Tahun 2026
Online ISSN: 3026-7889

PERAN OPTIMISME TERHADAP BETRAYAL TRAUMA PADA REMAJA PEREMPUAN

Khurrotin An Najwa[1], Serli[2], Dilla Adekayanti[3]
[1,2,3]Program Studi Psikologi, Fakultas Psikologi dan Humaniora, Universitas Teknologi Sumbawa
[1]n2242808@gmail.com

Abstract

Adolescent girls are a vulnerable group to experience betrayal trauma, a psychological trauma resulting from betrayal by those closest to them. One factor thought to play a role in reducing the impact of this trauma is optimism. This study aims to determine the effect of optimism on betrayal trauma in adolescent girls in Sumbawa Besar City. The study used a quantitative approach with a descriptive correlational design. The study subjects were 40 adolescent girls aged 15–18 years who were selected using a purposive sampling technique. The research instruments were an optimism scale based on the PERMA model and a betrayal trauma scale. Data analysis was performed using simple linear regression. The results showed that optimism had a significant effect on betrayal trauma (p < 0.05) with a contribution of 17.6%. These findings indicate that optimism plays a role as a psychological factor that contributes to reducing the level of betrayal trauma in adolescent girls. This research is expected to form the basis for developing psychological interventions based on positive psychology.

***Keyword**: Optimisme,Betrayal Trauma,Teenage Girl*

Abstrak

Remaja perempuan merupakan kelompok yang rentan mengalami betrayal trauma, yaitu trauma psikologis akibat pengkhianatan oleh orang-orang terdekat. Salah satu faktor yang diduga berperan dalam mengurangi dampak trauma tersebut adalah optimisme. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh optimisme terhadap betrayal trauma pada remaja perempuan di Kota Sumbawa Besar. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain deskriptif korelasional. Subjek penelitian berjumlah 40 remaja perempuan berusia 15–18 tahun yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Instrumen penelitian berupa skala optimisme berdasarkan model PERMA dan skala betrayal trauma. Analisis data dilakukan menggunakan regresi linear sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa optimisme berpengaruh signifikan terhadap betrayal trauma (p < 0,05) dengan kontribusi sebesar 17,6%. Temuan ini menunjukkan bahwa optimisme berperan sebagai faktor psikologis yang berkontribusi dalam mengurangi tingkat betrayal trauma pada remaja perempuan. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar pengembangan intervensi psikologis berbasis psikologi positif.

***Kata kunci**: Optimisme,Betrayal Trauma,Remaja Perempuan*

Article History
Received: January 2026
Reviewed: January 2026
Published: January 2026

Plagirism Checker No 234
Prefix DOI : Prefix DOI : 10.8734/Liberosis.v1i2.365
Copyright : Author
Publish by : Liberosis

This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License

LIBEROSIS
PREFIX DOI : 10.6734/LIBEROSIS..V2I2.3027
Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling
Vol 17 No 2 Tahun 2026
Online ISSN: 3026-7889

1. PENDAHULUAN

Remaja perempuan merupakan kelompok perkembangan yang sangat dipengaruhi oleh kualitas hubungan interpersonal. Pada fase ini, hubungan dengan teman sebaya, keluarga, maupun pasangan memiliki peran penting dalam pembentukan rasa aman, kepercayaan, dan kesejahteraan psikologis. Ketika hubungan yang seharusnya menjadi sumber dukungan justru menimbulkan pengalaman negatif, kondisi tersebut dapat berkembang menjadi tekanan psikologis yang berdampak pada fungsi emosional dan sosial remaja perempuan.

Fenomena gangguan psikologis akibat relasi interpersonal bermasalah semakin banyak ditemukan pada remaja. Penelitian Dewi dkk. (2023) menunjukkan bahwa pengalaman interpersonal negatif berhubungan dengan meningkatnya kecemasan serta menurunnya kesejahteraan psikologis remaja. Temuan ini mengindikasikan bahwa masalah relasional bukan hanya bersifat sementara, tetapi dapat memengaruhi kondisi psikologis individu secara berkelanjutan.

Masalah tersebut menjadi lebih kompleks ketika pengalaman negatif yang dialami berbentuk pengkhianatan dari individu yang memiliki kedekatan emosional. Penelitian (Okta Istiawati & Ulfa Amalia, 2024) menunjukkan bahwa pengkhianatan dalam hubungan dekat berdampak pada kesulitan membangun kembali kepercayaan, munculnya kecemasan, serta kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial. Dampak ini cenderung lebih berat pada remaja perempuan karena fase perkembangan mereka sangat bergantung pada kualitas hubungan interpersonal.

Selain berdampak pada kondisi emosional, pengalaman pengkhianatan juga memengaruhi fungsi sosial dan akademik remaja perempuan. Ketidakmampuan mempercayai lingkungan sekitar serta munculnya rasa tidak aman dapat menghambat proses adaptasi sosial dan perkembangan psikologis yang optimal. Kondisi ini menunjukkan bahwa pengalaman pengkhianatan dalam relasi dekat merupakan fenomena yang relevan untuk dikaji secara empiris.

Osmayeni dan Taufik (2024) menunjukkan bahwa remaja dengan tingkat optimisme yang lebih tinggi memiliki kemampuan adaptasi psikologis yang lebih baik ketika menghadapi tekanan relasional. Hal ini menunjukkan bahwa optimisme berpotensi memengaruhi respons psikologis individu terhadap pengalaman yang bersifat traumatis. Sementara itu Betrayal trauma merujuk pada pengalaman trauma psikologis yang muncul akibat pengkhianatan oleh individu yang memiliki kedekatan emosional dan seharusnya menjadi sumber rasa aman.

(Istiawati & Amalia, 2024) menunjukkan bahwa betrayal trauma berkaitan dengan meningkatnya kecemasan, gangguan regulasi emosi, serta kesulitan membangun hubungan interpersonal yang sehat. Dalam konteks remaja perempuan, betrayal trauma dapat berdampak signifikan terhadap perkembangan psikologis karena pengalaman tersebut terjadi pada fase pembentukan identitas diri dan pola relasi sosial.

Hasil observasi dan wawancara awal terhadap seorang remaja perempuan menunjukkan bahwa pengalaman pengkhianatan dari teman dekat menimbulkan perasaan tidak aman, kecemasan berlebih, serta kecenderungan menarik diri dari lingkungan sosial. Subjek juga menunjukkan kesulitan mempercayai orang lain setelah kejadian tersebut. Namun, subjek masih memiliki keyakinan bahwa kondisi psikologisnya dapat membaik di masa depan, yang mengindikasikan adanya sikap optimis dalam menghadapi pengalaman pengkhianatan tersebut. Penelitian mengenai optimisme dan trauma psikologis telah banyak dilakukan dalam beberapa tahun terakhir, khususnya dalam konteks penyesuaian psikologis dan kesejahteraan individu. Dewi dan kawan-kawan (2023) melalui penelitian berjudul “Optimisme sebagai Faktor Protektif terhadap Penyesuaian Psikologis Remaja Korban Tekanan Interpersonal” menjelaskan bahwa

"optimisme berperan signifikan dalam meningkatkan kemampuan adaptasi psikologis remaja ketika menghadapi pengalaman relasional yang menekan, termasuk peristiwa yang melibatkan pengkhianatan kepercayaan". Temuan tersebut menunjukkan bahwa tingkat optimisme yang tinggi berkaitan dengan kemampuan individu dalam mengelola dampak psikologis dari pengalaman relasional yang bersifat traumatis.

Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Osmayeni dan Taufik (2024) dengan judul "Peran Optimisme terhadap Resiliensi Psikologis pada Remaja". Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa "optimisme berkontribusi secara positif terhadap peningkatan resiliensi psikologis, sehingga memungkinkan remaja untuk bangkit dan menyesuaikan diri setelah mengalami peristiwa relasional yang menyakitkan". Temuan ini mengindikasikan bahwa optimisme tidak hanya berfungsi sebagai sikap positif, tetapi juga sebagai sumber daya psikologis yang memperkuat daya tahan individu dalam menghadapi tekanan emosional.

Sementara itu, (Istiawati & Amalia, 2024) dalam penelitian berjudul "Betrayal Trauma dan Dampaknya terhadap Kesejahteraan Psikologis serta Kepercayaan Interpersonal" menyatakan bahwa "betrayal trauma memberikan dampak signifikan terhadap penurunan kesejahteraan psikologis dan melemahnya kepercayaan interpersonal, terutama ketika pelaku pengkhianatan merupakan figur yang memiliki kedekatan emosional dengan korban". Temuan tersebut menegaskan bahwa betrayal trauma merupakan bentuk trauma relasional yang kompleks dan memiliki dampak psikologis jangka panjang.

Berbagai penelitian tersebut menunjukkan bahwa optimisme dan betrayal trauma merupakan konstruk psikologis yang penting dalam memahami dinamika kesejahteraan psikologis individu. Meskipun demikian, kajian yang secara khusus meneliti hubungan langsung antara optimisme dan betrayal trauma masih relatif terbatas, terutama pada populasi remaja perempuan. Sebagian besar penelitian terdahulu lebih memfokuskan kajian pada resiliensi atau kesejahteraan psikologis secara umum, tanpa menempatkan betrayal trauma sebagai variabel utama yang dianalisis secara langsung.

Selain itu, penelitian kuantitatif yang menguji peran optimisme sebagai faktor protektif terhadap tingkat betrayal trauma pada remaja perempuan masih tergolong minim. Padahal, pendekatan kuantitatif diperlukan untuk memperoleh bukti empiris yang objektif melalui penggunaan alat ukur psikologis yang terstandar, sehingga hubungan antarvariabel dapat dianalisis secara sistematis dan akurat.

Dengan mempertimbangkan kondisi tersebut, penelitian ini dipandang penting untuk dilakukan guna mengkaji secara empiris peran optimisme terhadap betrayal trauma pada remaja perempuan. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih jelas mengenai sejauh mana optimisme berperan dalam memengaruhi tingkat betrayal trauma, sekaligus mengisi celah penelitian yang masih terbatas dalam konteks psikologi remaja di Indonesia.

Selain itu diperlukan penelitian kuantitatif yang mengkaji peran optimisme terhadap betrayal trauma pada remaja perempuan. Penelitian ini memiliki urgensi untuk memberikan gambaran empiris mengenai hubungan antara optimisme dan betrayal trauma, serta untuk mengetahui sejauh mana optimisme berperan dalam memengaruhi tingkat betrayal trauma. Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran optimisme terhadap betrayal trauma pada remaja perempuan.

LIBEROSIS
PREFIX DOI : 10.6734/LIBEROSIS..V2I2.3027
Jurnal Psikologi dan Bimbingan Konseling
Vol 17 No 2 Tahun 2026
Online ISSN: 3026-7889

2. TINJAUAN PUSTAKA

Optimisme secara umum dipahami sebagai kecenderungan seseorang untuk melihat masa depan dengan harapan positif dan ekspektasi bahwa hasil yang baik akan terjadi meskipun dihadapkan pada tantangan atau kesulitan. Dalam konteks psikologi positif, optimisme telah dikaitkan dengan meningkatnya kesejahteraan psikologis dan kemampuan individu untuk menghadapi situasi stres dalam kehidupan sehari-hari berdasarkan kajian prospektif pada remaja dan anak-anak, di mana individu dengan optimisme tinggi cenderung memiliki kesejahteraan subjektif yang lebih baik dibandingkan mereka yang kurang optimis (Matié, dkk., 2024).

Optimisme didefinisikan pula sebagai harapan umum bahwa hal-hal baik akan terjadi di masa depan dan mencerminkan pola pikir positif terhadap pencapaian tujuan, penilaian pengalaman negatif, serta cara pandang individu dalam menilai tantangan hidup secara adaptif dalam kehidupan sehari-hari (Didia Kusuma Jasmani & Ediati, 2024). Berdasarkan pandangan para ahli tersebut, dapat disimpulkan bahwa optimisme merupakan konstruksi psikologis yang melibatkan harapan positif terhadap masa depan, evaluasi pengalaman hidup dengan mindset yang adaptif, serta kecenderungan untuk melihat tantangan sebagai sesuatu yang dapat diatasi. Berdasarkan pandangan para ahli tersebut, dapat disimpulkan bahwa optimisme merupakan konstruksi psikologis yang melibatkan harapan positif terhadap masa depan, evaluasi pengalaman hidup dengan mindset yang adaptif, serta kecenderungan untuk melihat tantangan sebagai sesuatu yang dapat diatasi.

Betrayal trauma terjadi ketika orang atau institusi yang menjadi sumber ketergantungan seseorang yaitu pihak yang dipercaya untuk kesejahteraan atau keselamatan individu melakukan pelanggaran yang signifikan terhadap kepercayaan atau kesejahteraan tersebut; dalam kondisi ini, pengkhianatan dari pihak yang dekat menimbulkan konsekuensi traumatik yang khas karena konflik antara kebutuhan untuk mempertahankan hubungan penting dan kebutuhan untuk mengakui bahaya yang dialami. (Freyd, 2023).

Betrayal trauma didefinisikan sebagai bentuk trauma interpersonal yang muncul ketika kepercayaan atau kepentingan emosional seseorang disakiti atau dilanggar oleh orang-orang signifikan (mis. pasangan, keluarga, atau figur otoritatif), sehingga memunculkan respons emosional kompleks termasuk rasa dikhianati, malu, kecemasan, dan perubahan dalam kemampuan untuk mempercayai orang lain serta berfungsi dalam hubungan sosial. (Das, 2024).

Berdasarkan pengertian ahli tersebut, peneliti menyimpulkan bahwa betrayal trauma (trauma pengkhianatan) adalah suatu bentuk trauma interpersonal yang timbul akibat pelanggaran kepercayaan oleh pihak yang menjadi sumber ketergantungan individu; ciri khasnya adalah kerusakan pada hubungan kepercayaan, munculnya rasa dikhianati dan emosi kompleks (mis. malu, marah, takut), serta dampak pada kemampuan korban untuk mempercayai dan berinteraksi secara aman dengan orang lain. Kesimpulan ini digunakan sebagai dasar konseptual dalam penelitian ini untuk menelaah bagaimana pengalaman pengkhianatan memengaruhi kondisi psikologis remaja perempuan.

3. METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif. Sugiyono (2013) menjelaskan bahwa metode penelitian kuantitatif merupakan metode penelitian dimana dalam melakukan analisis datanya bersifat kuantitatif, yang dengan tujuan dilakukannya yaitu untuk menguji suatu hipotesis dari suatu penelitian. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode penelitian regresi linear sederhana. Regresi linear sederhana adalah sebuah metode yang

dilakukan untuk mengetahui ukuran pengaruh dari variabel bebas terhadap variabel terikat (Machali, 2021). Metode regresi linear sederhana digunakan karena adanya tujuan untuk mengetahui peran optimisme terhadap *betrayal trauma*, apakah memiliki peran yang positif atau negatif dan seberapa besar peran dari *optimisme* terhadap *betrayal trauma pada remaja perempuan*.

Populasi adalah wilayah generalisasi yang mana terdiri atas objek atau subjek yang memiliki kualitas serta karakteristik dan ditetapkan seorang peneliti guna dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2013). Berdasarkan data Badan Pusat Statistik Kabupaten Sumbawa tahun 2024, jumlah penduduk Kota Sumbawa Besar tercatat sebanyak 64.936 jiwa, dengan proporsi penduduk usia remaja 15–19 tahun yang menempati bagian signifikan dari struktur penduduk daerah tersebut. Data nasional juga menunjukkan bahwa permasalahan kesehatan mental pada remaja masih menjadi isu penting di Indonesia. Hasil Indonesia–National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) tahun 2022–2023 mengungkapkan bahwa sekitar satu dari tiga remaja di Indonesia mengalami masalah kesehatan mental dalam 12 bulan terakhir, termasuk gejala yang berkaitan dengan stres pasca-trauma. Kondisi ini menunjukkan bahwa trauma psikologis pada remaja merupakan fenomena yang relevan dan membutuhkan perhatian ilmiah, khususnya pada kelompok remaja perempuan yang berdasarkan temuan survei nasional cenderung menunjukkan tingkat kecemasan, depresi, dan respons traumatis yang lebih tinggi dibandingkan remaja laki-laki. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa populasi dalam penelitian ini adalah remaja perempuan berusia 15–19 tahun yang berdomisili di Kota Sumbawa Besar, sebagai kelompok yang secara perkembangan dan psikologis relevan dengan variabel optimisme dan betrayal trauma yang diteliti.

Alasan pemilihan remaja perempuan sebagai subjek penelitian didasarkan pada karakteristik perkembangan remaja yang berada pada fase transisi emosional dan pencarian identitas diri, sehingga lebih rentan terhadap dampak pengalaman traumatis, khususnya trauma yang bersumber dari relasi interpersonal seperti betrayal trauma. Selain itu, remaja perempuan secara empiris dilaporkan memiliki kecenderungan internalisasi emosi yang lebih tinggi, yang dapat memengaruhi cara individu memaknai dan mengelola pengalaman traumatis. Sementara itu, pemilihan Kota Sumbawa Besar sebagai lokasi penelitian didasarkan pada pertimbangan karakteristik demografis wilayah yang representatif sebagai kota kabupaten di Nusa Tenggara Barat serta ketersediaan data kependudukan yang mendukung pelaksanaan penelitian secara kontekstual dan terarah.

Sampel merupakan bagian dari jumlah keseluruhan populasi yang dijadikan subjek dalam pengumpulan data penelitian (Periantalo, 2016). Dalam penelitian ini, sampel ditentukan dari populasi remaja perempuan berusia 15–19 tahun yang berdomisili di Kota Sumbawa Besar dan memenuhi kriteria inklusi penelitian, yaitu memiliki pengalaman yang berkaitan dengan peristiwa traumatis dalam konteks relasi interpersonal. Jumlah populasi remaja perempuan yang memenuhi kriteria penelitian ini tidak diketahui secara pasti, sehingga penentuan ukuran sampel dilakukan berdasarkan pertimbangan metodologis penelitian kuantitatif dengan memperhatikan keterwakilan subjek dan kebutuhan analisis statistik. Dengan demikian, sampel penelitian ini merupakan remaja perempuan usia 15–19 tahun yang berdomisili di Kota Sumbawa Besar dan sesuai dengan karakteristik yang telah ditetapkan dalam penelitian.

Teknik sampling merupakan cara yang digunakan peneliti untuk menentukan sampel penelitian (Sugiyono, 2013). Dalam penelitian ini digunakan teknik non-probability sampling, yaitu teknik pengambilan sampel yang tidak memberikan peluang yang sama bagi setiap anggota populasi untuk terpilih menjadi sampel (Sugiyono, 2013). Adapun metode yang digunakan

adalah purposive sampling, yaitu penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu berdasarkan karakteristik subjek yang telah diketahui sebelumnya dan sesuai dengan tujuan penelitian (Machali, 2021). Penggunaan purposive sampling dalam penelitian ini dipandang tepat karena peneliti memerlukan subjek dengan karakteristik khusus, sehingga data yang diperoleh diharapkan mampu menggambarkan secara empiris peran optimisme terhadap betrayal trauma pada remaja perempuan.

Teknik *sampling* merupakan suatu teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam suatu penelitian (Sugiyono, 2013). Dalam penelitian ini peneliti menggunakan teknik pengambilan sampel dengan teknik *non-probability sampling*. *Non-probability sampling* merupakan suatu teknik pengambilan sampel yang mana tidak memberikan suatu peluang atau kesempatan yang sama pada setiap unsur atau anggota populasi untuk dipilih jadi sampel (Sugiyono, 2013). Responden dalam peneltian ini dipilih melalui metode *Purposive sampling*. *Purposive sampling* merupakan penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu yang dilakukan oleh peneliti sendiri yang didasarkan pada ciri-ciri atau sifat-sifat populasi yang sudah diketahui sebelumnya (Machali, 2021).

Penelitian ini menggunakan instrumen pengukuran berupa skala psikologis untuk mengukur variabel optimisme dan betrayal trauma. Variabel optimisme diukur menggunakan skala yang dikembangkan berdasarkan model PERMA (Positive Emotion, Engagement, Relationships, Meaning, dan Accomplishment) yang diperkenalkan oleh Seligman (2011) dalam kerangka positive psychology melalui karyanya Flourish: A Visionary New Understanding of Happiness and Well-being. Model PERMA selanjutnya dioperasionalisasikan dalam bentuk instrumen pengukuran oleh Butler dan Kern (2016) melalui PERMA-Profiler yang dipublikasikan dalam Journal of Positive Psychology. Skala PERMA-Profiler digunakan secara luas dalam penelitian psikologi untuk mengukur kesejahteraan psikologis, termasuk aspek optimisme yang tercermin dalam dimensi emosi positif, makna hidup, dan pencapaian individu. Penggunaan skala ini dalam penelitian dianggap relevan karena optimisme dipahami sebagai bagian dari orientasi positif individu terhadap kehidupan dan masa depan, yang berperan dalam proses adaptasi psikologis terhadap pengalaman traumatis. Dan variabel betrayal trauma diukur menggunakan skala yang berlandaskan pada Betrayal Trauma Theory yang dikemukakan oleh Jennifer J. Freyd (1996) dalam bukunya Betrayal Trauma: The Logic of Forgetting Childhood Abuse, yang menjelaskan bahwa trauma dapat terjadi akibat pengkhianatan dalam hubungan interpersonal yang memiliki ikatan kelekatan dan ketergantungan emosional. Instrumen pengukuran betrayal trauma yang banyak digunakan dalam penelitian adalah Betrayal Trauma Inventory (BTI) yang dikembangkan oleh Freyd (1994; 1996) serta bentuk ringkasnya yaitu Brief Betrayal Trauma Survey (BBTS) yang dikembangkan oleh Goldberg dan Freyd (2006) dan dipublikasikan dalam Journal of Trauma & Dissociation. Skala ini dirancang untuk mengidentifikasi pengalaman traumatis yang bersumber dari relasi interpersonal dekat, seperti pengkhianatan oleh orang yang dipercaya, yang relevan dengan konteks pengalaman trauma pada remaja perempuan. Dalam penelitian ini, skala betrayal trauma digunakan dengan penyesuaian bahasa dan konteks budaya responden, tanpa mengubah konstruk utama yang diukur, sehingga tetap mengacu pada kerangka teoretis dan indikator asli yang dikembangkan oleh Freyd.Metode analisis data yang digunakan dalam peneltian ini yaitu metode penelitian regresi linear sederhana. Regresi linear sederhana merupakan sebuah metode statistik yang digunakan untuk mengetahui besarnya pengaruh satu variabel independen terhadap satu variabel dependen (Machali, 2021).

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil uji asumsi yang telah dilakukan, diperoleh hasil uji normalitas menggunakan Kolmogorov–Smirnov dengan nilai signifikansi sebesar 0,200, yang menunjukkan bahwa data berdistribusi normal karena nilai signifikansi Sig > 0,05. Selanjutnya, uji linearitas menunjukkan bahwa hubungan antara variabel optimisme dan betrayal trauma bersifat linear, sehingga memenuhi salah satu prasyarat analisis regresi linear. Selain itu, hasil uji homogenitas menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,377, yang berarti Sig > 0,05, sehingga dapat disimpulkan bahwa sampel berasal dari populasi yang homogen. Dengan terpenuhinya seluruh uji asumsi tersebut, data penelitian dinyatakan layak untuk dianalisis lebih lanjut menggunakan analisis regresi linear sederhana.

Metode analisis data yang digunakan untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini adalah regresi linear sederhana, yang bertujuan untuk mengetahui peran satu variabel independen terhadap satu variabel dependen. Regresi linear sederhana digunakan untuk melihat sejauh mana variabel optimisme berperan dalam memengaruhi betrayal trauma pada remaja perempuan (Machali, 2021). Sebelum dilakukan uji regresi, terlebih dahulu dilakukan uji korelasi untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara variabel optimisme dan betrayal trauma, karena uji regresi hanya dapat dilakukan apabila kedua variabel memiliki hubungan yang signifikan (Kartiningrum et al., 2022). Uji korelasi dilakukan menggunakan korelasi Product Moment Pearson dengan bantuan perangkat lunak IBM SPSS Statistics versi 26, karena data penelitian berdistribusi normal dan bersifat linear.

Berdasarkan hasil uji korelasi, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,007, yaitu Sig < 0,05, sehingga dapat diartikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara optimisme dan betrayal trauma. Nilai Pearson Correlation sebesar 0,420 menunjukkan bahwa hubungan antara optimisme dan betrayal trauma berada pada tingkat sedang. Arah hubungan yang ditunjukkan bersifat positif, yang mengindikasikan bahwa perubahan pada tingkat optimisme berhubungan dengan perubahan pada tingkat betrayal trauma pada remaja perempuan. Setelah diketahui adanya hubungan yang signifikan antara kedua variabel, maka analisis dilanjutkan dengan uji regresi linear sederhana untuk menguji hipotesis penelitian.

Hasil uji regresi linear sederhana menunjukkan nilai F hitung sebesar 8,121 dengan nilai signifikansi 0,007, yang berarti Sig < 0,05. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa Ha diterima, yaitu terdapat peran optimisme terhadap betrayal trauma pada remaja perempuan. Temuan ini menunjukkan bahwa optimisme merupakan salah satu faktor psikologis yang memiliki kontribusi dalam menjelaskan variasi tingkat betrayal trauma pada remaja perempuan.

Berdasarkan hasil uji besarnya regresi, diperoleh nilai R sebesar 0,420, yang menunjukkan adanya hubungan antara optimisme dan betrayal trauma pada tingkat sedang. Nilai R Square sebesar 0,176 menunjukkan bahwa optimisme memberikan kontribusi sebesar 17,6% terhadap betrayal trauma pada remaja perempuan, sedangkan 82,4% sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini, seperti dukungan sosial, pola kelekatan, pengalaman relasi interpersonal, mekanisme coping, serta faktor lingkungan dan keluarga.
Berdasarkan hasil uji koefisien regresi, diperoleh nilai unstandardized coefficients dengan nilai konstanta sebesar 32,562 dan koefisien regresi variabel optimisme sebesar 0,402. Jika dimasukkan ke dalam persamaan regresi linear sederhana, maka diperoleh persamaan sebagai berikut:

$$Y = a + bX$$
$$Y = 32{,}562 + 0{,}402X$$

Persamaan regresi tersebut menunjukkan bahwa nilai konstanta sebesar 32,562 menggambarkan tingkat betrayal trauma ketika variabel optimisme berada pada nilai nol. Sementara itu, nilai koefisien regresi optimisme sebesar 0,402 menunjukkan bahwa setiap peningkatan satu satuan skor optimisme akan diikuti oleh perubahan sebesar 0,402 pada skor betrayal trauma. Koefisien regresi yang bernilai positif menunjukkan adanya arah hubungan antara variabel optimisme dan betrayal trauma dalam penelitian ini.

5. SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan, penelitian ini menunjukkan bahwa optimisme memiliki peran terhadap betrayal trauma pada remaja perempuan di Kota Sumbawa Besar. Hasil analisis regresi linear sederhana mengindikasikan bahwa optimisme merupakan salah satu faktor psikologis yang berkontribusi dalam menjelaskan variasi tingkat betrayal trauma pada remaja perempuan. Temuan ini menunjukkan bahwa optimisme berfungsi sebagai sumber daya psikologis yang berperan dalam cara remaja perempuan memaknai, merespons, dan mengelola pengalaman traumatis yang bersumber dari relasi interpersonal.

Lebih lanjut, hasil analisis menunjukkan bahwa optimisme memberikan kontribusi sebesar 17,6% terhadap betrayal trauma, sedangkan 82,4% sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar variabel yang diteliti dalam penelitian ini. Dengan demikian, hipotesis penelitian dapat diterima, yaitu terdapat peran optimisme terhadap betrayal trauma pada remaja perempuan. Hasil penelitian ini menegaskan pentingnya penguatan optimisme sebagai bagian dari upaya preventif dan intervensi psikologis untuk membantu remaja perempuan dalam menghadapi dan memulihkan dampak betrayal trauma secara adaptif.

DAFTAR REFERENSI

Carver, C. S., & Scheier, M. F. (2014a). Dispositional optimism. *Trends in Cognitive Sciences*, *18*(6), 293–299. https://doi.org/10.1016/j.tics.2014.02.003

Carver, C. S., & Scheier, M. F. (2014b). Dispositional optimism. *Trends in Cognitive Sciences*, *18*(6), 293–299. https://doi.org/10.1016/j.tics.2014.02.003

DePrince, A. P., Goldsmith, R. E., & Freyd, J. J. (2012). Betrayal Trauma: Associations With Psychological and Physical Symptoms in Young Adults. *Journal of Interpersonal Violence*, *27*(3), 547–567. https://doi.org/10.1177/0886260511421672

Freyd, J. J., Goldsmith, R. E., & DePrince, A. P. (2012). Betrayal Trauma: Associations With Psychological and Physical Symptoms in Young Adults. *Journal of Interpersonal Violence*, *27*(3), 547–567. https://doi.org/10.1177/0886260511421672

Goldsmith, R. E., Chesney, S. A., Heath, N. M., & Barlow, M. R. (2013). Emotion Regulation Difficulties Mediate Associations Between Betrayal Trauma and Symptoms of Posttraumatic Stress, Depression, and Anxiety. *Journal of Traumatic Stress*, *26*(3), 376–384. https://doi.org/10.1002/jts.21819

Goldsmith, R. E., Freyd, J. J., & DePrince, A. P. (2012). Betrayal Trauma: Associations With Psychological and Physical Symptoms in Young Adults. *Journal of Interpersonal Violence*, *27*(3), 547–567. https://doi.org/10.1177/0886260511421672

Mesman, J., Branger, M., Woudstra, M., Emmen, R., Asanjarani, F., Carcamo, R., Hsiao, C., Mels, C., Selcuk, B., Soares, I., Van Ginkel, J., Wang, L., Yavuz, M., & Alink, L. (2020). Crossing boundaries: A pilot study of maternal attitudes about child maltreatment in nine countries. *Child Abuse & Neglect*, *99*, 104257. https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2019.104257

Scheier, M. F., & Carver, C. S. (1992). Effects of optimism on psychological and physical well-being: Theoretical overview and empirical update. *Cognitive Therapy and Research*, *16*(2), 201–228. https://doi.org/10.1007/BF01173489

Seligman, M. (2018). PERMA and the building blocks of well-being. *The Journal of Positive Psychology*, *13*(4), 333–335. https://doi.org/10.1080/17439760.2018.1437466

Smith, C. P., & Freyd, J. J. (2014). Institutional betrayal. *American Psychologist*, *69*(6), 575–587. https://doi.org/10.1037/a0037564

Tirone, V., Orlowska, D., Lofgreen, A. M., Blais, R. K., Stevens, N. R., Klassen, B., Held, P., & Zalta, A. K. (2021). The association between social support and posttraumatic stress symptoms among survivors of betrayal trauma: A meta-analysis. *European Journal of Psychotraumatology*, *12*(1), 1883925. https://doi.org/10.1080/20008198.2021.1883925

Tugade, M. M., & Fredrickson, B. L. (2004). Resilient Individuals Use Positive Emotions to Bounce Back From Negative Emotional Experiences. *Journal of Personality and Social Psychology*, *86*(2), 320–333. https://doi.org/10.1037/0022-3514.86.2.320

Machali, I. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif: Panduan Praktis Merencanakan, Melaksanakan, dan Analisis dalam Penelitian Kuantitatif* (A. Habib (ed.)). Fakultas Ilmu Tarbiyah dan Keguruan, Universitas Islam Negeri (UIN) Sunan Kalijaga Yogyakarta.

Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*.