
PENINGKATAN KEMAMPUAN MENGGUNAKAN PROBLEM FOCUSED COPING PEREMPUAN KORBAN KEKERASAN DALAM RUMAH TANGGA

Siti Rohmah Nurhayati
Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta

Abstrak

Kekerasan dalam rumah tangga merupakan peristiwa yang menekan dan menyakikan bagi para korban. Perempuan korban kekerasan dalam rumah tangga selama ini cenderung menggunakan emotion focused coping dalam menghadapi kekerasan yang dialaminya. Penggunaan strategi ini cenderung mengungkung mereka dalam situasi kekerasan yang tidak berakhir.

Para perempuan korban kekerasan perlu diberdayakan dengan cara meningkatkan kemampuan mereka dalam menggunakan problem focused coping. Kekerasan adalah suatu hal yang harus dibentakan, bukan ditolerir. Salah satu cara untuk menghentikannya adalah melalui pengatasan-pengatasan yang berkaitan langsung dengan tindakan kekerasan itu sendiri.

Upaya tersebut dapat dilakukan dengan cara membantu mereka untuk melihat penyebab kekerasan secara realistis, merestrukturisasi keyakinan yang salah tentang penyebab kekerasan, serta meningkatkan kesadaran mereka terhadap kesetaraan gender. Hal ini akan kian membantu mereka menilai diri mereka secara lebih positif serta mempengaruhi mereka untuk memilih pengatasan-pengatasan yang lebih aktif dan konstruktif.

Kata Kunci : problem focused coping, kekerasan dalam rumah tangga

Abstract

Domestic violence is a phenomenon that emphasize and painful for the victims. Women victims of domestic violence up till now incline use emotion focused coping to face the violence. Utilizing of this strategy lean shackle them in the unended violence.

The Women victims of domestic violence need to be empowered by improve their ability to use the problem focussed coping. Violence is something that should be stopped, not to be tolerenced. One of the several manner to be dismissed it is by coping that directly interrelated with that violence.

The efforts can be done by helping them to watch the violence causes in reality way, to restructurize a wrong conviction about cause of violence, and to improve their awareness of gender equality. There will be help them to appraise their self more positive and to influence them to select the coping more active and constructive.

Keywords: problem focused coping, domestic violence

Pendahuluan

Kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) merupakan fenomena sosial yang telah berlangsung lama dalam sebagian rumah tangga di dunia, termasuk di Indonesia. Jika selama ini kejadian tersebut nyaris tidak terdengar, hal itu lebih disebabkan adanya anggapan dalam masyarakat bahwa kekerasan dalam rumah tangga merupakan peristiwa domestik yang tabu untuk dibicarakan secara terbuka.

Walaupun kekerasan dalam rumah tangga telah berlangsung sejak lama dan meluas di berbagai lapisan sosial masyarakat, namun sulit sekali untuk mendapatkan data lengkap pada setiap negara untuk kasus kekerasan domestik tersebut. Pada negara-negara tertentu yang datanya lengkap dapat dilihat bahwa kekerasan dalam rumah tangga merupakan suatu persoalan besar. Data pasti mengenai tindak kekerasan dalam rumah tangga di Indonesia belum ada, kecuali pengaduan dari perempuan korban tindak kekerasan suami yang datang di beberapa *women's crisis centre*. Sebuah laporan tahun 1991 dari Lembaga Konsultasi Bantuan Hukum untuk Wanita dan Keluarga (LKBHuWK) misalnya hanya mengatakan bahwa "cukup banyak" kasus terjadi karena kekerasan psikologis dan fisik dalam keluarga, yang sebagian besar dilakukan oleh suami terhadap isteri, tanpa dapat memberikan angka kejadiannya (Sciortino dan Smyth, 1996).

Tingginya angka KDRT diantaranya dapat dilihat dari jumlah kasus kekerasan terhadap isteri yang ditangani *Rifka Annisa Women's Crisis Center* (RAWCC), serta laporan dari Komnas Perempuan. Selama tahun 2004, jumlah kasus kekerasan terhadap isteri yang masuk dan ditangani RAWCC adalah sebanyak 237 kasus (Rifka Annisa, 2005). Data dari Komnas Perempuan pada tahun 2003 menyebutkan terdapat 5.934 kasus kekerasan terhadap perempuan, 46% diantaranya atau 2.073 kasus adalah KDRT yang dilakukan

suami terhadap isteri (Sustiwi, 2004). Jumlah tersebut tentu saja belum mampu menggambarkan jumlah kejadian yang sesungguhnya dalam masyarakat. Ibarat sebuah gunung es, kasus kekerasan terhadap isteri yang terdata di RAWCC maupun Komnas Perempuan bisa jadi hanya merupakan puncaknya saja, di mana di bawahnya masih banyak kasus-kasus kekerasan yang belum dilaporkan.

Kekerasan dalam rumah tangga merupakan sebuah persoalan serius, karena di dalam rumah tanggalah kehidupan setiap manusia dimulai. Persoalan kekerasan terhadap isteri memiliki dampak langsung terhadap perempuan. Menurut Strauss dan Gelles (dalam LKP2, Rumah Ibu dan The Asia Foundation, 1999), perempuan yang mengalami kekerasan melaporkan kesehatannya memburuk tiga kali lebih sering, merasakan sakit kepala dua kali lipat, mengalami depresi empat kali lebih banyak dan mencoba untuk bunuh diri 5,5 kali lebih sering. Akibat yang lain adalah kehilangan konsentrasi saat bekerja, sehingga menyebabkan dia kehilangan pekerjaan. Sementara itu menurut Astin (dalam Kendall dan Hamen, 1998) gangguan-gangguan fisik maupun psikologis yang dapat muncul akibat kekerasan yang dialami para korban kekerasan dalam rumah tangga antara lain adalah perasaan putus asa, tidak berdaya, mati rasa, depresi, menarik diri dan penurunan motivasi. Mereka juga mengalami insomnia, sakit kepala dan penurunan kesehatan secara umum sebagai akibat dari kekerasan yang dialaminya.

Menurut Hayati (1999), persoalan penting yang tidak kalah seriusnya dalam hal ini adalah dampak bagi anak-anak yang ada dalam keluarga tersebut. Selain faktor tekanan psikologis bagi anak yang hidup dalam suasana kekerasan, faktor *modeling* bagi anak juga menjadi kekhawatiran tersendiri. Oleh karena anak merupakan aset bangsa untuk masa depan, tidak dapat dibayangkan apabila

mereka menggunakan cara yang sama untuk berinteraksi dengan orang lain.

Meskipun kekerasan terhadap isteri terbukti secara langsung maupun tidak langsung menimbulkan akibat yang buruk seperti tersebut di atas, namun kebanyakan isteri yang mengalami kekerasan cenderung memilih bertahan dalam situasi tersebut. Dari penelitian yang dilakukan oleh Puslitkes Atmajaya dengan Rifka Annisa (Nur Hayati, 1999), tampak bahwa 76% dari 125 korban yang berkonsultasi ke RAWCC memilih kembali kepada suami. Dengan demikian, mereka memiliki peluang untuk kembali mengalami kekerasan secara berulang.

Berlangsungnya kekerasan yang menimpa secara berulang-ulang merupakan suatu situasi yang menekan dan menyakitkan. Oleh karena itu tentunya setiap perempuan korban KDRT memiliki cara masing-masing untuk menghadapi dan mengurangi tekanan berupa kekerasan yang dilakukan oleh suaminya. Usaha untuk menghadapi tekanan, juga usaha untuk mengatasi kondisi yang menyakitkan atau mengancam tersebut dikenal dengan istilah *coping*. Strategi *coping* merupakan kecenderungan bentuk tingkah laku individu untuk melindungi diri dari tekanan-tekanan psikologis yang ditimbulkan oleh problematika sosial (Pearlin dan Scholeer, 1978).

Lazarus dan Folkman (dalam Folkman, 1984) membedakan strategi *coping* menjadi dua macam. Pertama, disebut dengan *problem focused coping* (PFC) dan kedua disebut dengan *emotion focused coping* (EFC). Penelitian tentang strategi *coping* pada umumnya menemukan bahwa PFC berhubungan dengan penyesuaian yang lebih baik dan EFC berkaitan dengan penyesuaian yang lebih buruk (Aldwin dalam Park, dkk, 2001) serta distress dan gangguan (Stanton, dkk, 1994).

Namun dalam kenyataannya, para perempuan korban kekerasan justru cenderung menggunakan EFC dalam menghadapi

kekerasan dari suaminya. Seperti yang ditunjukkan dalam penelitian Fawcett, dkk (1999), bahwa para perempuan korban kekerasan melakukan beberapa strategi antara lain dengan bersikap sabar, bertoleransi, diam, berhubungan seks dengan pasangan atau melakukan apapun perintah pasangan. Tidak satupun dari mereka membuat rencana untuk menghadapi keadaan-keadaan berbahaya yang mungkin menimpa mereka atau anak-anak mereka akibat kekerasan pasangan.

Strategi *coping*

Konsep strategi *coping* pada umumnya digunakan untuk menjelaskan hubungan antara stress dengan tingkah laku individu dalam menghadapi berbagai tuntutan yang menekan dari lingkungannya. Menurut Lazarus dan Folkman (dalam Folkman, 1984; Taylor, 1995), strategi *coping* merupakan suatu proses mengelola tuntutan, baik yang bersifat eksternal maupun internal yang dinilai melampaui kemampuan seseorang. Lebih jauh Folkman (1984) menjelaskan bahwa strategi *coping* adalah usaha secara kognitif dan perilaku untuk mengurangi, mengatasi, atau melakukan toleransi terhadap tuntutan internal dan eksternal yang terjadi karena adanya transaksi dengan lingkungan yang penuh stress. Oleh karena itu strategi *coping* bisa berupa pikiran, perasaan, sikap, maupun perilaku individu dalam usahanya untuk mengatasi, menahan atau menurunkan efek negatif dari situasi yang mengancam (Baron & Byrne, 1991).

Lazarus dan Folkman (dalam Folkman, 1984) membedakan strategi *coping* menjadi dua macam. Pertama, disebut dengan *problem focused coping* (PFC), merupakan usaha individu untuk mengurangi atau menghilangkan stress yang dirasakannya dengan cara menghadapi masalah yang menjadi penyebab timbulnya stress secara langsung. Usaha yang dilakukan oleh individu lebih banyak diarahkan kepada bentuk-bentuk usaha untuk menyelesaikan masalah yang dihadapi.

Carver, dkk., (1989), mengemukakan 5 macam PFC: 1) menghadapi masalah secara aktif, yaitu proses menggunakan langkah-langkah aktif untuk mencoba menghilangkan stressor atau memperbaiki akibatnya. Strategi ini meliputi memulai tindakan langsung, meningkatkan usaha, dan menghadapi masalah dengan cara-cara yang bijaksana; 2) perencanaan, adalah berpikir mengenai bagaimana menghadapi stressor. Perencanaan meliputi mengajukan strategi tindakan, berpikir mengenai langkah untuk mengurangi masalah dan bagaimana mengatasi masalah; 3) mengurangi aktifitas-aktifitas persaingan, berarti mengajukan rencana lain, mencoba menghindari gangguan orang lain, tetap membiarkan orang lain sebagai cara untuk menangani stressor. Seseorang mungkin mengurangi keterlibatan dalam aktifitas persaingan atau menahan diri dari perebutan sumber informasi, sebagai cara untuk memusatkan perhatian pada tantangan atau ancaman yang ada; 4) pengendalian, yaitu menunggu kesempatan yang tepat untuk bertindak, menahan diri, dan tidak bertindak secara prematur. Pada dasarnya strategi ini tidak dianggap sebagai suatu strategi menghadapi masalah yang potensial, tetapi terkadang responnya cukup bermanfaat dan diperlukan untuk mengatasi tekanan, karena perilaku seseorang yang melakukan strategi pengendalian diri difokuskan untuk menghadapi tekanan secara efektif; 5) mencari dukungan sosial karena alasan instrumental, yaitu mencari nasehat, bantuan atau informasi;

Kedua, disebut dengan *emotion focused coping* (EFC), merupakan usaha yang dilakukan oleh individu untuk mengurangi atau menghilangkan stress yang dirasakannya tidak dengan menghadapi masalahnya secara langsung, tetapi lebih diarahkan untuk menghadapi tekanan-tekanan emosi dan untuk mempertahankan keseimbangan afeksinya (Lazarus & Folkman, dalam Folkman, dkk, 1986).

Menurut Carver, dkk., (1989), terdapat 8 strategi yang termasuk dalam kategori EFC, yaitu: 1) mencari dukungan sosial karena alasan emosional, yaitu mencari dukungan moral, simpati atau pengertian; 2) pelepasan emosi, yaitu kecenderungan untuk memusatkan pada gangguan apapun dan melepaskan emosi yang dirasakannya; 3) tindakan pelarian, yaitu mengurangi usaha seseorang untuk berhadapan dengan stressor, menghentikan usaha mencapai tujuan menghilangkan stressor yang mengganggu; 4) pelarian secara mental, merupakan variasi dari tindakan pelarian, terjadi ketika kondisi pada saat itu menghambat munculnya tindakan pelarian. Strategi yang menggambarkan pelarian secara mental ini adalah melakukan tindakan-tindakan alternatif untuk melupakan masalah, melamun, melarikan diri dengan tidur, membenamkan diri nonton televisi; 5) reinterpretasi dan perkembangan yang positif, yaitu mengatur emosi yang berkaitan dengan distress, bukannya menghadapi stressor itu sendiri. Kecenderungan ini oleh Lazarus dan Folkman (dalam Carver, dkk, 1989) disebut dengan penilaian kembali secara positif. Namun demikian, kecenderungan ini tidak terbatas pada mengurangi distress. Menafsirkan transaksi yang penuh stres secara positif mungkin akan membuat seseorang melanjutkannya dengan tindakan yang aktif, atau menggunakan PFC; 6) penolakan, yaitu menolak untuk percaya bahwa suatu stressor itu ada, atau mencoba bertindak seolah-olah stressor tersebut tidak nyata. Kadang-kadang penolakan menjadi pemicu masalah baru jika tekanan yang muncul diabaikan, karena dengan menyangkal suatu kenyataan dari masalah yang dihadapi seringkali mempersulit upaya menghadapi masalah yang seharusnya lebih mudah untuk pemecahan masalah; 7) penerimaan, yaitu individu menerima kenyataan akan situasi yang penuh stress, menerima bahwa kenyataan tersebut pasti terjadi. Penerimaan dapat memiliki dua makna,

yaitu sebagai sikap menerima tekanan sebagai suatu kenyataan dan sikap menerima karena belum adanya strategi menghadapi masalah secara aktif yang dapat dilakukan; 8) mengalihkan pada agama, individu mencoba mengembalikan permasalahan yang dihadapi pada agama, rajin beribadah dan memohon pertolongan Tuhan.

Kemampuan setiap individu dalam memilih strategi *coping* dan menggunakannya untuk mengurangi tekanan adalah berbeda. Perbedaan juga terdapat dalam hal pemahaman tentang bagaimana dan kapan harus memakai strategi *coping* yang diperlukan. Hal ini dipengaruhi oleh beberapa faktor.

Faktor yang dianggap sangat berpengaruh terhadap strategi *coping* adalah penilaian kognitif (Folkman, 1984; Folkman, dkk., 1986; Watson, dkk., 1984; Taylor, 1995). Menurut Folkman, dkk (1986), pemilihan strategi yang akan digunakan oleh individu dalam menghadapi suatu masalah dipengaruhi oleh penilaian individu terhadap masalah tersebut dan penilaiannya terhadap potensi yang dimilikinya untuk menghadapi masalah itu. Penilaian itu disebut sebagai penilaian kognitif.

Menurut Folkman (1984), penilaian individu terhadap situasi yang dihadapinya dan penilaian terhadap potensi yang dimilikinya untuk menghadapi masalah yang ada, mempengaruhi pemilihan strategi yang akan digunakan. Hal ini disebabkan karena pada dasarnya setiap individu akan selalu berusaha menyesuaikan strategi yang akan digunakan dengan situasi yang dihadapinya. Menurut Folkman, dkk (1986), jika penggunaan suatu strategi dirasa tidak sesuai atau mengalami kegagalan, maka individu akan melakukan penilaian kembali terhadap situasi yang ada dan mengevaluasi strategi mana yang lebih sesuai dan lebih cepat.

Selain penilaian kognitif, terdapat beberapa faktor lain yang juga mempengaruhi pemilihan strategi *coping*. Billings dan Moos (1984) menyatakan bahwa faktor usia, jenis

kelamin, status sosial ekonomi, kesadaran emosional, tingkat pendidikan, dan kesehatan fisik akan berpengaruh terhadap kecenderungan penggunaan strategi *coping*. Kepribadian juga terbukti mempengaruhi pemilihan strategi *coping*. Williams, dkk (dalam Taylor, 1995) menemukan bahwa individu yang tabah cenderung menggunakan strategi *coping* yang aktif dan efektif seperti PFC dan mencari dukungan sosial. Optimisme juga menyebabkan individu dapat mengatasi masalah secara lebih efektif dan adaptif (Carver & Scheier, 1994). Selain itu penelitian S. Cohen dan Edwards (dalam Cozzarelli, 1993; Taylor, 1995) menemukan bahwa perasaan mampu mengontrol peristiwa yang menekan dapat membantu seseorang menghadapi stress secara lebih efektif. Sementara itu individu yang memiliki harga diri yang tinggi cenderung lebih banyak menggunakan PFC (Carver, dkk, 1989).

Membebaskan Diri dengan Menggunakan *Problem Focused Coping*

Sebagaimana telah disebutkan sebelumnya, para perempuan korban KDRT cenderung menggunakan *emotion focused coping* untuk menghadapi kekerasan dari suaminya. Strategi ini memang paling efektif untuk mengurangi tekanan emosional yang muncul pada saat itu. Lenore dan Walker (dalam Stark & Flitcraft, 1996) menyatakan bahwa para perempuan yang mengalami kekerasan dalam rumah tangga justru berkonsentrasi pada cara-cara untuk beradaptasi dengan keadaan kekerasan dibanding mencari cara untuk keluar dari keadaan kekerasan. Mereka biasanya menyangkal terjadinya kekerasan, mematikan rasa dan bahkan pada kasus-kasus tertentu justru proaktif terhadap kekerasan. Dengan bersikap sabar, mencoba mengambil hikmah dari peristiwa kekerasan yang dialaminya, atau mencoba melupakannya dengan mengerjakan aktifitas-aktifitas lain, para perempuan tersebut dapat membuat dirinya merasa nyaman.

Namun demikian, strategi-strategi semacam itu akan tetap membuka peluang terjadinya kekerasan. Peluang tersebut sangat mungkin terjadi karena dari banyak kasus-kasus kekerasan suami terhadap isteri, seringkali terjadi siklus kekerasan yang mengikuti pola tertentu. Siklus itu terdiri atas tahap *pertama*, berupa ketegangan yang meningkat; tahap *kedua*, berupa terjadinya kekerasan atau penganiayaan; tahap *ketiga*, penyesalan dan kemesraan atau bulan madu; dan tahap *keempat*, siklus mulai kembali, yang artinya kekerasanpun berulang kembali ketika muncul ketegangan (LKP2, Rumah Ibu & *The Asia Foundation*, 1999).

Konsep strategi *coping* memang hanya menunjuk pada usaha yang dilakukan untuk menghadapi tekanan psikologis yang dirasakan, tanpa memperhatikan apakah usaha tersebut berhasil atau tidak (Coelho, dkk dalam Persitarini, 1988). Namun demikian tidak dapat dipungkiri bahwa pemilihan strategi *coping* akan menentukan efektif tidaknya pengatasan suatu masalah.

Usaha-usaha untuk menghapuskan kekerasan dalam rumah tangga memang telah dilakukan oleh berbagai pihak, diantaranya oleh pemerintah melalui UU No 23 tahun 2004 tentang Penghapusan KDRT. Beberapa lembaga yang memiliki *concern* terhadap kasus-kasus KDRT juga terus melakukan berbagai upaya pendampingan dan penyadaran terhadap masyarakat. Namun demikian kasus-kasus KDRT masih saja marak terjadi. Nampaknya perlu waktu yang lama untuk mengubah salah satu bentuk ketidakadilan gender yang telah mengakar sangat kuat dalam keyakinan dan perilaku masyarakat.

Salah satu hal yang perlu diupayakan adalah memberdayakan para perempuan korban KDRT dengan cara meningkatkan kemampuan mereka dalam menggunakan *problem focused coping*. Hal ini perlu dilakukan mengingat karakteristik dari *emotion focused coping* yang cenderung mengungkung mereka

dalam situasi kekerasan yang tidak pernah berakhir. Kekerasan adalah suatu hal yang harus dihentikan, bukan ditolerir. Salah satu cara untuk menghentikannya adalah melalui pengatasan-pengatasan yang berkaitan langsung dengan tindakan kekerasan itu sendiri.

Namun demikian upaya peningkatan kemampuan para perempuan korban KDRT untuk menggunakan *problem focused coping* tidaklah semudah membalikkan tangan. Apalagi jika mereka telah mengalami kekerasan secara berulang selama bertahun-tahun. Beberapa penelitian pada korban kekerasan dalam rumah tangga menunjukkan bahwa pengalaman menerima kekerasan baik secara fisik maupun emosional terbukti dapat mengurangi kontrol personal korban (Umberson, dkk, 1998). Walker (dalam Umberson, dkk, 1998) menyatakan bahwa perempuan yang mengalami kekerasan secara berulang belajar bahwa mereka tidak dapat memprediksi hasil perilaku mereka—suatu proses yang disebut dengan *learned helplessness*. Meskipun mereka berusaha membuat pasangannya tenang sebagai cara untuk menghindari konflik yang dapat meningkat menjadi kekerasan, mereka tidak dapat meramalkan kapan perilaku mereka akan menenangkan atau membuat marah pasangannya.

Atribusi dan *Problem Focused Coping*

Salah satu cara untuk meningkatkan kemampuan para perempuan korban KDRT untuk menggunakan *problem focused coping* adalah melalui proses atribusi yang dilakukan oleh para perempuan tersebut dalam melihat kekerasan yang dialaminya. Penelitian Nurhayati (2005) membuktikan bahwa salah satu prediktor *problem focused coping* yang cukup signifikan adalah atribusi. Perempuan korban KDRT yang memiliki atribusi kekerasan eksternal, dapat dikendalikan, serta tidak stabil cenderung menggunakan *problem focused coping*

dalam menghadapi kekerasan dari suaminya. Ketika seorang perempuan korban kekerasan dalam rumah tangga menilai penyebab kekerasan yang menimpa dirinya adalah sesuatu yang berada di luar dirinya, ia akan merasa menjadi korban, dan karenanya ia harus melakukan sesuatu untuk mencoba memecahkan masalahnya secara langsung pada sumber masalah. Dengan cara itu ia berharap bisa keluar dari situasi kekerasan yang menimpanya. Penelitian O'Neill dan Kerig (2000) mendukung kenyataan tersebut, bahwa perempuan korban kekerasan dalam rumah tangga yang cenderung rendah dalam menyalahkan diri memiliki simptom-simptom yang juga rendah, serta berhubungan dengan pengatasan masalah yang aktif. Hal ini memperkuat penemuan Carlson (1997) bahwa menyalahkan diri sendiri dalam kasus kekerasan dalam rumah tangga dapat menghambat para perempuan korban kekerasan dalam rumah tangga untuk menghentikan kekerasan tersebut.

Berkaitan dengan stabilitas, Amirkhani (1998) menemukan bahwa kesalahan yang diatribusikan pada penyebab yang tidak stabil akan menghasilkan usaha yang aktif untuk memecahkan masalah. Frieze (dalam Herbert, dkk, 1991) menemukan bahwa perempuan yang membuat atribusi tidak stabil untuk penyebab kekerasan yang dialaminya memiliki kemungkinan lebih kecil untuk meninggalkan suaminya dibandingkan mereka yang membuat atribusi yang stabil, karena mereka memiliki harapan yang lebih tinggi mengenai peningkatan hubungannya di masa yang akan datang.

Sementara itu pengendalian berkaitan dengan kemampuan mempengaruhi (Hewstone & Manstead, 1996). Seseorang yang menilai suatu penyebab kekerasan adalah sesuatu yang dapat dia pengaruhi atau dia rubah, dia akan merasa mampu menghentikan kekerasan yang dia alami melalui tindakannya terhadap penyebab tersebut. Karena itu ia akan terdorong untuk melakukan sesuatu yang dapat menghentikan kekerasan tersebut.

Sebagaimana ditemukan oleh Rotter (dalam Calhoun & Acocella, 1990) bahwa jika seseorang merasa mampu mengendalikan suatu keadaan, ia akan termotivasi untuk melakukan sesuatu.

Dalam konteks inilah para perempuan korban kekerasan harus diajarkan untuk melihat penyebab kekerasan secara realistis. Mereka bukanlah pihak yang selalu bersalah sehingga harus menanggung risiko berupa tindakan kekerasan dari suaminya. Hal ini perlu ditegaskan mengingat dari banyak kasus-kasus kekerasan, suami selalu menyalahkan perempuan, dan isteri juga sering melihat dirinya sebagai penyebab. Para perempuan korban KDRT perlu dibantu untuk merestrukturisasi keyakinan-keyakinan mereka yang seringkali salah tentang penyebab kekerasan yang dialaminya.

Kesadaran Terhadap Kesetaraan Gender dan *Problem Focused Coping*

Kekerasan dalam rumah tangga merupakan masalah yang berkaitan erat dengan bias gender yang biasa terjadi pada masyarakat patriarkal di mana distribusi kekuasaan antara laki-laki dan perempuan timpang, sehingga kaum laki-laki mendominasi institusi sosial dan tubuh perempuan (Arivia, 1996). Dominasi kekuasaan suami atas isteri ini mencakup pula dorongan untuk mengontrol isterinya, termasuk mengontrol tubuhnya dengan melakukan kekerasan (Skrobanek, 1991).

Menurut Abram (1997), dalam keragaman budaya dan tatanan sosial, perbedaan gender sebenarnya dapat dilihat sebagai hal yang wajar sebab setiap budaya dan komunitas mempunyai ekspresi-ekspresi yang khas. Perbedaan gender baru menjadi masalah ketika perbedaan itu mengakibatkan ketimpangan perlakuan dalam masyarakat serta munculnya ketidakadilan dalam hubungan antara laki-laki dan perempuan. Fakih (2003) menyatakan bahwa dalam hal ini

pihak yang mengalami banyak ketidakadilan adalah perempuan. Ketidakadilan tersebut muncul dalam kasus-kasus pelecehan seksual, pemerkosaan, eksploitasi perempuan, beban kerja ganda maupun kekerasan suami terhadap isteri. Oleh karena peran gender secara sosial telah terkonstruksi secara turun temurun dalam suatu sistem masyarakat, maka anggota masyarakat tersebut sering menganggap pengkotak-kotakan peran, pelabelan sifat dan karakteristik pada laki-laki maupun perempuan sebagai suatu keharusan yang pada akhirnya menganggap ketimpangan dan ketidakadilan gender menjadi suatu kewajaran.

Oleh karena itu, kesadaran terhadap kesetaraan gender memiliki peran sangat penting dalam pemilihan strategi *coping* para perempuan korban KDRT. Kesadaran ini berperan pada saat mereka melakukan penilaian atas sumberdaya yang dimilikinya sebelum menentukan strategi pengatasan yang akan digunakan. Sebagaimana dikatakan oleh Folkman (1984), sumberdaya pengatasan dapat berupa kesehatan dan energi, keyakinan-keyakinan yang positif, misalnya harga diri dan harapan, kemampuan memecahkan masalah, keterampilan sosial yang memungkinkan seseorang memanfaatkan orang lain sebagai sumber daya, serta dukungan sosial.

Seorang perempuan yang memiliki kesadaran terhadap kesetaraan gender mampu memandang secara positif dirinya sebagai perempuan. Dengan kesadaran akan kesetaraan gender, seseorang tidak lagi memegang pandangan yang menilai peran laki-laki lebih tinggi dibandingkan perempuan, serta mempunyai kontrol dan dominasi terhadap perempuan. Dengan demikian, hal ini akan membantu dia untuk memilih cara-cara pengatasan yang lebih aktif melalui bentuk-bentuk *problem focused coping* pada saat ia mengalami ketidakadilan gender berupa tindak kekerasan dari suaminya. Hal ini sejalan dengan penelitian Nurhayati (2005), bahwa

para perempuan yang memiliki kesadaran terhadap kesetaraan gender tinggi cenderung untuk menggunakan *problem focused coping* dalam menghadapi kekerasan dari suaminya.

Sebaliknya ketika seorang perempuan kurang memiliki kesadaran terhadap kesetaraan gender akan memandang dirinya secara negatif sebagai seorang yang lebih rendah dibandingkan suaminya, serta merasa tidak berhak atas kontrol terhadap dirinya sendiri maupun keluarganya. Oleh karena itu akan cenderung memandang dirinya sebagai orang yang tidak berdaya, sehingga ia akan menerima keadaan tanpa berusaha berbuat sesuatu yang dapat merubah situasi kekerasan yang dialaminya menjadi lebih baik.

Seorang perempuan yang dibesarkan dalam budaya patriarki cenderung memiliki nilai-nilai tertentu dalam kaitannya dengan hubungan laki-laki dan perempuan, khususnya dalam hubungan suami isteri. Oleh karena itu pada saat ia mengalami tindak kekerasan dari suaminya, bentuk-bentuk pengatasan yang dilakukan akan dipengaruhi oleh nilai-nilai yang diyakininya tersebut. Sebagai contoh keyakinan bahwa perempuan harus bersikap lemah lembut dan mengorbankan kepentingan pribadi atau aspirasi lainnya untuk menjaga harmoni keluarga (Sciertino & Smyth, 1997), akan menghalangi perempuan tadi untuk melakukan perlawanan pada saat ia mengalami tindak kekerasan dari suaminya. Demikian juga adanya pandangan bahwa kekerasan dalam rumah tangga merupakan peristiwa domestik yang tidak seharusnya diceritakan pada orang lain, akan menghalangi perempuan korban kekerasan dalam rumah tangga untuk meminta pertolongan pada orang lain atau lembaga yang berkompeten untuk menanganinya. Hal ini sesuai pernyataan Yoshihama (2002) bahwa nilai-nilai dan norma budaya mempengaruhi pilihan perempuan korban kekerasan dalam rumah tangga untuk mengatasi masalahnya. Pada beberapa budaya, penggunaan bentuk pengatasan yang aktif

dihindari, karena dapat mendatangkan sanksi sosial. Misalnya seorang perempuan enggan untuk meninggalkan hubungannya dengan suami karena alasan-alasan budaya atau agama.

Oleh karena itu, upaya penyadaran terhadap kesetaraan gender menjadi sebuah keniscayaan bagi para perempuan korban KDRT. Upaya-upaya ini dapat membantu mereka untuk menilai persoalan kekerasan dalam rumah tangga sebagai sebuah ketidakadilan gender. Selain itu penyadaran terhadap kesetaraan gender akan membantu mereka menilai diri mereka secara lebih positif serta mempengaruhi mereka untuk memilih pengatasan-pengatasan yang lebih aktif dan konstruktif.

Penutup

Melihat fenomena kekerasan dalam rumah tangga yang semakin marak dan memprihatinkan, berbagai upaya untuk menghapuskannya perlu dilakukan. Pemerintah perlu terus didorong untuk secara konsisten mengimplementasikan UU Nomer 23 tahun 2004 tentang Penghapusan KDRT. Namun demikian para perempuan korban kekerasan dalam rumah tangga juga perlu diberdayakan untuk mampu menggunakan strategi pengatasan yang lebih konstruktif, dalam hal ini adalah *problem focused coping*. Dengan demikian mereka lebih mampu untuk membebaskan diri dari situasi kekerasan yang dialaminya.

Daftar Pustaka

- Abram, S.M., 1997. Kesetaraan gender dalam agama. *Makalah Seminar Nasional "Perempuan, Agama dan Kesehatan Reproduksi"* tanggal 9 April. Yogyakarta: LKPSM NU DIY-YKF-Interfidei dan Ford Foundation
- Amirkham, J.H. 1998. Attributions as predictors of coping and distress. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 24, 1006-1018
- Arivia, G. 1996. Mengapa perempuan disiksa?. *Jurnal Perempuan*, edisi 01 (Agustus/September), 3-8
- Baron, R.A., & Byrne, D. 1991. *Social psychology: Understanding Human Interaction*. Boston: Allyn and Bacon Inc
- Billings, A.G., & Moos, R.H. 1984. Coping, stress, and social resources among adults with unipolar depression. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46, 877-891
- Calhoun, J.F., & Acocella, J.R. 1990. *Psikologi Tentang Penyesuaian dan Hubungan Kemanusiaan* (terjemahan). Semarang: Penerbit IKIP Semarang Press.
- Carlson, B.E. 1997. A stress and coping approach to intervention with abused women. *Family Relations*. 46, 291-299.
- Carver, C.S., & Scheier, M.F. 1994. Situational coping and coping dispositions in a stressful transaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 184-195
- Carver, C.S., Scheier, M.F., & Weintraub, J.K. 1989. Assessing coping strategies: A theoretically based approach. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56, 267 - 283
- Fakih, M. 2003. *Analisis gender dan transformasi sosial*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Fawcett, G.M., Heise, L.L., Isita-Espejel, I., & Pick, S. 1999. Changing community responses to wife abuse. *American Psychologist*, 54, 41-49
- Folkman, S. 1984. Personal control and stress and coping processes: A theoretical analysis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46, 839-852
- Folkman, S., Lazarus, R.S., Schetter, C.D., DeLongis, A., & Gruen, R.J. 1986. Dynamics of stressful encounter: Cognitive appraisal, coping, and

- encounter outcomes. *Journal of Personality and Social Psychology*. 50, 992 - 1003
- Hayati, E.N. 1999. Kekerasan terhadap isteri: Studi kasus di Rifka Annisa Women's Crisis Center Yogyakarta. *Laporan Penelitian* (tidak diterbitkan). Yogyakarta: Kerjasama Puslitkes Atmajaya Jakarta dengan Rifka Annisa Women's Crisis Center Yogyakarta.
- Herbert, T.B., Silver, R.C., & Ellard, J.H 1991. Coping with an abusive relationship: How and why do women stay?. *Journal of Marriage and Family*. 53, 311-321
- Kendall, P.C., & Hammen, C. 1998. *Abnormal psychology understanding human problems*. Boston: Houghton Mifflin Company
- Lembaga Konsultasi Pemberdayaan Perempuan (LKP2) Fatayat NU, Rumah Ibu, dan Asia Foundation. 1999. *Buku panduan konselor tentang kekerasan dalam rumah tangga*. Jakarta: LKP2 Fatayat NU dan The Asia Foundation
- Manstead, A.S.R., & Hewstone, M. 1996. *The Blackwell encyclopedia of social psychology*. Oxford: Blackwell Publisher Ltd.
- Nurhayati, S.R. 2005. Atribusi Kekerasan dalam Rumah Tangga, Kesadaran Terhadap Kesetaraan Gender, dan Strategi Menghadapi Masalah Perempuan Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga. *Tesis* (Tidak Diterbitkan). Program Pasca Sarjana UGM.
- O'Neill, M.L., & Kerig, P.K. (2000). Attributions of self-blame and perceived control as moderators of adjustment in battered women. *Journal of Interpersonal Violence*. 15, 1036-1046
- Park, C.L., Folkman, S., & Bostrom, A. 2001. Appraisal of controllability and coping in caregivers and HIV + men: Testing the goodness-of-fit hypothesis. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 69, 481 - 488
- Persitarini, E. 1988. Pusat pengendali dan strategi menghadapi masalah pada pria dan wanita. *Skripsi* (tidak diterbitkan). Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM
- Rifka Annisa Women's Crisis Center. 2005. Tsunami bagi kaum perempuan adalah kekerasan. *Radjar Jogja*, hal 4.
- Sciortino, R., & Smyth, I. 1997. Kemenangan harmoni: Pengingkaran kekerasan domestik di Jawa. *Jurnal Perempuan*, edisi 03 (Mei/Juni), 30-43
- Skrobaneck, S. 1991. Violence against women in the family: The case of Thailand. *Makalah* (tidak diterbitkan). Jakarta: Kalyanamitra
- Stanton, A.L., Danoff-Burg, S., Cameron, C.L., & Ellis, A.P. 1994. Coping through emotional approach: Problems of conceptualization and confounding. *Journal of Personality and Social Psychology*. 66, 350-362
- Stark, E., & Flitcraft, A. 1996. *Women at risk: Domestic violence and women's health*. London: Sage Publications
- Sustiwi, F. 2004. Kekerasan pada istri, mengapa masih terjadi?. *Kedaulatan Rakyat*, 23 Agustus, hal 15.
- Taylor, S.E. 1995. *Health psychology*. New York: McGraw-Hill, Inc.
- Umberson, D., Anderson, K., Glick, J., & Shapiro, A. 1998. Domestic violence, personal control, and gender. *Journal of Marriage and the Family*, 60 (May), 442-452.
- Yoshihama, M. 2002. Battered women's strategies and psychological distress: Differences by immigration status. *American Journal of Community Psychology*. 30, 429-453.