

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk memahami strategi coping yang digunakan perempuan dalam menghadapi perilaku diskriminatif yang disebabkan oleh budaya patriarki. Dengan pendekatan kualitatif, data diperoleh melalui wawancara mendalam dengan partisipan yang mengalami diskriminasi dalam berbagai bentuk, termasuk verbal, nonverbal, struktural, dan interseksional. Diskriminasi ini berdampak negatif pada kesejahteraan psikologis, seperti penurunan harga diri, stres kronis, dan gangguan mental. Hasil penelitian menunjukkan bahwa partisipan menggunakan strategi coping berbasis masalah (*problem-focused coping*), seperti advokasi dan pelaporan diskriminasi, serta strategi berbasis emosi (*emotion-focused coping*), seperti mencari dukungan sosial dan relaksasi. Strategi ini berkembang seiring pengalaman dan dukungan sosial. Penelitian ini berkontribusi pada pengembangan teori coping, memberikan wawasan praktis bagi konselor, serta menginformasikan kebijakan anti-diskriminasi. Temuan ini mendukung pemberdayaan perempuan dalam menghadapi diskriminasi dan meningkatkan kesejahteraan mereka.

Kata Kunci: Patriarki, Diskriminasi, Strategi Coping, Pembebasan Perempuan, Kesetaraan Gender, Penelitian Kualitatif

ABSTRACT

This study aims to explore the coping strategies used by women in responding to discriminatory behavior caused by patriarchal culture. Using a qualitative approach, data were collected through in-depth interviews with participants who experienced discrimination in various forms, including verbal, nonverbal, structural, and intersectional. Such discrimination adversely affects psychological well-being, leading to decreased self-esteem, chronic stress, and mental health issues. Findings reveal that participants employ problem-focused coping strategies, such as advocacy and reporting incidents, alongside emotion-focused coping strategies, such as seeking social support and practicing relaxation. These strategies evolve with experience and social support. This research contributes to coping theory development, offers practical insights for counselors, and informs anti-discrimination policies. The findings highlight the importance of empowering women to navigate discrimination and enhance their overall well-being.

Keywords: Patriarchy, Discrimination, Coping Strategies, Women's Liberation, Gender Equality, Qualitative Research