

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sylvia Walby (1989) mengemukakan bahwa patriarki adalah “sistem struktur sosial dan praktik saat laki-laki mendominasi, menindas, dan mengeksploitasi perempuan”. Perempuan dalam dunia patriarki, dapat disebut sebagai “makhluk yang lain”, seperti yang dikemukakan oleh Beauvoir (1949) menjadi feminis berarti “membangun dunia di mana perempuan tidak lagi diperlakukan sebagai “the other”, tetapi sebagai subjek yang setara dalam segala hal”. Pembatasan peran perempuan sebatas urusan domestik dan perawatan juga merupakan bentuk penindasan perempuan di bawah patriarki, seperti yang dijelaskan oleh Lerner (1986) bahwa kaum tradisional percaya bahwa karakteristik seks perempuan mendorong perempuan secara kodrati untuk berperan sebagai ibu (beban reproduksi) dan tugas utamanya melakukan kerja perawatan (mengurus anak, mengurus pekerjaan domestik, dan sebagainya). Dilaporkan oleh United Nations Population Fund (UNFPA), antara tahun 2011 dan 2020, lebih dari 140 juta anak perempuan akan menjadi pengantin anak. Jika tingkat pernikahan anak saat ini terus berlanjut, 14,2 juta anak perempuan setiap tahunnya atau 39.000 setiap harinya akan menikah terlalu muda. Lebih jauh lagi, dari 140 juta anak perempuan yang akan menikah sebelum berusia 18 tahun, 50 juta di antaranya akan berusia di bawah 15 tahun. Sepuluh negara dengan tingkat pernikahan anak tertinggi adalah: Nigeria 75%; Chad dan Republik Afrika Tengah, 68%; Bangladesh, 66%; Guinea, 63%; Mozambik, 56%; Mali, 55%; Burkina Faso dan

Sudan Selatan, 52%; dan Malawi, 50%. Dalam hal jumlah absolut, karena jumlah penduduknya, India memiliki pernikahan anak terbanyak dan dalam 47% dari semua pernikahan, pengantin perempuannya adalah anak-anak (World Health Organization, 2013). Di Indonesia sendiri, sayangnya juga terdapat bentuk penindasan perempuan melalui pernikahan, yaitu tradisi kawin culik dilakukan oleh masyarakat suku Sasak, dimana seorang laki-laki ingin menikahi seorang gadis, maka laki-laki tersebut harus menculik gadis tersebut untuk dibawa pulang ke tempat tinggal keluarga laki-laki. Tradisi ini sudah menjadi tradisi adat tertulis di pulau Lombok (Maheswari, 2023).

Perilaku diskriminatif adalah tindakan atau serangkaian tindakan yang memperlakukan seseorang atau sekelompok orang secara tidak adil atau berbeda berdasarkan karakteristik intrinsik mereka seperti ras, jenis kelamin, identitas gender, agama, usia, orientasi seksual, atau status sosial-ekonomi. George A. Theodorson dan Achilles G. Theodorson mendefinisikan diskriminasi sebagai perlakuan tidak adil terhadap individu atau kelompok berdasarkan karakteristik mereka yang sebenarnya tidak relevan dengan situasi yang bersangkutan" (Theodorson & Theodorson, 1970). Prasangka yang sering menjadi dasar diskriminasi adalah "perasaan yang baik atau buruk terhadap seseorang atau sesuatu sebelum, atau tidak berdasarkan, pengalaman nyata" (Allport, 1954). Diskriminasi terhadap perempuan merupakan fenomena sosial yang masih marak terjadi dalam pelbagai konteks kehidupan, baik di lingkungan kerja, pendidikan, maupun kehidupan sehari-hari. Diskriminasi terhadap perempuan dapat muncul dalam berbagai bentuk, termasuk diskriminasi verbal, nonverbal, struktural, dan

interseksional. Diskriminasi verbal mencakup ucapan yang merendahkan atau melecehkan perempuan, seperti ejekan, penghinaan, atau serangan verbal lainnya yang bertujuan untuk mengintimidasi atau mempermalukan perempuan. Diskriminasi nonverbal melibatkan perilaku atau sikap yang merendahkan atau mengucilkan perempuan, seperti mengabaikan pendapat mereka dalam diskusi atau perilaku intimidasi fisik yang tidak langsung. Diskriminasi struktural terjadi ketika ketidaksetaraan tertanam dalam kebijakan dan praktik institusional yang menghambat akses perempuan terhadap peluang yang setara dalam pekerjaan, pendidikan, atau layanan kesehatan. Diskriminasi interseksional adalah diskriminasi ganda yang dialami oleh feminis yang juga merupakan bagian dari kelompok minoritas lainnya, seperti etnis, ras, atau orientasi seksual (Crenshaw, 1989).

Dampak dari diskriminasi ini sangat signifikan terhadap kesejahteraan psikologis perempuan, mencakup penurunan harga diri, terganggunya rasa aman, dan masalah kesehatan mental. Penurunan harga diri terjadi karena perlakuan yang merendahkan dapat mengurangi rasa percaya diri dan harga diri perempuan. Rasa aman yang terganggu disebabkan oleh ancaman atau intimidasi yang dapat menimbulkan perasaan tidak aman secara fisik dan psikologis. Selain itu, stres kronis yang disebabkan oleh diskriminasi dapat memicu gangguan mental seperti depresi, kecemasan, dan *post-traumatic stress disorder* (PTSD) (Smith & Mackie, 2015; Landrine & Klonoff, 1996). Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa perempuan, utamanya yang merupakan individu feminis sering kali menjadi target diskriminasi karena pandangan mereka yang menantang norma-norma gender

tradisional dan memperjuangkan kesetaraan gender. Sebagai contoh, penelitian yang dilakukan oleh Crenshaw (1989) mengungkapkan bahwa individu feminis sering menghadapi diskriminasi interseksional yang memperburuk situasi mereka, terutama bagi mereka yang berada dalam kelompok minoritas lainnya. Diskriminasi ini tidak hanya bersifat eksternal, tetapi juga dapat berasal dari dalam komunitas yang lebih luas, termasuk dari mereka yang tidak sepenuhnya memahami atau mendukung tujuan feminisme (Crenshaw, 1989; Hooks, 2000).

Berdasarkan wawancara awal yang peneliti lakukan dengan salah satu partisipan, dirinya menceritakan bahwa awal mengenal feminisme terjadi pada tahun 2019, dikarenakan partisipan sempat bekerja di NGO yang fokus terhadap masalah seksualitas, feminisme, dan keberagaman gender. Partisipan mengungkapkan bahwa feminisme mengubah cara pandang dirinya sebagai perempuan yang hidup di lingkungan patriarki. Feminisme membantu partisipan menjadi perempuan yang lebih berharga, berdaya dan mandiri. Hal tersebut membuat sang partisipan semakin antusias dalam menggeluti kegiatan-kegiatan yang berkaitan dengan isu feminisme dan bergerak melawan patriarki.

Terkait diskriminasi yang dialami, partisipan menjelaskan bahwa sebagai perempuan, ibu, janda, dan feminis, dirinya mendapatkan stigma dan diskriminasi karena dianggap tidak sesuai dengan konstruksi sosial yang ada. Dari hasil wawancara yang didapatkan, keluarga dan masyarakat sekitar tidak senang melihat kemandirian partisipan. Menurut keluarga dan masyarakat sekitar, partisipan sebagai perempuan seharusnya tidak berdaya, sehingga tidak boleh pergi sendirian, harus dijaga dan didampingi oleh suami atau cisgender laki-laki (sebutan untuk

laki-laki yang bukan transgender). Partisipan menceritakan bahwa geraknya lebih dibatasi, diawasi dan dikontrol, karena kerentanan (identitas) yang berlapis. Kedua identitas partisipan adalah janda dan ibu tunggal, hal tersebut membuat keluarga menuntut agar partisipan menikah lagi. Sebagai seorang ibu, partisipan juga mengajarkan nilai-nilai feminisme kepada sang anak, hal ini juga membuat partisipan mendapatkan stigma sebagai ibu yang tidak baik dan partisipan dianggap sebagai individu yang aneh. Partisipan juga mengemukakan bahwa, keluarga dan masyarakat terus memaksakan nilai-nilai patriarki pada dirinya dan anaknya, seperti; sunat perempuan, perempuan harus tunduk-patuh dan lemah lembut, perempuan harus tahu kodratnya sebagai makhluk kedua di bawah laki-laki, dan sebagainya. Ketika menentang semua itu, partisipan, bahkan juga sang anak, terus mendapatkan diskriminasi dan stigma.

Dari berbagai pengalaman terkait diskriminasi yang dialami oleh partisipan sebagai perempuan, feminis, janda, dan ibu tunggal maka partisipan memiliki strategi coping saat mengalami dan atau setelah aksi diskriminatif yang diterima oleh partisipan. Contohnya yaitu; partisipan menyadari bahwa stigma dan diskriminasi ini sangat menyerang secara psikis, sehingga, coping utama adalah berupaya untuk "terus" pulih. Walaupun trigger itu akan terus ada, karena partisipan masih tinggal dengan keluarga yang *toxic*, dan seterusnya akan jadi bagian dari keluarga besar yang patriarkal dan normatif. Strategi yang dilakukan adalah mengupayakan berjeda dengan rumah, sambil terus meningkatkan kapasitas dan nilai-nilai diri. Untuk itu, partisipan intens ke luar kota, baik untuk bekerja, maupun mengakses ruang-ruang belajar dan berkolektif. Proses ini terbukti efektif membuat

partisipan merasa lebih berdaya, berharga, mencintai diri, dan terus ter-upgrade dengan nilai-nilai feminisme, sehingga makin mampu mengadvokasi dan melawan budaya patriarki yang kuat di keluarga, dan sekitar partisipan.

Proses ini pula yang akhirnya mampu mengantarkan partisipan pada kemerdekaan: perceraian, yang selama ini menjadi *mental block* partisipan. Keluarga juga akhirnya bisa melihat value partisipan sebagai perempuan yang punya posisi tawar, punya hak bersuara, dan punya hak atas hidupnya. Hal yang selama ini ditiadakan di keluarga partisipan. Di proses-proses itu, partisipan juga sempat mengakses bantuan psikolog. Terutama karena meninggalkan anak, dan menitipkannya ke orangtua yang toxic merupakan hal yang sangat berat. Tapi dalam prinsip dan pemahaman partisipan, dirinya harus menyelamatkan diri dulu, agar bisa menyelamatkan sang anak. Jika psikis partisipan stabil, maka dirinya bisa lebih berdaya untuk membesarkan buah hati dengan baik, sambil mempersiapkan finansial untuk hidup mandiri, suatu hari nanti.

Pada proses ini, upaya partisipan juga membuahkan hasil, sang anak turut tumbuh menjadi anak yang berdaya. Anak bisa *survive* di lingkungan apa pun, punya posisi tawar dan tahu nilai, serta hak-haknya sebagai perempuan. Kini, partisipan memiliki relasi *woman support woman* dalam relasi ibu-anak ini. Walau cukup berhasil memutus rantai ketidakadilan dan diskriminasi terhadap perempuan, yang jadi budaya dan trauma lintas generasi di keluarga partisipan, dirinya masih terus fokus pada proses dan progres ini (*include* proses dan progres anak), yaitu untuk bisa sepenuhnya lepas dari budaya patriarki keluarga besar partisipan. Misi ke depan, adalah sepenuhnya memiliki hidup partisipan sendiri, tanpa intervensi

dari siapapun, dan dihormati sebagai pemegang keputusan terhadap apapun terkait diri dan hidup, walaupun partisipan perempuan. Membagikan ini sebagai bagian dari "pengalaman perempuan" juga menjadi cara partisipan untuk terus *survive*, mengingat capaian-capaian, dan mendapat penguatan.

Strategi coping yang digunakan perempuan untuk menghadapi diskriminasi dapat mempengaruhi kualitas hidup mereka. Lazarus dan Folkman (1984) membagi strategi coping menjadi dua kategori utama: *problem-focused coping* dan *emotion-focused coping*. *Problem-focused coping* berusaha mengubah atau mengelola sumber stres secara langsung, misalnya, melaporkan diskriminasi kepada pihak berwenang atau memperjuangkan kebijakan yang lebih adil di tempat kerja. Strategi ini dapat meningkatkan perasaan kontrol dan efektivitas pribadi, yang berkontribusi positif terhadap kualitas hidup. *Emotion-focused coping* berfokus pada mengelola emosi yang timbul akibat stres, seperti mencari dukungan emosional dari teman dan keluarga atau melakukan kegiatan relaksasi. Strategi ini dapat membantu meredakan stres dan meningkatkan kesejahteraan emosional, meskipun mungkin tidak mengatasi sumber diskriminasi secara langsung (Carver, Scheier, & Weintraub, 1989). Penelitian mengenai strategi coping dalam konteks diskriminasi terhadap individu feminis masih relatif terbatas. Namun, beberapa studi telah mengidentifikasi bahwa strategi coping yang digunakan dapat bervariasi tergantung pada berbagai faktor seperti dukungan sosial, kesadaran diri, dan pengalaman pribadi. Misalnya, penelitian oleh Meyers, Pineda, dan Hwang (2013) menemukan bahwa dukungan sosial memainkan peran penting dalam membantu individu mengatasi diskriminasi. Selain itu, penelitian oleh Moradi dan Subich

(2003) menunjukkan bahwa kesadaran akan diskriminasi dan pengalaman sebelumnya dengan diskriminasi dapat mempengaruhi strategi coping yang dipilih. Dalam menghadapi diskriminasi ini, perempuan mengembangkan berbagai strategi coping untuk mengelola stres dan dampak psikologis yang ditimbulkan. Lazarus dan Folkman (1984) menjelaskan bahwa coping adalah usaha yang dilakukan individu untuk mengatasi, mengurangi, atau mentoleransi tuntutan yang menyebabkan stres.

Strategi coping dapat dibagi menjadi dua kategori utama: *problem-focused coping* yang berfokus pada usaha mengubah atau mengelola sumber stres itu sendiri, dan *emotion-focused coping* yang berfokus pada usaha mengelola emosi yang timbul akibat stres tersebut (Lazarus & Folkman, 1984; Carver, Scheier, & Weintraub, 1989). Penelitian oleh Meyers, Pineda, dan Hwang (2013) menegaskan bahwa dukungan sosial penting dalam strategi coping, sementara Moradi dan Subich (2003) menunjukkan bahwa kesadaran akan diskriminasi dan pengalaman sebelumnya dengan diskriminasi mempengaruhi strategi coping yang dipilih. Oleh karena itu, penting untuk memahami bagaimana perempuan menggunakan berbagai strategi coping untuk menghadapi diskriminasi yang mereka alami. Pemahaman ini tidak hanya akan memperkaya literatur akademik, tetapi juga memberikan wawasan praktis yang dapat digunakan oleh konselor, psikolog, dan pendukung perempuan lainnya dalam membantu perempuan mengelola dampak negatif dari diskriminasi.

Pada dinamika strategi coping oleh perempuan dalam menghadapi perilaku diskriminatif mencakup perubahan strategi seiring dengan pengalaman dan waktu, serta adaptasi terhadap berbagai konteks situasional seperti lingkungan kerja, sosial,

dan media sosial. Misalnya, perempuan mungkin awalnya menggunakan strategi *emotion-focused coping* untuk mengelola emosi mereka, tetapi seiring waktu dan dengan dukungan sosial yang lebih baik, mereka mungkin beralih ke strategi *problem-focused coping* untuk menghadapi dan mengatasi sumber diskriminasi secara langsung (Lazarus & Folkman, 1984; Meyers, Pineda, & Hwang, 2013). Urgensi penelitian ini terletak pada upaya untuk meningkatkan pemahaman akademik mengenai dinamika coping dan dampaknya terhadap perempuan, memberikan wawasan praktis bagi konselor dan psikolog, serta membantu pengembangan kebijakan yang lebih inklusif dan adil. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya memperkaya literatur akademik, tetapi juga memberikan aplikasi praktis dalam mendukung perempuan menghadapi dan mengatasi diskriminasi yang mereka alami, serta meningkatkan kualitas hidup mereka secara keseluruhan (hooks, 2000; Beauvoir, 1949). Dengan memahami dan mengembangkan strategi coping yang efektif, perempuan dapat mengalami peningkatan dalam kualitas hidup dan kesejahteraan psikologis mereka. Sebagai contoh, *problem-focused coping* dapat meningkatkan perasaan kontrol dan efektivitas pribadi, sementara *emotion-focused coping* dapat meredakan stres dan meningkatkan kesejahteraan emosional (Lazarus & Folkman, 1984). Lantas, bagaimana dinamika strategi coping oleh dari perilaku diskriminatif yang dialami oleh perempuan dalam budaya patriarki?

B. Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui strategi coping yang digunakan perempuan dalam menghadapi perilaku diskriminatif yang diakibatkan oleh budaya patriarki

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penulisan skripsi ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan mengenai strategi coping terhadap perilaku diskriminatif yang dialami oleh perempuan, serta berkontribusi pada pengembangan ilmu pengetahuan secara teoritis, khususnya pada bidang psikologi sosial.

2. Manfaat praktis

- a. Penelitian ini diharapkan mampu menjadi salah satu sumbangsih terhadap studi terkait strategi coping dari perilaku diskriminatif yang dialami oleh perempuan selanjutnya.
- b. Bagi khalayak umum diharapkan mampu menambah wawasan terkait diskriminasi yang dialami oleh perempuan, sehingga mampu menghindari perilaku-perilaku diskriminatif terhadap perempuan.
- c. Bagi peneliti diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan strategi coping dari perilaku diskriminatif yang dialami oleh perempuan.
- d. Bagi pemangku kebijakan diharapkan mampu menambah wawasan dan pengetahuan, yang hasilnya menjadi pembuatan aturan anti diskriminasi bagi seluruh kelompok masyarakat, utamanya kelompok perempuan.