

BAB XVIII

Kekerasan terhadap perempuan



- Kisah Laura dan Luis
- Mengapa laki-laki melakukan kekerasan pada perempuan?
- Jenis kekerasan pada perempuan
- Tanda-tanda yang harus diwaspadai
- Siklus kekerasan pada perempuan
- Efek kekerasan yang membahayakan
- Mengapa perempuan tetap bertahan?
- Apa yang harus dilakukan?
- Berjuang untuk perubahan
- Untuk pekerja di bidang kesehatan

Bab ini membahas berbagai jenis kekerasan yang terjadi pada perempuan dan anak perempuan. Hal ini dapat membantu anda mengerti mengapa kekerasan terjadi, apa yang dapat anda lakukan terhadapnya, dan bagaimana anda dapat berjuang untuk mengubahnya di masyarakat anda.

Setiap hari, perempuan ditampar, ditendang, dipukuli, dipermalukan, diancam, dianiaya secara seksual, dan bahkan dibunuh oleh pasangan mereka. Tapi kita seringkali tidak mengetahuinya karena perempuan yang dianiaya, merasa malu, sendirian, dan takut untuk bicara. Banyak dokter, perawat, dan tenaga kesehatan tidak menganggap tindak kekerasan sebagai masalah kesehatan yang serius.

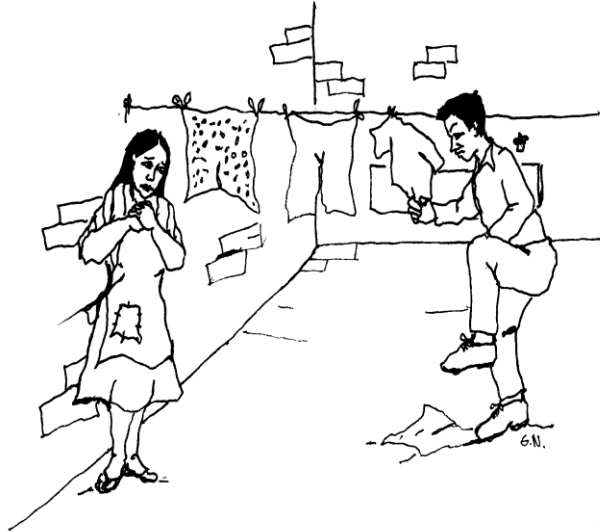
Tidak ada alasan mengapa seseorang harus dipukul atau dianiaya dengan cara apapun !

Walaupun bab ini membahas tindak kekerasan antara laki-laki dan perempuan, kekerasan dapat terjadi di berbagai hubungan, sebagai contoh antara ibu mertua dan menantu perempuannya, antara orang tua dan anaknya, antara anak yang lebih tua dan anak yang lebih muda, antara anggota keluarga dan orang lebih tua yang tinggal di satu rumah, dan antara pasangan dengan jenis kelamin sama.

Kisah Laura dan Luis

Luis berusia 12 tahun lebih tua dari Laura dan merupakan pedagang yang sukses saat mereka bertemu. Dia menjual barang ke toko tempat Laura bekerja sebagai kasir, untuk membantu keluarganya membayar sewa rumah. Luis mempesona dan membicarakan kehidupan yang nantinya akan mereka jalani bersama. Dia memberitahu Laura bahwa dia akan membelikannya apapun yang dia inginkan dan dia akan menjadi “perempuan terbaiknya”. Dia seringkali membelikan Laura pakaian yang dia sukai dan memuji betapa cantik dirinya jika dia berhenti berpakaian seperti biasanya. Dia lalu mulai menemui Laura setiap hari dan meminta Laura berhenti bekerja dan menjadi istrinya.

Setelah mereka menikah, Laura mengharapkan Luis menepati janjinya. Tapi, keadaan mulai berubah. Dia melarang Laura keluar rumah karena dia “tampak jelek”. Bahkan, Luis mengambil kembali semua pakaian bagus yang dia berikan pada Laura dan membakarnya, berkata “perempuan yang jelek dan bodoh itu tidak pantas mengenakan pakaian seperti ini”



Suatu hari, Luis pulang ke rumah di siang hari dan merobek semua pakaian bersih dari jemuran, menuduh Laura tidur dengan temannya. Saat Laura berkata dia hanya pergi menemui ibunya, Luis menyebutnya pelacur pembohong dan memukulnya. Dia mengatakan Laura tidak boleh mengunjungi keluarganya lagi, karena mereka tidak menyukainya. Lalu dia tidak pernah mengatakan apapun lagi tentang hal itu, tapi saat dia pulang malam harinya, dia membelikan hadiah untuk Laura dan mengatakan betapa dia mencintainya dan ingin mengurusnya.

Saat Laura hamil, dia pikir Luis akan memperlakukannya dengan lebih baik. Tapi tampaknya hanya memberinya lebih banyak alasan untuk menyakitinya. Jika dia marah, dia mulai memukul dan menendangnya di perut. Laura takut kehilangan bayinya, tapi dia tidak punya tempat untuk pergi. Dia percaya ketika Luis mengatakan keluarganya tidak menginginkan dirinya lagi dan lagipula dia tidak punya uang. Kadang selama beberapa minggu Luis bersikap baik dan Laura akan meyakinkan dirinya bahwa semua baik-baik saja. Laura meyakinkan dirinya bahwa sebetulnya Luis mencintainya. Jika saja dia bisa mempelajari cara untuk dapat mencegah Luis marah. Dia berusaha lebih keras dari sebelumnya tapi tetap tidak berhasil.

Selama bertahun-tahun Luis minum minuman keras terlalu banyak, dan mendorong kuat Laura ke dinding dan memaksanya berhubungan seks bahkan saat tubuhnya sakit akibat pukulan Luis. Laura bangun pada suatu malam dan menyadari bahwa Luis menekan pisau ke lehernya. Keesokan harinya, Luis mengatakan bahwa Laura hanya berhayal, bahwa dia gila. Dia selalu mengatakan jika Laura memberitahukan "kebohongan" mengenai Luis, maka dia akan membunuhnya. Laura tidak memberitahu siapapun dan dia semakin jarang keluar rumah. Dia benci jika orang lain melihat lukanya dan mengetahui apa yang dilakukan Luis padanya. Laura seringkali berpikir untuk pergi, tapi dia tidak tahu harus pergi ke mana.

Setelah 12 tahun menjadi istrinya, Laura tidak hanya takut pada apa yang akan Luis lakukan padanya tapi tanpa Luis, dia tidak punya rumah, uang, dan ayah dari anaknya. Luis mengatakan hal buruk tentang Laura di toko tempatnya dulu bekerja dan dia tahu, karena ada anaknya, tidak ada yang mau mempekerjakannya sebagai pembantu rumah tangga. Laura merasa sangat kesepian.

Ayah Laura meninggal dan ibunya tinggal dengan keluarga kakak laki-lakinya. Mereka tidak punya ruang untuk dirinya dan anaknya. Saudara perempuannya sangat beriman dan mengatakan bahwa tugasnya adalah tinggal bersama suaminya, bahkan jika dia dibunuh. “Inilah jalan yang sudah ditakdirkan”. Dia selalu sibuk, karena punya banyak pekerjaan yang harus dilakukan di rumah. Dan karena Luis selalu marah jika dia keluar rumah atau jika ada orang yang datang, maka Laura berhenti mengunjungi teman-temannya. Dia yakin mereka telah lama meninggalkannya. Lagipula, kebanyakan orang menganggap jika laki-laki ‘menghukum’ istrinya, hal itu merupakan hal yang wajar.

Lalu suatu malam ketika anak perempuan tertua Laura berusia 11 tahun, dia datang menangis pada Laura, mengatakan Luis menyakitinya ‘di bawah sana’. Laura sangat kaget. Dia semula mengira bahwa anak-anaknya tidak akan terpengaruh oleh tingkah laku buruk Luis. Dia tahu bahwa tidak mungkin dia menentang Luis, tapi dia TIDAK akan membiarkan hal itu terjadi lagi.

Ketika Laura keguguran di kehamilan terakhirnya, tenaga kesehatan yang memeriksanya bertanya mengenai luka-lukanya. Laura memberi alasan-alasan. Tenaga kesehatan tersebut mengangguk dan memberikan Laura kartu dengan alamat di kota sebelah. Dia memberitahu bahwa jika Laura perlu untuk pergi, dia dan anak-anaknya dapat pergi ke sana, tapi pastikan dulu bahwa dia merasa siap untuk pergi. Laura siap sekarang.

Mengapa Luis memukul Laura? Berikut ini pendapat keliru yang dimiliki orang-orang:

PENDAPAT ORANG-ORANG	KEBENARAN
Seorang laki-laki bisa melakukan apapun yang dia inginkan pada istrinya	<i>Tidak ada laki-laki yang memiliki hak untuk memukul istrinya. Tidak satupun hal yang dilakukan perempuan yang memberikan hak kepada laki-laki hak untuk memukulnya, bahkan ketika laki-laki menganggap isterinya pantas mendapatkannya—bahkan jika perempuan itu merasa dia pantas mendapatkannya</i>
Dia tidak akan memukulnya jika dia tidak sangat mencintai isterinya	<i>Pemukulan bukanlah tanda cinta. Cinta berarti menunjukkan rasa hormat dan kebaikan</i>
Hanya laki-laki miskin dan bodoh yang memukuli istrinya	<i>Kekerasan bukan hanya masalah kemiskinan atau kebodohan. Kekerasan dapat terjadi di setiap rumah: kaya atau miskin, berpendidikan atau tidak, di kota atau desa</i>

Pemukulan itu dilakukan hanya karena dia mabuk	<i>Alkohol tidak menyebabkan kekerasan, tapi kadang memperparahnya. Tindak kekerasan juga banyak terjadi di daerah di mana orang tidak meminum alkohol</i>
Itu urusan mereka. Tidaklah baik untuk mencampuri masalah suami istri/pasangan	<i>Tindak kekerasan bukan hanya masalah keluarga. Banyak perempuan terluka atau terbunuh. Tindak kekerasan merupakan masalah kesehatan sosial dan masyarakat</i>
Hal terbaik bagi anak-anak adalah jika perempuan menjauh dari laki-laki. Dia masih bisa menjadi ayah yang baik bagi mereka	<i>Tidak selalu baik bagi keluarga jika perempuan hidup dengan laki-laki yang kasar. Dia mengajarkan hal buruk pada anak-anak, cara yang salah untuk mengatasi perasaan mereka, dan bagaimana cara memperlakukan perempuan. Dia tidak baik untuk anak-anaknya jika dia sering memukuli ibu mereka—atau memukuli anak-anaknya</i>

Alasan Laki-laki Menyakiti Perempuan

Laki-laki memiliki banyak alasan untuk menyakiti perempuan—bahwa dia mabuk, bahwa dia kehilangan kendali, atau bahwa perempuan ‘pantas mendapatkannya’. Tapi laki-laki memilih menggunakan kekerasan karena itulah cara agar dia bisa mendapatkan apa yang dibutuhkannya atau karena menurut dia hal itu merupakan hak dia sebagai suami/pasangannya.

Saat laki-laki tidak merasa memiliki kendali atas hidupnya, dia akan menggunakan kekerasan untuk mencoba dan mengendalikan kehidupan orang lain. Merupakan hal wajar jika seseorang ingin mengendalikan hidupnya dengan cara normal, tapi tidaklah wajar untuk mencoba dan mengendalikan hidup orang lain, terutama dengan kekerasan. Berikut beberapa alasan laki-laki menyakiti perempuan:

1. Kekerasan memberikan hasil

- Kekerasan menawarkan hasil akhir yang cepat dari ketidaksetujuan tanpa harus membicarakan masalah sesungguhnya atau menemukan solusi nyata
- Laki-laki mungkin merasakan kesenangan jika berkelahi, dan mempunyai banyak semangat setelahnya. Maka dia ingin merasakan hal ini lagi
- Jika laki-laki menggunakan kekerasan, dia ‘menang’ dan mendapatkan apa yang diinginkannya. Setelahnya, korban akan memberikan apa yang diinginkan laki-laki untuk menghindari terluka. Hal ini bahkan memberikan laki-laki kekuatan yang lebih besar.

2. Laki-laki memiliki pemikiran keliru mengenai apa arti menjadi laki-laki sejati

- Jika laki-laki percaya untuk menjadi laki-laki sejati, dia harus mengendalikan apa yang dilakukan perempuan maka dia akan merasa tidak apa-apa untuk melukai perempuan

- Beberapa laki-laki berpikir mereka memiliki 'hak' untuk beberapa hal –istri yang 'baik', anak laki-laki, membuat semua keputusan dalam keluarga—hanya karena mereka adalah laki-laki
- 3. Laki-laki merasa perempuan adalah miliknya atau bahwa dia memerlukan perempuan tersebut**
- Jika perempuan 'kuat', laki-laki akan takut kehilangan perempuan tersebut, atau merasa perempuan tidak memerlukannya. Maka dia akan melakukan sesuatu agar perempuan menjadi lebih tergantung padanya.
- 4. Dia tidak tahu cara lainnya**
- Jika laki-laki melihat ayah atau orang lain dalam hidupnya bereaksi dengan kekerasan ketika hidup terasa sulit dan menekan, maka dia tidak pernah belajar cara lain untuk bertindak.

Alasan-alasan ini menjelaskan mengapa laki-laki menganiaya istrinya, tapi tidak memberinya alasan untuk boleh melakukannya.

Hubungan dengan kekerasan atau penganiayaan seringkali terjadi saat satu orang lebih kuat dari yang lainnya.



Jika pria menganggap wanita dan anak perempuan sebagai kepunyaannya—sesuatu yang mereka miliki—dia cenderung merasa adalah haknya untuk memperlakukan mereka apa saja sesuai dengan keinginannya.

Jenis-jenis Kekerasan

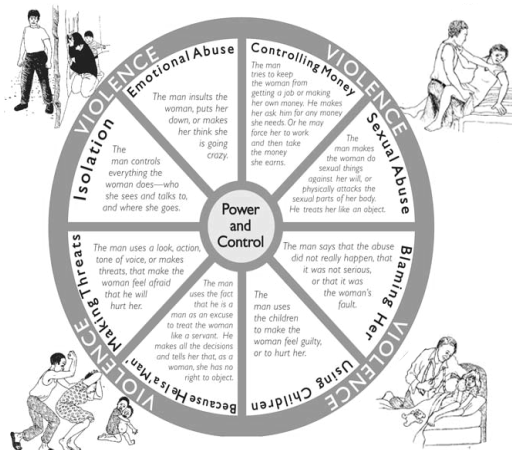
Terdapat banyak cara laki-laki berusaha mendapat kekuatan di atas perempuan. Pemukulan hanyalah salah satunya. Tapi semua itu dapat melukai perempuan.

Bayangkan lingkaran di bawah adalah sebuah roda.

Kekuatan dan kontrol merupakan pusat roda karena merekalah alasan di balik semua tindakan.

Setiap bagian roda merupakan tindakan yang digunakan laki-laki kasar untuk mengendalikan perempuan.

Kekerasan adalah seperti roda—yang mengikat semuanya dan memberikan kekuatan.



Pusat Roda : Kekuatan dan kontrol.

Tindakan Kekerasan:

- Penganiayaan emosional
- Penganiayaan seksual
- Menguasai uang
- Menyalahkan perempuan
- Menggunakan anak-anak
- Karena ia adalah 'laki-laki'
- Membuat ancaman
- Isolasi/kurungan

Tindakan kekerasan:

- Penganiayaan emosional

Laki-laki menghina perempuan, merendharkannya, atau membuatnya berpikir bahwa dia gila

- Penganiayaan seksual

Laki-laki membuat perempuan melakukan hal seksual yang tidak diinginkannya, atau menyerang secara fisik bagian seksual tubuh perempuan. Dia memperlakukan perempuan sebagai obyek/barang

- Menguasai uang

Laki-laki menjauhkan perempuan dari mencari pekerjaan atau mencari uang sendiri. Dia membuat perempuan supaya meminta uang kepadanya. Atau dia memaksa perempuan bekerja dan lalu mengambil uang dari perempuan

- Menyalahkan perempuan

Laki-laki mengatakan bahwa penganiayaan tidak sungguh-sungguh terjadi, bahwa itu tidak serius, atau bahwa itu adalah kesalahan perempuan

- Menggunakan anak-anak

Laki-laki menggunakan anak-anak untuk membuat perempuan merasa bersalah, atau untuk menyakitinya

- Karena ia adalah 'laki-laki'

Laki-laki menggunakan kenyataan bahwa dia adalah laki-laki sebagai alasan memperlakukan perempuan seperti pelayan. Dia membuat semua keputusan dan memberitahunya, bahwa sebagai perempuan, dia harus mematuhi

- Membuat ancaman

Laki-laki menggunakan pandangan, tindakan, nada suara, atau membuat ancaman, yang membuat perempuan takut dia akan menyakitinya

- Isolasi/kurungan

Laki-laki mengendalikan apapun yang perempuan lakukan—siapa yang dia lihat dan bicara dengannya, dan kemana dia pergi

Satu bentuk penganiayaan akan berlanjut dengan bentuk lainnya



Di banyak kasus, penganiayaan dengan kata-kata akan menjadi penganiayaan fisik setelah beberapa saat. Tidak akan tampak seperti itu pada awalnya, tapi laki-laki secara perlahan akan mulai 'tidak sengaja' mendorong atau menabrak perempuan atau mulai duduk di tempat perempuan biasa duduk, sehingga dia harus bergeser. Jika perilaku ini berhasil baginya, maka akan memburuk sampai ia melakukan kekerasan. Tidak semua perempuan, yang menderita bentuk lain penganiayaan, dipukuli, tapi semua perempuan yang dipukuli, mengalami bentuk penganiayaan lainnya.

Tanda peringatan

Saat hubungan yang kasar/tidak sopan berubah menjadi kekerasan, maka akan lebih sulit lagi bagi perempuan untuk pergi. Semakin lama perempuan tinggal, semakin besar kontrol laki-laki terhadapnya, dan semakin sedikit keyakinan akan dirinya sendiri. Terdapat beberapa tanda yang menunjukkan seorang laki-laki akan menjadi kasar. Jika anda melihat tanda-tanda ini, dan memiliki jalan keluar dari hubungan ini, pikirkan baik-baik.

Tanyakan pada diri anda pertanyaan berikut:

- Apakah dia cemburu waktu anda bertemu orang lain, atau menuduh anda berbohong padanya? Jika dia melihat bahwa anda mengubah perilaku anda supaya dia tidak cemburu, maka dia mengendalikan anda
- Apakah dia berusaha menjauhkan anda dari teman atau keluarga anda, atau untuk melakukan sesuatu sendiri? Tidak peduli apapun alasannya. Dia berusaha menjauhkan anda dari dukungan mereka. Akan lebih mudah baginya untuk menganiaya anda jika anda tidak punya tempat untuk pergi
- Apakah dia menghina anda atau mengejek anda di depan orang lain? Anda dapat mulai mempercayai ucapannya. Hal ini akan membuat anda merasa buruk, seakan-akan anda pantas mendapatkannya
- Apakah yang dia lakukan saat dia marah? Apakah dia memecahkan atau melempar barang-barang? Apakah dia pernah menyakiti anda secara fisik atau mengancam akan menyakiti anda? Apakah dia pernah memukul perempuan lain? Semua hal ini menunjukkan bahwa dia mengalami kesulitan dalam mengontrol tingkah lakunya.

- Apakah dia merasa terhina oleh orang yang memiliki kuasa, seperti gurunya, atasan, atau ayahnya? Dia mungkin merasa tidak memiliki kuasa. Hal ini akan membuatnya berusaha memiliki kekuasaan atas orang lain di sisi lain hidupnya dengan menggunakan kekerasan
- Apakah dia menyalahkan alkohol, obat-obatan atau stres sebagai alasan dia melakukan semua tindakannya? Jika dia menyalahkan hal lain, dia mungkin mengatakan keadaan akan membaik jika dia mendapatkan pekerjaan baru, pindah ke kota baru, atau berhenti menggunakan alkohol atau obat-obatan
- Apakah dia menyalahkan anda atau orang lain atas tindakannya, atau menyangkal bahwa tindakannya salah? Dia cenderung untuk tidak ingin mengubah dirinya jika dia berpikir bahwa alasan dari tindakannya adalah kesalahan anda.

Tidak peduli seberapa besar anda mencintainya. Cinta tidak dapat mengubah seseorang. Hanya orang tersebut yang dapat memilih untuk mengubah dirinya sendiri.



Di banyak negara, pertama kali laki-laki menjadi kasar adalah ketika istrinya hamil. Dia merasa kehilangan kontrol karena dia tidak dapat mengendalikan perubahan tubuh perempuan. Dia mungkin merasa marah karena perempuan lebih banyak memperhatikan bayinya dan kurang memperhatikan dirinya atau karena perempuan tidak ingin berhubungan seks dengannya. Juga banyak pasangan khawatir dengan keadaan keuangan saat mereka menantikan kelahiran seorang bayi.

Beberapa perempuan lebih mudah dianiaya

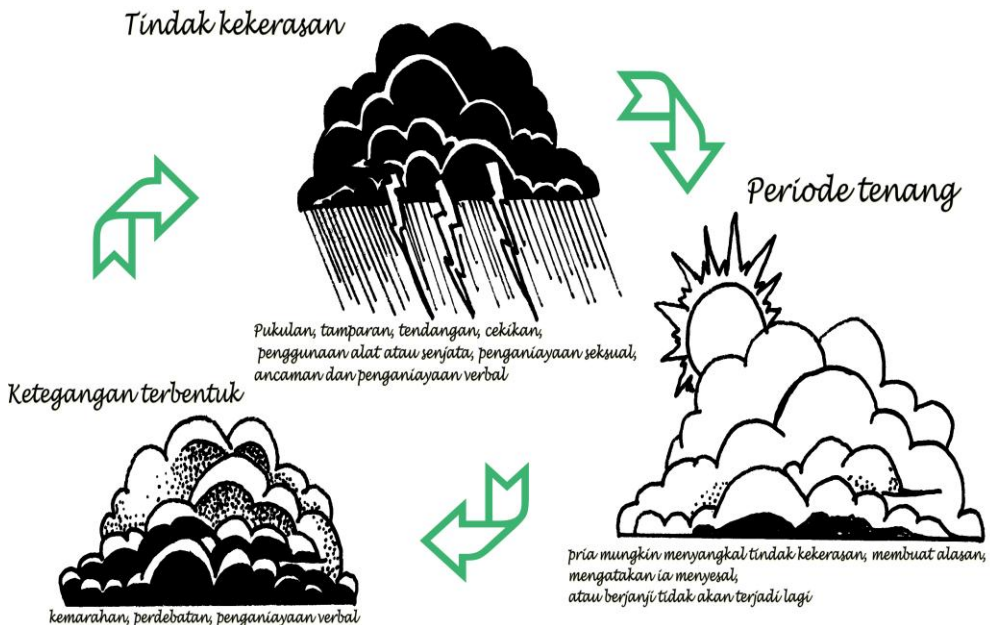
Perempuan dengan keterbatasan (cacat) juga lebih mudah dianiaya:



- Beberapa laki-laki merasa marah karena mereka tidak mendapatkan perempuan yang 'sempurna'
- Laki-laki menganggap perempuan dengan cacat lebih mudah dikontrol karena dia tidak terlalu bisa mempertahankan dirinya

Siklus kekerasan

Tindak kekerasan pertama tampak seperti kejadian yang terpisah. Tapi pada banyak kasus, setelah kekerasan pertama terjadi, berkembanglah suatu pola atau siklus:



Selama kekerasan terjadi lagi dan lagi, periode tenang menjadi lebih singkat dan lebih singkat lagi pada banyak pasangan. Ketika keinginan perempuan dapat dipatahkan, kontrol laki-laki terhadapnya sangat kuat sehingga dia merasa tidak perlu lagi membuat janji bahwa keadaan akan menjadi lebih baik.

Beberapa perempuan berusaha membuat tindak kekerasan terjadi sehingga akan selesai lebih cepat, dan dia akan mengalami periode ketenangan lebih cepat.

Efek Bahaya Tindak Kekerasan

Kekerasan tidak hanya menyakiti perempuan. Tapi juga mempengaruhi anak mereka dan seluruh masyarakat.

Perempuan

Pada perempuan, kekerasan laki-laki dapat menyebabkan:

- Kurangnya motivasi atau kurangnya penghargaan diri sendiri
- Masalah kesehatan jiwa, seperti kecemasan dan kesulitan makan dan tidur. Sebagai cara mengatasi kekerasan, perempuan bisa memulai perilaku berbahaya—seperti menggunakan obat-obatan atau alkohol, atau memiliki banyak pasangan seksual.
- Nyeri dan luka berat: patah tulang, luka bakar, mata lebam, sayatan, dan juga sakit kepala, nyeri perut, dan nyeri otot yang dapat berlangsung bertahun-tahun setelah tindak kekerasan terjadi.
- Masalah kesehatan seksual. Banyak perempuan mengalami keguguran, akibat pemukulan selama kehamilan. Mereka juga dapat mengalami kehamilan yang tidak diinginkan, IMS, atau terinfeksi HIV sebagai akibat penganiayaan seksual. Penganiayaan seksual juga mengarah pada ketakutan untuk berhubungan seksual, nyeri saat hubungan, dan kurangnya hasrat.

Anak-anak



Pada anak-anak, melihat ibu mereka dianiaya seringkali menyebabkan:

- *Prilaku marah atau agresif—meniru tindak kekerasan. Atau mereka bisa menjadi sangat pendiam dan penyendiri untuk menghindari perhatian*
- *Mengalami mimpi buruk dan ketakutan lain. Anak di keluarga dengan penganiayaan, seringkali tidak makan dengan baik, tumbuh dan daya tangkapnya lebih lambat dibanding anak lain, dan memiliki banyak penyakit seperti nyeri perut, sakit kepala, dan asma*

Jika perempuan dianiaya di rumah, anak mereka percaya bahwa seperti itulah cara memperlakukan anak perempuan dan perempuan

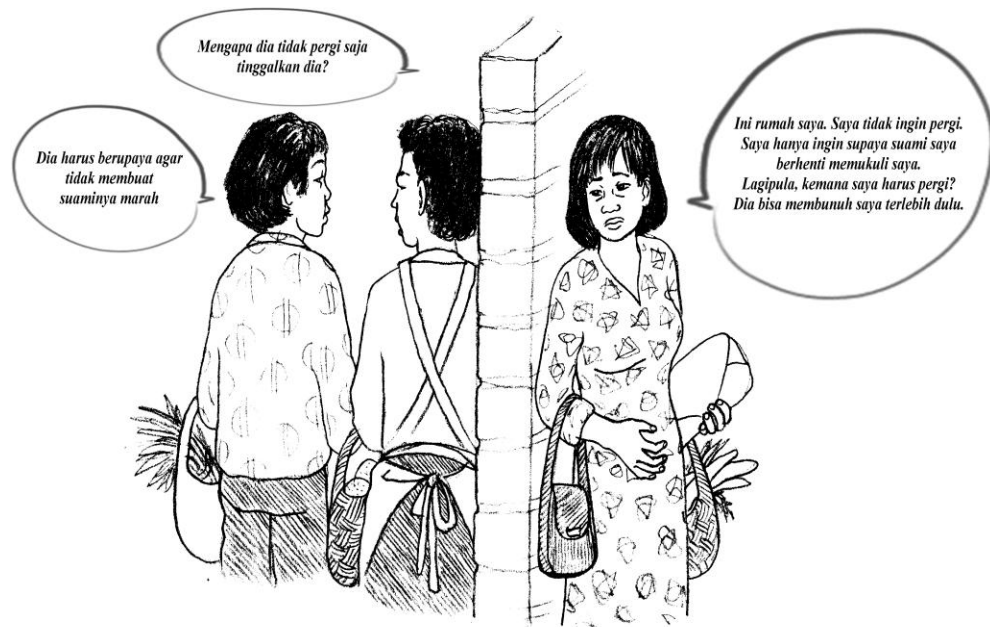
Masyarakat

Pada masyarakat, kekerasan bisa menyebabkan:

- Siklus kekerasan yang berlanjut ke generasi baru
- Keyakinan salah yang terus berlanjut bahwa laki-laki lebih baik dari perempuan
- Penurunan kualitas hidup karena peran perempuan di masyarakat semakin berkurang ketika mereka dibungkam atau terbunuh oleh kekerasan

Alasan Perempuan Tetap Tinggal bersama Laki-laki yang Menyakitinya

“**Kenapa ia tetap tinggal?**” adalah pertanyaan pertama yang diajukan kebanyakan orang jika mereka mendengar tentang perempuan yang dianiaya.



Terdapat banyak alasan mengapa seorang perempuan memilih tinggal meskipun disiksa suaminya. Alasan tersebut:

- **Rasa takut dan ancaman.** Laki-laki tersebut mungkin mengatakan padanya “saya akan membunuhmu, membunuh anak-anak, membunuh ibumu, ..” Dia merasa dia melakukan semua yang dia bisa untuk melindungi dirinya dan orang lain dengan tetap tinggal
- **Tidak ada uang dan tidak ada tempat untuk tinggal.** Hal ini sangat mungkin terjadi jika laki-laki mengontrol semua uang dan tidak membiarkan perempuan menemui keluarga dan temannya
- **Tidak ada perlindungan.** Tidak ada yang dapat menghentikan laki-laki untuk mengejar dan membunuhnya
- **Rasa malu.** Dia merasa kekerasan tersebut adalah salahnya atau bahwa dia pantas mendapatkannya
- **Keyakinan agama dan budaya.** Perempuan merasa merupakan tugasnya untuk mempertahankan pernikahan, tidak peduli apapun yang harus ditanggungnya
- **Harapan akan terjadi perubahan.** Dia merasa sangat mencintai laki-laki tersebut dan ingin hubungan ini terus berlanjut. Dia berpendapat ada suatu cara untuk membuat tindak kekerasan ini berhenti
- **Rasa bersalah meninggalkan anak-anak tanpa ayah**

Tapi mungkin pertanyaan yang lebih baik adalah “mengapa **laki-laki** tidak pergi?”. Jika kita bertanya mengapa **perempuan** tidak pergi, maka kita berpikir itu adalah masalah pribadi **perempuan** yang harus diselesaikan. Keliru untuk berpikir bahwa kekerasan adalah masalah perempuan saja.

- Seluruh masyarakat harus ikut bertanggung jawab atas kesehatan dan keadaan setiap orang di masyarakatnya
- **Laki-lakilah** yang melakukan kejahatan dengan melanggar hak perempuan untuk hidup bebas dari tindak kekerasan, atau dengan membunuhnya. Tindakan laki-laki tersebut harus dihentikan.

Yang harus Dilakukan

BUATLAH RENCANA PENGAMAN

Seorang perempuan tidak dapat mengontrol kekerasan yang dilakukan pasangannya, tapi dia memiliki pilihan untuk reaksinya terhadap pasangannya. Dia juga dapat membuat rencana bagaimana membuat dirinya dan anak-anaknya aman sampai laki-laki berhenti melakukan kekerasan.

Keamanan sebelum kekerasan terjadi lagi



- Beritahu orang yang tinggal dekat rumah mengenai kekerasan tersebut. Mintalah orang tersebut untuk datang atau membantu jika dia mendengar ada masalah dengan anda. Bisa tetangga, kerabat laki-laki, atau sekelompok perempuan atau laki-laki, bisa datang sebelum anda terluka berat
- Pikirkan kata atau tanda khusus yang akan memberitahu anak atau orang lain di keluarga anda untuk memanggil bantuan
- Ajarkan anak anda cara pergi ke tempat yang aman

Keamanan saat kekerasan terjadi

- Jika anda tahu kapan dia akan melakukan kekerasan, usahakan terjadi di tempat yang tidak ada benda yang dapat dijadikan senjata atau alat untuk melukai anda, dan tempat di mana anda bisa melarikan diri
- Gunakan penilaian terbaik anda. Lakukan apapun yang dapat anda lakukan untuk menenangkannya sehingga anda dan anak anda aman
- Jika anda perlu pergi darinya, pikirkan cara melarikan diri. Ke mana tempat yang paling aman untuk pergi?

Keamanan saat perempuan siap untuk pergi

- Simpan sebanyak mungkin uang. Taruh di tempat aman (jauh dari rumah) atau bukalah tabungan dengan nama anda sendiri sehingga anda lebih mandiri
- Jika anda bisa melakukan dengan aman, pikirkan cara lain supaya anda tidak terlalu bergantung padanya, seperti berteman, bergabung dengan suatu kelompok, atau menghabiskan waktu dengan keluarga anda
- Carilah 'rumah yang aman' atau layanan lain untuk perempuan yang dianiaya. Terdapat beberapa tempat khusus di kota di mana perempuan teraniaya dan anak mereka dapat tinggal untuk sementara. Caritahu satu tempat yang dapat anda kunjungi sebelum anda pergi
- Tanyakan pada teman atau kerabat yang anda percaya apakah mereka bisa membiarkan anda tinggal bersama atau meminjamkan anda uang. Pastikan mereka tidak memberitahu pasangan anda.

- Buatlah salinan dokumen penting seperti kartu identifikasi anda, atau catatan vaksinasi anak anda. Simpan salinan di rumah dan berikan satu salinan pada seseorang yang anda percaya
- Tinggalkan uang, salinan dokumen, dan pakaian tambahan pada orang yang anda percaya sehingga anda bisa pergi dengan cepat
- Jika anda bisa melakukan dengan aman, latihlah rencana melarikan diri anda dengan anak anda untuk melihat apakah bisa berhasil. Pastikan anak-anak tidak memberitahu siapapun

Pikirkan semua hal ini jika anda pikir kekerasan tidak akan berhenti !

Cari orang yang anda percaya, untuk membantu anda memilah-milah perasaan dan memikirkan pilihan-pilihan anda

Apakah anda punya keahlian yang dapat anda gunakan untuk mendapatkan uang lebih?



JIKA ANDA PERGI

Jika anda memutuskan untuk pergi, anda harus mempersiapkan diri menghadapi beberapa kesulitan baru:

Keamanan. Saat paling berbahaya untuk perempuan adalah saat setelah dia pergi. Laki-laki telah kehilangan kendali atasnya dan biasanya akan melakukan apapun untuk membuatnya kembali. Dia bahkan akan berusaha mewujudkan ancamannya membunuh perempuan. Perempuan harus memastikan dia tinggal di tempat yang aman yang tidak diketahui laki-laki atau di mana perempuan akan dilindungi. Dia tidak boleh memberitahu siapapun tempat dia tinggal. Laki-laki akan memaksa mereka untuk memberitahu di mana perempuan berada.

Bertahan hidup sendiri. Anda harus menemukan cara untuk menghidupi diri anda dan anak-anak. Jika anda bisa tinggal dengan saudara atau teman, gunakan waktu untuk belajar atau mempelajari keahlian baru. Untuk menghemat uang, anda mungkin bisa berbagi tempat dengan perempuan lain yang juga dianiaya

Perasaan. Semua hal yang harus anda persiapkan untuk memulai hidup baru akan membuat anda merasa kewalahan. Anda mungkin merasa takut dan kesepian karena anda tidak terbiasa sendirian di tempat asing. Anda mungkin merindukan pasangan anda—tidak peduli bagaimana perlakuannya pada anda. Saat keadaan tampak sangat sulit, anda mungkin tidak

ingat seburuk apa keadaan sebelum anda pergi. Beri diri anda waktu untuk merasa sedih akibat kehilangan pasangan dan kehidupan anda yang dulu. Usahakan tetap kuat. Cobalah mencari perempuan lain yang mengalami keadaan yang sama dengan anda. Anda bisa saling mendukung.

Saya ingin meninggalkan suami saya tapi saya tidak punya uang. Jadi bibi saya membiarkan saya membantunya menjual barang di pasar. Saya juga mendapatkan uang dengan mengasuh anak orang lain. Setelah 2 tahun, saya memiliki cukup uang. Jadi suatu hari, saya membawa anak-anak dan pergi. Kadang sulit hidup dengan uang yang saya hasilkan, tapi tidak sesulit hidup dengan semua pemukulan itu.

Berjuang untuk Perubahan

Supaya dapat terjadi perubahan, orang-orang harus berhenti menganggap kekerasan terhadap perempuan sebagai 'suatu hal yang wajar' atau sebagai kesalahan perempuan itu sendiri. Berikut beberapa nasihat untuk membantu menghentikan kekerasan di masyarakat anda.

BICARAKAN HAL INI

Membicarakan penganiayaan merupakan cara pertama untuk mengubahnya. Cobalah mencari perempuan lain yang mengalami masalah yang sama dengan kekerasan dan laki-laki penganiaya, lalu bicarakanlah satu sama lain. Cari laki-laki yang menganggap kekerasan adalah hal yang salah. Buatlah kekerasan sebagai bahan pembicaraan masyarakat. Buat kekerasan sebagai suatu hal yang dianggap salah oleh masyarakat.

Hati-hatilah! Di beberapa kelompok masyarakat, berjuang melawan kekerasan dapat berbahaya.

MERENCANAKAN LAYANAN UNTUK MEMBANTU PEREMPUAN YANG PERGI



- Sediakan 'rumah aman' atau perlindungan secepat mungkin. Buat tempat tetap tersembunyi dan rahasia
- Dapatkan dukungan dari pihak lain—terutama organisasi yang lebih besar dan kuat. Sebagai contoh, carilah jaringan organisasi kesehatan di negara anda yang dapat membantu. Anda juga bisa bicara dengan anggota masyarakat yang dihormati, yang anda percayai. Buatlah sebanyak mungkin laki-laki untuk ikut bergabung.
- Bantu perempuan mempelajari hak mereka berdasarkan hukum. Mungkin terdapat peraturan khusus mengenai keluarga dan kekerasan yang dapat anda gunakan
- Cari cara melatih perempuan dengan keahlian baru supaya mereka dapat menghidupi diri mereka sendiri

GUNAKAN TEKANAN SOSIAL

Apa tekanan paling kuat untuk mencegah orang di tempat anda tinggal melakukan hal, yang bagi sebagian besar orang adalah hal yang salah? Di beberapa tempat, hal itu adalah polisi. Di tempat lain, bisa tentara, keluarga, atau agama. Di kebanyakan tempat, merupakan kombinasi dari semuanya.

Anjurkan pemimpin masyarakat dan laki-laki lain untuk bicara melawan kekerasan terhadap perempuan dan untuk menunjukkan ketidaksetujuan mereka terhadap laki-laki, yang memukul perempuan. Coba dan gunakan semua tekanan di tempat tinggal anda, yang dapat mencegah laki-laki menganiaya perempuan.

Di beberapa kelompok masyarakat di Amerika Tengah, laki-laki secara sukarela melakukan patroli untuk memperingatkan jika ada serangan, dan menjaga masyarakat aman dari kejahatan. Di kelompok masyarakat ini, kekerasan terhadap perempuan tidak bisa diterima. Jika seorang laki-laki diketahui memukul istrinya, dia tahu laki-laki di masyarakatnya akan menghukumnya.

Di beberapa negara, perempuan telah berhasil mengesahkan peraturan yang menghukum laki-laki yang menganiaya istrinya. Tapi hukum tidak selalu berguna untuk perempuan teraniaya. Di beberapa tempat, orang-orang yang seharusnya menegakkan hukum—terutama polisi, pengacara, dan hakim—tidak dapat dipercaya untuk menolong. Tapi jika sistem hukum dan polisi bekerja sama untuk melindungi perempuan di tempat anda, usahakan mempelajari sebanyak mungkin peraturan/hukum terutama mengenai hak perempuan.

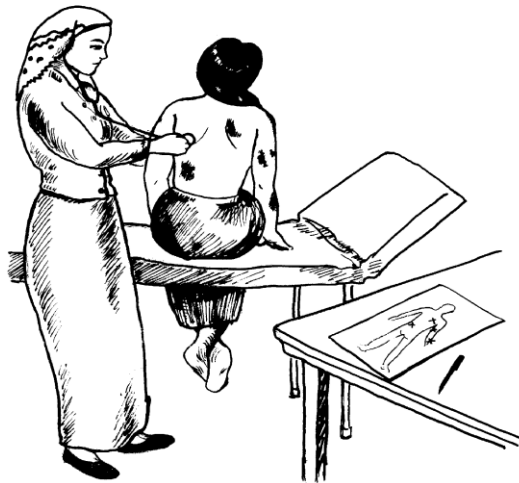


Besarkan anak anda supaya hidup berperilaku tanpa kekerasan. Anda dapat berjuang untuk perubahan di rumah dengan membantu anak anda menyelesaikan masalah dengan cara damai. Ajarka anak laki-laki untuk menghargai diri mereka dan untuk menghargai anak perempuan dan perempuan.

Bagi Tenaga Kesehatan

Tenaga kesehatan dapat memegang peran yang lebih aktif dalam menghentikan kekerasan terhadap perempuan. Tidak cukup hanya dengan merawat luka perempuan.

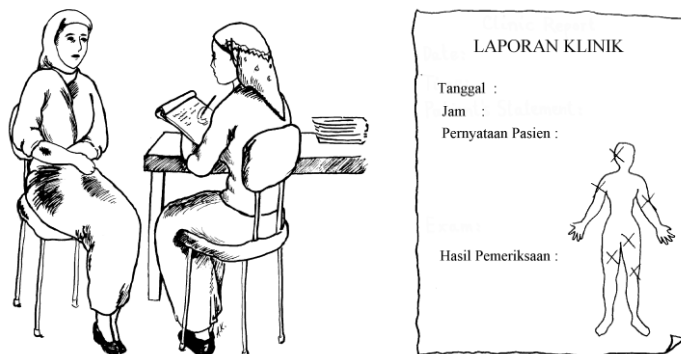
Saat anda memeriksa perempuan, carilah tanda-tanda penganiayaan.



Laki-laki seringkali memukul istrinya di tempat yang lukanya tidak akan terlihat. Perempuan, yang dipukuli, menggunakan pakaian yang menyembunyikan lukanya. Sebagai tenaga kesehatan, anda adalah termasuk dari beberapa orang yang melihat bagian pribadi tubuhnya.

Jika anda melihat luka, memar, atau jaringan parut, tanyakan perempuan apa yang terjadi. Atau jika perempuan datang pada anda dalam keadaan kesakitan, berdarah, atau dengan patah tulang, tanyakan apakah dia dipukuli. Ingatlah bahwa banyak perempuan yang dipukuli, akan mengatakan mereka terluka karena kecelakaan. Pastikan dia mengetahui bahwa anda tidak akan melakukan apapun yang tidak dia inginkan.

Catat semuanya.



Saat anda menemui perempuan yang dipukuli, gambarlah bagian depan dan belakang tubuhnya dan tandai tempat lukanya. Tulis nama orang yang melukainya. Usahakan mencari tahu sudah berapa kali hal ini terjadi. Tanyakan jika anggota keluarga lain, seperti saudara perempuan atau anaknya, juga dianiaya.

Jika perempuan dalam bahaya, bantu dia memutuskan apa yang dia inginkan. Apakah dia ingin pergi atau tidak, anda dapat membantunya membuat rencana pengaman. Jika dia ingin pergi ke polisi, temanilah dia. Anda dapat membantu memastikan polisi menangani keluhannya dengan serius (dan tidak menganiaya lagi perempuan itu). Bantu dia membuat kontak dengan perempuan lain yang juga dianiaya. Bersama mereka akan dapat mencari solusi.

Untuk informasi cara merawat luka perempuan, lihat buku/bab lain atau buku kesehatan umum lainnya

Bantuan apa saja yang tersedia untuk perempuan yang dianiaya?

Carilah:

- Bantuan hukum
- Rumah aman
- Proyek untuk mendapatkan uang bagi perempuan
- Layanan kesehatan mental
- Program baca dan tulis bagi orang dewasa, atau layanan pendidikan lainnya

Bantulah laki-laki yang menganiaya. Di beberapa kelompok masyarakat, para laki-laki membentuk kelompok untuk membantu laki-laki berhenti menggunakan kekerasan. Melalui pembahasan bersama dan bermain peran, kelompok ini membantu laki-laki belajar cara lain untuk menyatakan perasaannya dan untuk mengendalikan prilakunya. Minta pimpinan agama dan tokoh masyarakat untuk membantu memulai kelompok seperti ini dan untuk meyakinkan semua laki-laki bahwa mereka bertanggung jawab untuk menghentikan kekerasan terhadap perempuan.

Bantu masyarakat anda melihat akibat yang berbahaya dari kekerasan

