



APA ITU PERILAKU KEKERASAN



Tujuan Pembelajaran



Menganalisa jenis kekerasan yang ada



Membangun konsep pengetahuan melalui studi kasus



Mengatasi kekerasan emosional yang pernah dialami



Memiliki sikap jujur dan keinginan untuk menghentikan kekerasan emosional

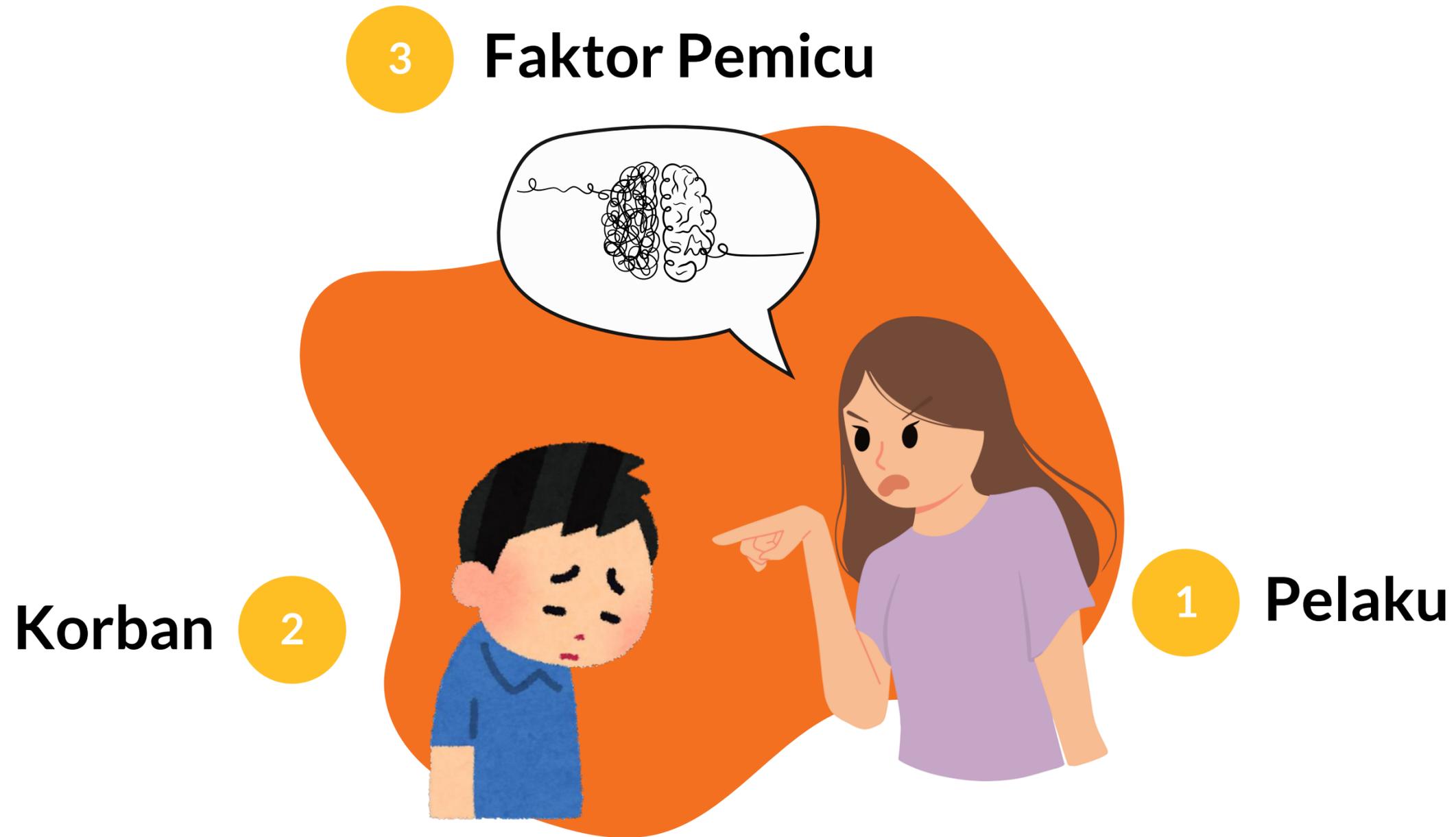
Definisi Perilaku Kekerasan

Perilaku kekerasan adalah segala bentuk ancaman atau tindakan yang menakuti, menyakiti, atau merugikan orang lain secara fisik, seksual, emosional, ekonomi, dan psikologis.

~United Nations, 2023.



Komponen Dalam Perilaku Kekerasan



Berbagai Bentuk Perilaku Kekerasan



Kekerasan Fisik



Kekerasan Emosional
(*psikologis*)



Kekerasan Finansial



Kekerasan Seksual



Stalking

Definisi Kekerasan Emosional

Seluruh tindakan manipulatif, mengontrol, dan menjatuhkan harga diri seseorang melalui berbagai tindakan yang mengarah ke emosional, harga diri, dan kesejahteraan seseorang, dengan tujuan membuat mereka tidak dianggap, terisolasi dan terbungkam.

~Gordon (2022)



Berbagai Bentuk Perilaku Kekerasan Emosional

Dengan teman:
Merendahkan penampilan, kemampuan, atau pilihan teman



Dengan rekan kerja:
Memberikan kritik yang menjatuhkan dan meremehkan hasil pekerjaan rekan kerja

Dengan keluarga:
Tidak melibatkan anggota keluarga tertentu dalam pengambilan keputusan dan kegiatan keluarga



Dengan pasangan:
Melakukan *gaslighting*, yaitu suatu kondisi dimana pasangan memutarbalikan kondisi dan berbalik menyalahkan kita



Faktor Perilaku Kekerasan Emosional

01

Kepuasan dalam mengontrol dan berkuasa atas orang lain

02

Keinginan mendapatkan sesuatu dari korban dengan paksaan atau manipulasi

03

Pengalaman kekerasan sebelumnya yang mendorong perilaku serupa

04

Keinginan untuk mendapat perhatian dan simpati

Dampak Kekerasan Emosional (*Jangka Pendek*)

Kecemasan



Malu



Rasa Takut



Perubahan Suasana Hati



Kebingungan



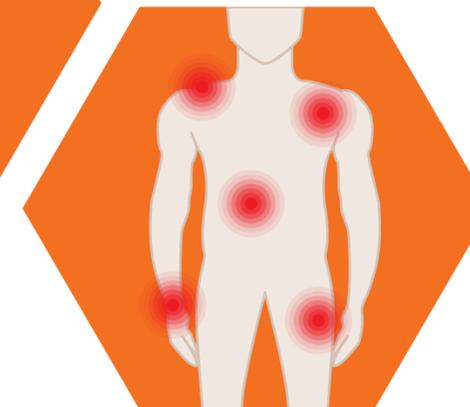
Sulit
Berkonsentrasi



Nyeri Tubuh



Ketegangan Otot



Dampak Kekerasan Emosional (*Jangka Panjang*)

Kehilangan Rasa
Percayya Diri



penarikan dari
komunitas



Depresi



Gangguan makan



Rasa cemas
berlebih



Potensi
penyalahgunaan
obat-obatan



Sakit kronis



Mengatasi Kekerasan Emosional (Sebagai Penerima Perlakuan)



Jadikan diri sendiri sebagai prioritas



Buat batasan dengan pelaku perilaku kekerasan



Fokus pada hal-hal yang dapat dikontrol



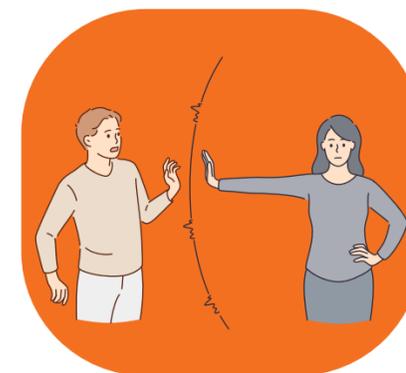
Membangun komunitas yang suportif



Berani keluar dari hubungan yang tidak sehat



Mengatasi perilaku kekerasan seksual secara verbal



Mengatasi kekerasan seksual yang bukan paksaan

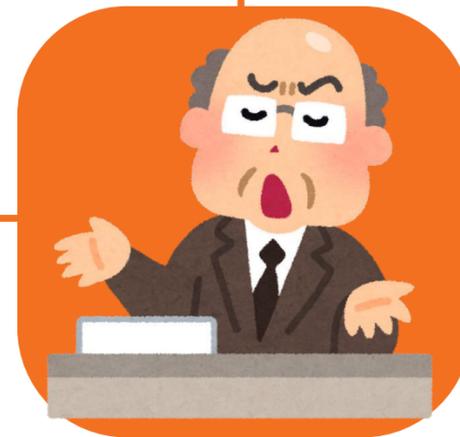
Mengatasi Kekerasan Emosional (Sebagai Pihak Ketiga)

Mendengarkan



Percaya dengan apa yang mereka alami

Hindari memermalukan, menghakimi, dan mengkritik



Hindari berfokus pada diri sendiri dan memaksakan opini kita



INDONESIA

Wahana Visi Indonesia bermitra dengan World Vision yang mendukung KOICA PMC Project yang bertujuan untuk meningkatkan Rehabilitasi Sosial bagi Remaja Rentan di Indonesia yang di inisiasi oleh Korea Institute for Development Strategy (KDS). ReBach Internasional dan World Vision Korea dan didanai oleh Korea Cooperation Agency (KOICA)



Wahana Visi Indonesia

www.wahanavisi.org



@wahanavisi_id