

Gambaran Internalisasi Seksisme pada Istri yang Mengalami Kekerasan dalam Rumah Tangga di Usia Dewasa Awal

ALMADEA DWI MAHARANI & IKE HERDIANA*

Fakultas Psikologi Universitas Airlangga

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk memahami bagaimana internalisasi seksisme terbentuk pada istri yang mengalami kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) di usia dewasa muda. KDRT dipahami sebagai bentuk kekerasan berbasis gender yang berakar pada seksisme. Internalisasi seksisme didefinisikan sebagai proses ketika individu, khususnya perempuan, dalam meyakini dan mengadopsi norma seksis yang ada dalam masyarakat. Penelitian terdahulu menunjukkan bahwa internalisasi seksisme berdampak negatif pada kesejahteraan psikologis sekaligus membuat perempuan cenderung bertahan dalam relasi KDRT. Tipe penelitian yang adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus intrinsik. Unit analisis dalam penelitian ini adalah individu, yakni istri berusia dewasa muda yang mengalami KDRT. Partisipan dalam penelitian ini berjumlah empat dan berusia 18-40 tahun atau dewasa muda yang dipilih secara purposif. Pengumpulan data dilakukan dengan wawancara mendalam semi-terstruktur untuk memungkinkan eksplorasi mendalam. dianalisis dengan analisis tematik berbasis teori (*theory-driven thematic analysis*). Pengumpulan data dilakukan dengan wawancara mendalam semi-terstruktur untuk memungkinkan eksplorasi mendalam. Hasil penelitian menunjukkan bahwa seluruh partisipan mengalami *internalized powerlessness*, tiga partisipan mengalami *internalized objectification*, *loss of self*, *internalized invalidation*, dan *internalized derogation*, sementara tema *competition between women* hanya muncul sebagian pada seluruh partisipan. Temuan ini menegaskan bahwa pengalaman seksisme sebelumnya serta KDRT berperan dalam membentuk internalisasi seksisme, sekaligus variasi resistensi pada partisipan tertentu.

Kata kunci: dewasa muda, internalisasi seksisme, kekerasan berbasis gender, kekerasan dalam rumah tangga

ABSTRACT

This study aims to understand how sexism internalization is formed among wives who experience domestic violence (DV) in early adulthood. DV is understood as a form of gender-based violence rooted in sexism. Sexism internalization is defined as the process through which individuals, particularly women, come to believe in and adopt sexist norms embedded in society. Previous research has shown that sexism internalization negatively impacts psychological well-being and simultaneously makes women more likely to remain in violent relationships. This research employs a qualitative design with an intrinsic case study approach. The unit of analysis is the individual, namely wives in early adulthood who have experienced DV. The participants in this study consisted of four women aged 18–40, selected purposively. Data collection was carried out through semi-structured in-depth interviews to allow for deep exploration, and the data were analyzed using theory-driven thematic analysis. The findings indicate that all participants experienced internalized powerlessness, while three participants also experienced internalized objectification, loss of self, internalized invalidation, and internalized derogation. Meanwhile, the theme of competition between women appeared only partially across all participants. These findings highlight that prior experiences of sexism, as well as DV itself, play an important role in shaping sexism internalization, while also revealing variations of resistance among certain participants.

Keywords: domestic violence, gender-based violence, internalized sexism, young adulthood

PENDAHULUAN

Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT) didefinisikan sebagai pola perilaku yang melibatkan kekerasan fisik, seksual, dan psikologis yang dilakukan oleh seseorang dalam hubungan intim untuk memperoleh atau mempertahankan kekuasaan dan kendali atas hubungan tersebut melalui penyalahgunaan otoritas (APA, 1996). Masa dewasa awal merupakan fase penting pembentukan identitas naratif dan pencarian makna hidup (Arnett, 2015). Di sisi lain, perempuan di usia ini rentan terhadap pengalaman serta internalisasi seksisme (Young Women's Trust, 2019). Selain itu, kekerasan dalam hubungan intim pada periode ini berhubungan dengan depresi, stres, kesepian, dan rendahnya harga diri (Shen & Kusunoki, 2019). Oleh karena itu, masa dewasa awal menjadi tahap krusial dalam memahami pengaruh perkembangan psikososial terhadap pembentukan identitas dan internalisasi seksisme perempuan.

KDRT merupakan salah satu kekerasan berbasis gender yang umum terjadi di ranah personal (Komnas Perempuan, 2021). Sekalipun kekerasan dapat terjadi pada laki-laki atau perempuan, prevalensi perempuan sebagai korban kekerasan lebih tinggi dibandingkan laki-laki. Secara global, WHO (2024) mencatat bahwa satu dari tiga perempuan pernah mengalami kekerasan fisik atau seksual, dan sebagian besar terjadi dalam hubungan intim. Di Indonesia, KemenPPPA (2024) mencatat lebih dari 20.365 kasus kekerasan dengan mayoritas korban perempuan, yang mana 12.487 di antaranya terjadi di ranah rumah tangga. Selanjutnya, berdasarkan data hubungan antara pelaku dan korban, kekerasan yang terjadi antara suami-istri merupakan yang terbanyak kedua dengan 3.165 kasus.

Dalam kasus ekstrem, KDRT dapat berujung pada femisida. Komnas Perempuan (2022) mencatat 307 kasus pembunuhan istri oleh suami dengan 83% berakhir dengan kematian. Caputi dan Russell (1990) mendefinisikan femisida sebagai pembunuhan terhadap perempuan oleh laki-laki yang didorong oleh kebencian, penghinaan, kesenangan, atau rasa kepemilikan atas diri perempuan. Femisida merupakan manifestasi ekstrem dari kekerasan berbasis gender yang berakar pada misogini dan rendahnya penghargaan terhadap hidup perempuan (UNODC & UNWomen, 2023).

Tingginya proporsi femisida yang terjadi dalam ranah domestik mengindikasikan bahwa KDRT terhadap perempuan bukanlah peristiwa kekerasan yang bersifat insidental semata, melainkan suatu pola kekerasan yang bersifat struktural. Johan Galtung (1969) menyebut kekerasan struktural sebagai ketimpangan sistem sosial yang menghambat kelompok tertentu dalam memenuhi haknya. Dalam konteks KDRT, hal ini berakar dari budaya patriarki yang menempatkan laki-laki pada posisi dominan dan perempuan sebagai subordinat (Bell & Naugle, 2008). Patriarki sendiri merupakan sebuah sistem sosial yang diwariskan lintas generasi, yang menempatkan laki-laki, terutama laki-laki yang lebih tua, di posisi dominan dalam berbagai aspek kehidupan, seperti keluarga, masyarakat, agama, dan politik (Hibbs, 2014). Patriarki bekerja bersama dengan seksisme dan misogini dalam menormalisasi relasi kuasa yang timpang (Becker, 2015). Secara singkat, seksisme adalah bentuk prasangka atau perlakuan diskriminatif berdasarkan jenis kelamin seseorang (Ku, 2010).

Pada tingkat makrosistem, menurut Suryakusuma (1996), patriarki di Indonesia menekankan pada nilai "Ibuisme" yang berasal dari kata "ibu" sehingga paradigma ini menekankan peran domestik perempuan sebagai istri dan ibu yang patuh sebagai kodrat alami perempuan. Sebagai akibatnya, pada tingkat meso, komunitas memperkuat norma ini melalui tekanan sosial, stigma, dan gosip (Parker & Creese, 2016). Selanjutnya, pada tingkat mikro, perempuan kerap ditanamkan nilai kepatuhan dan kelembutan sebagai standar perempuan baik melalui keluarga (Korniawati & Rohim, 2024). Akibatnya, perempuan korban KDRT sering menginternalisasi subordinasi sebagai sesuatu yang wajar dan memandang kekerasan sebagai bagian dari tanggung jawab moral terhadap keluarga (Wijayati dkk., 2021).

Fenomena ini disebut internalisasi seksisme, yaitu ketika perempuan menerima dan mempercayai stereotip gender yang menempatkan mereka pada posisi rendah (Bearman dkk., 2013). Data Data dari KemenPPPA (2021; 2024) menunjukkan bahwa 66% perempuan Indonesia menyetujui bahwa istri harus patuh pada suami bahkan bila bertentangan dengan keinginannya. Selain itu, banyak penyintas KDRT memaknai kekerasan sebagai takdir atau bentuk kasih sayang.

Bearman dan Amrhein (2013) menjelaskan enam bentuk praktik internalisasi seksisme, yakni: 1) *internalized powerlessness* (keyakinan bahwa perempuan tidak memiliki kendali atas hidupnya sehingga menjadi pasif); 2) *internalized objectification* (menilai tubuh dari sudut pandang eksternal); 3) *loss of self* (hilangnya keaslian diri karena terus menyesuaikan diri dengan ekspektasi gender sosial); 4) *internalized invalidation* (meragukan dan menekan emosi atau pengalaman diri sendiri); 5) *internalized derogation* (menerima stereotip negatif tentang perempuan); serta 6) *competition between women* (rivalitas antarperempuan untuk memperoleh penerimaan sosial dan perhatian laki-laki).

Penelitian-penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa perempuan korban KDRT kerap mengalami konflik batin akibat internalisasi norma patriarki dan seksisme. Hayati dkk. (2013) menemukan bahwa partisipan di Purworejo merasa terikat pada peran tradisional sebagai istri dan ibu meski memiliki dorongan untuk melawan kekerasan, bahkan menganggap kekerasan fisik sebagai hal normal dalam rumah tangga. Sementara itu, penelitian oleh Latifah & Peristianto (2024) di Indonesia menemukan bahwa pandangan sosial yang menganggap perceraian sebagai aib atau “kegagalan” membuat penyintas takut terhadap stigma, menarik diri dari lingkungan, serta mengalami kecemasan dan depresi.

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa internalisasi seksisme berperan dalam pembentukan sikap toleran terhadap kekerasan dalam hubungan intim. Sengupta dkk. (2024) dan Cinquegrana dkk. (2022) menemukan bahwa perempuan yang menerima *hostile sexism* lebih menoleransi kekerasan secara umum. Fernandez-Antelo (2020) juga menunjukkan bahwa remaja perempuan yang menginternalisasi *benevolent sexism* cenderung menormalisasi kekerasan melalui mekanisme *moral disengagement*. Penelitian kualitatif dan *mix-method* juga menegaskan bahwa nilai-nilai patriarkis dan ketergantungan ekonomi dan memperkuat siklus KDRT di berbagai konteks budaya (Alghamdi dkk., 2022; Lennon dkk., 2021; Chadambuka, 2022).

Meskipun demikian, sebagian besar penelitian tedahulu lebih menyoroti faktor eksternal dan belum banyak menggali pengalaman internal perempuan dalam menginternalisasi seksisme. Internalisasi seksisme berdampak terhadap kesejahteraan psikologis perempuan, termasuk rendahnya harga diri, citra tubuh negatif, kebencian terhadap diri sendiri, serta depresi hingga ide bunuh diri (Bearman dkk., 2013; Szymanski dkk., 2009). Oleh karena itu, penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus intrinsik untuk mengeksplorasi bentuk praktik internalisasi seksisme pada perempuan yang mengalami KDRT di usia dewasa awal sehingga diharapkan dapat memberikan perspektif baru dalam memahami dinamika internalisasi seksisme pada istri yang mengalami KDRT di usia dewasa awal.

METODE

Desain Penelitian

Tipe penelitian yang adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus intrinsik. Pendekatan studi kasus bertujuan untuk memperoleh pemahaman terhadap suatu fenomena nyata dalam konteksnya, dengan asumsi bahwa pemahaman tersebut tidak dapat dipisahkan dari kondisi kontekstual yang memengaruhinya (Yin, 2018).

Strategi Pengumpulan Data

Penentuan partisipan menggunakan metode purposif dengan beberapa kriteria untuk memastikan kesesuaian partisipan penelitian dengan tujuan penelitian. Secara lebih lanjut, kriteria inklusi dalam penelitian ini mencakup: 1) perempuan yang pernah mengalami KDRT baik dalam bentuk fisik, psikis, seksual, maupun ekonomi oleh pasangan, yakni suami, di usia 18-29 tahun; 2) telah meninggalkan situasi kekerasan aktif, tidak tinggal serumah dengan pelaku, serta berada dalam kondisi psikologis relatif stabil dan/atau sedang berada dalam masa pemulihan dengan dukungan dari lingkungan atau layanan pendampingan; 3) tidak sedang mengalami gangguan kejiwaan berat yang mengganggu kemampuan berkomunikasi dan merefleksikan pengalaman secara utuh; dan 4) bersedia menjadi partisipan dan menandatangani *informed consent*. Penelitian ini telah memperoleh persetujuan etik dari

Komisi Etik Psikologi Universitas Airlangga dengan nomor surat persetujuan Surat No.2859/B/UN3.FPSI/III/TA.00.03/2025.

Proses skrining partisipan dilakukan melalui Google Form untuk memastikan kesesuaian dengan kriteria inklusi. Google Form kemudian disebarkan melalui pihak ketiga, yakni lembaga penyedia layanan Savy Amira Women's Crisis Centre dan rekan kolaboratif peneliti yang memiliki akses ke calon partisipan. Kelayakan partisipan kemudian diverifikasi melalui komunikasi singkat via WhatsApp untuk memastikan kesiapan dan kondisi mental yang aman serta konfirmasi bahwa mereka tidak memiliki gangguan jiwa berat dan telah menerima pendampingan profesional. Setelah lolos seleksi, peneliti membangun *rapport*, memberikan penjelasan penelitian, serta menyepakati waktu dan tempat wawancara, baik luring maupun daring sesuai kenyamanan dan keamanan partisipan.

Penelitian ini melibatkan empat partisipan perempuan yang mengalami KDRT di usia dewasa awal, yakni dalam rentang 23-26 tahun. Partisipan pertama, yakni AKN mulai mengalami KDRT pada usia 23 tahun selama tujuh bulan berupa kekerasan fisik dan psikis. Partisipan kedua, yakni DL, berusia 29 tahun, mengalami KDRT sejak usia 28 tahun selama satu tahun dengan bentuk kekerasan fisik, psikis, dan ekonomi. Partisipan ketiga, yakni RF, mengalami KDRT sejak usia 23 tahun selama empat tahun, yang meliputi kekerasan psikis, seksual, dan ekonomi. Partisipan keempat, yakni YE, berusia 33 tahun, mengalami kekerasan sejak usia 26 tahun selama lima tahun dalam bentuk kekerasan psikis, seksual, dan ekonomi.

Teknik Penggalan Data

Penggalan data dilakukan dengan metode wawancara mendalam (*in-depth interview*) untuk memperoleh pemahaman partisipan terkait pertanyaan penelitian. Wawancara dilakukan secara semi-terstruktur agar memungkinkan fleksibilitas dalam mengeksplorasi pengalaman pribadi partisipan sekaligus tetap berpegang pada kerangka pertanyaan utama yang relevan dengan fokus penelitian. Pedoman wawancara disusun berdasarkan enam bentuk praktik internalisasi seksisme oleh Bearman & Amrhein (2013), yakni *internalized powerlessness*, *internalized objectification*, *loss of self*, *internalized invalidation*, *internalized derogation*, dan *competition between women*.

Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan metode analisis data tematik *theory-driven* (Boyatzis, 1998). Pada penelitian ini, tema dan kode awal disusun berdasarkan teori internalisasi seksisme oleh Bearman dan Amrhein (2013).

Pemantapan Kredibilitas Penelitian

Dalam penelitian ini, *prolonged engagement* diterapkan dengan cara membangun hubungan empatik dan *rapport* yang baik antara peneliti dan partisipan, serta memperpanjang waktu wawancara untuk menggali pengalaman partisipan secara lebih mendalam. Selama proses pengumpulan data, peneliti juga mengedepankan *reflexivity*, yaitu dengan menyadari dan mengakui potensi bias pribadi yang mungkin mempengaruhi interpretasi terhadap data, serta berusaha untuk menanggulangi bias tersebut untuk menjaga objektivitas.

Selain itu, triangulasi sumber data dilakukan dengan memperoleh data dari berbagai jenis sumber, seperti: 1) Wawancara yang dilakukan secara bertahap yang memberi kesempatan peneliti untuk memperdalam eksplorasi pengalaman, mengklarifikasi makna yang disampaikan partisipan, serta menangkap perubahan atau refleksi yang muncul seiring waktu; dan 2) Sebagai bagian dari upaya validasi, peneliti juga melakukan *member check*, yaitu dengan mengonfirmasi interpretasi dan makna hasil analisis kepada partisipan. Setiap sesi wawancara (kedua dan seterusnya) diawali dengan peninjauan ulang narasi sesi sebelumnya, untuk membangun kontinuitas percakapan serta memberi ruang bagi partisipan untuk merefleksikan atau merevisi makna yang pernah diungkapkan.

HASIL PENELITIAN

Internalized Powerlessness

Ketiga partisipan, yakni AKN, RF, dan YE menunjukkan kecenderungan *internalized powerlessness* dengan bersikap diam, menahan diri untuk berbicara, bersikap tunduk dan patuh yang dilandasi oleh perasaan pasrah, ketidakberdayaan dan keyakinan bahwa mereka tidak mampu mengubah keadaan ketika mengalami KDRT yang dilakukan oleh suami mereka. Pada AKN, pengalaman KDRT membuatnya merasa bahwa menjadi perempuan berarti identik dengan penderitaan. Oleh karena itu, AKN juga kerap melakukan ruminasi eksistensial, atau pola berpikir berulang dan pasif ketika seseorang terus-menerus memikirkan penyebab dan akibat dari rasa tertekannya, yang mana ia juga kerap mempertanyakan makna hidupnya.

Sementara itu, RF merasa bahwa menjadi perempuan berarti identik dengan pengorbanan. RF juga memandang pengalaman KDRT yang dialaminya sebagai KDRT sebagai takdir atau ujian dari Tuhan sehingga ia menerima kekerasan tersebut dengan pasrah dan meyakini bahwa penderitaan yang dialaminya merupakan bagian dari peran istri yang baik. Hal serupa juga dialami YE yang meyakini bahwa menjadi seorang istri berarti patuh dan tunduk pada suami. YE sering kali meminta maaf atas keinginannya sendiri dan membatasi dirinya meskipun tidak ada paksaan langsung, seperti memilih untuk tidak keluar rumah atau tidak melakukan sesuatu atas dasar kepatuhan. Hal ini juga diperkuat oleh ceramah agama dan nasihat orang tua yang menekankan bahwa istri harus selalu mengalah dan patuh kepada suami. Selain itu, posisi suaminya sebagai aparat turut menciptakan ketimpangan kuasa yang semakin menekan YE untuk tidak melawan

Di sisi lain, DL menunjukkan ambivalensi. DL sempat memilih untuk diam dan menahan diri untuk berbicara. Walau begitu, DL menunjukkan resistensi dengan melawan kekerasan verbal yang dialaminya dalam beberapa kesempatan. Dalam pandangannya terhadap peran gender, DL meyakini bahwa kodrat perempuan adalah mengurus anak, tetapi ia juga menolak bahwa perempuan harus terus-menerus diam di rumah. DL meyakini bahwa perempuan juga memiliki identitasnya sendiri.

Internalized Objectification

Ketiga partisipan, yakni AKN, DL, dan RF kerap menilai tubuhnya dari sudut pandang pengamat luar dan terus-menerus membandingkannya dengan standar kecantikan yang dibentuk oleh media. Pada AKN, hal ini dilatarbelakangi oleh perundungan fisik serta pelecehan seksual di masa lalu yang membuatnya yakin bahwa nilai dirinya bergantung pada penampilan fisiknya alih-alih pengalaman KDRT oleh suami. Sementara itu, RF menilai tubuhnya dari perspektif luar dan memandangnya sebagai objek seksual, terutama karena tekanan dari mertua serta kebutuhan untuk diterima dalam keluarga suaminya sehingga dirinya berusaha mencapai standar kecantikan yang dituntut kepadanya. Tuntutan ini juga membentuk keyakinan RF bahwa aktivitas seksual merupakan kewajiban seorang istri terhadap suami, tetapi tidak sebaliknya. Hal serupa juga terjadi pada YE, yakni pengalaman pelecehan seksual yang dilakukan oleh suami membuatnya mempertanyakan tubuhnya dan merasa terpisah dari tubuhnya. YE juga melakukan usaha untuk mencapai ekspektasi seksual suaminya dengan membeli produk pembesar payudara.

Di sisi lain, DL tidak menunjukkan *internalized objectification*. DL merasa cukup dengan tubuhnya dan merawat diri demi kesehatan, bukan untuk memenuhi ekspektasi sosial. DL merasa bahwa ia tidak pernah dituntut untuk menjadi cantik, baik oleh keluarga, teman, maupun suaminya.

Loss of Self

Ketiga partisipan, yakni AKN, RF, dan YE mengalami *loss of self* yang ditandai dengan kesulitan mengenali keinginan dan kebutuhannya sendiri karena terbiasa mengorbankan diri demi memenuhi ekspektasi atau keinginan suami. Pada AKN, hal ini membuatnya kehilangan identitas, seperti merasa bahwa dirinya tidak sama dengan dirinya saat sebelum menikah, kesulitan mengenali keinginan dan kebutuhannya, serta kehilangan makna dan arah hidup. RF juga mengalami hal yang serupa. Akibat tekanan dari mertua serta keyakinannya akan norma gender tradisional bahwa menjadi perempuan identik dengan pengorbanan, RF mengorbankan jati dirinya yang ia sebut sebagai “sindrom menantu baik”. RF kesulitan menolak keinginan mertua dan suaminya dan di saat yang bersamaan menekan keinginan dan kebutuhannya sendiri untuk menyenangkan suami dan mertuanya. YE juga menunjukkan kehilangan diri akibat pengalaman KDRT serta kebutuhannya terhadap validasi dan kasih sayang dari suaminya. YE merasa bahwa ia menjadi sangat bergantung secara emosional pada relasi interpersonal dan menempatkan rasa berharganya pada penerimaan dari suaminya.

Berbeda dengan ketiganya, DL tidak mengalami *loss of self*. DL mengaku mampu mempertahankan identitas pribadi dengan tetap bekerja meski dilarang suami dan menegaskan kontribusinya sebagai individu yang berdaya ketika suaminya menuduhnya sebagai “istri tidak berguna”. DL mengungkapkan bahwa ia tumbuh di lingkungan keluarga yang mendukung kemandirian, terutama kemandirian secara finansial.

Internalized Invalidation

Ketiga partisipan, yakni AKN, RF, dan YE memperlihatkan kecenderungan untuk meragukan serta menyangkal perasaan dan penilaian diri yang muncul akibat pengalaman KDRT. Ketiganya menampilkan pola khas berupa menyalahkan diri atas situasi KDRT yang dialami serta menyangkal emosi negatif yang muncul. Pada AKN, sikap menyalahkan dan menyangkal diri membentuk keyakinan bahwa dirinya layak mendapatkan kekerasan. Sementara itu, pada RF, sikap ini pada akhirnya menimbulkan gejala fisik, seperti sesak nafas ketika memendam emosi. RF juga kerap secara impulsif melampiaskan emosi negatifnya kepada anaknya yang menciptakan siklus berulang, yakni ia akan semakin menyalahkan dirinya setelah melampiaskan emosinya kepada anaknya. Berbeda dengan partisipan lainnya, YE menunjukkan bentuk *internalized invalidation* yang cukup kompleks. Pengalaman invalidasi dan pengabaian emosional secara terus-menerus yang ia alami membuat YE memunculkan perilaku menyakiti diri sebagai bentuk ekspresi dari kebutuhan validasi yang tidak terpenuhi.

Sementara itu, DL tidak mengalami *internalized invalidation*. DL mengaku kerap memvalidasi diri dan menilai situasi kekerasan secara objektif ketika mengalami KDRT. DL mampu memahami bahwa KDRT yang dialaminya bukanlah akibat dari kesalahannya, melainkan perilaku destruktif pasangannya yang tidak dapat dibenarkan.

Internalized Derogation

Ketiga partisipan, yakni AKN, RF, dan YE mengalami *internalized derogation* dengan meyakini label negatif yang dilekatkan pada diri mereka. AKN meyakini sebutan “bodoh” suami sebagai kebenaran terhadap dirinya yang menyebabkan suaminya melakukan KDRT terhadap dirinya. Sementara itu, RF meyakini sebutan “petakilan” dari mertuanya sebagai kebenaran sehingga ia cenderung menjadi lebih berhati-hati dalam bersikap dan menahan dirinya untuk tidak terlalu banyak berbicara atau berekspresi. YE juga menunjukkan pola serupa dengan mempercayai tuduhan dan hinaan suami dan mertuanya, yang memunculkan rasa bersalah dan penyesalan terhadap situasi KDRT yang dialaminya. YE juga sempat dituduh “gila” oleh suami dan mertuanya dan mulai mempertanyakan apakah tuduhan itu merupakan suatu kebenaran terhadap dirinya.

Sebaliknya, DL tidak mengalami *internalized derogation*. Walaupun DL kerap dituduh sebagai “istri tidak berguna” atau “istri tidak becus”, mampu menolak penghinaan tersebut melalui refleksi diri dan penegasan batas personal bahwa dirinya merasa tidak suka direndahkan.

Competition between Women

Keempat partisipan dalam penelitian ini tidak menunjukkan adanya *competition between women*. AKN dan RF, alih-alih menunjukkan kompetisi antarperempuan, lebih menunjukkan solidaritas dan empati yang kuat terhadap perempuan lain yang mengalami KDRT atau bentuk kekerasan berbasis gender lainnya. Sementara itu, DL dan YE pernah membandingkan diri dengan perempuan lainnya, tetapi tidak dalam konteks bersaing. DL menyadari rasa iri pada dirinya terhadap perempuan yang lebih sukses, tetapi DL juga menyadari hal ini muncul sebagai akibat dari ketimpangan gender yang mana perempuan cenderung lebih sulit untuk naik jabatan di banding laki-laki di tempat ia bekerja. Alih-alih bersaing, DL lebih memilih untuk berfokus mengembangkan aspirasi dan agensinya sendiri. Sementara itu, YE menyadari rasa iri pada dirinya terhadap perempuan yang memiliki rumah tangga yang harmonis karena kebutuhan akan validasi dan relasi interpersonal yang sehat dari suaminya tidak terpenuhi.

DISKUSI

Hasil penelitian menunjukkan bahwa keempat partisipan mengalami berbagai bentuk KDRT, mencakup kekerasan fisik, psikologis, ekonomi, dan seksual, dengan pola yang bersifat *escalating* atau meningkat baik dari segi bentuk maupun intensitasnya. Kekerasan yang dialami keempat partisipan menunjukkan adanya pola *coercive control*, sebuah konsep yang diperkenalkan oleh Stark (2007) dan *patriarchal terrorism*, sebuah konsep yang diperkenalkan oleh Johnson (1995), yang mana pelaku menggunakan strategi sistematis untuk mendominasi dan membatasi otonomi pasangan. Kekerasan yang semula bersifat verbal berkembang menjadi fisik, ekonomi, dan seksual, yang juga diperparah oleh seksisme baik dalam relasi interpersonal maupun institusional, ketika laporan korban sering kali diremehkan oleh lembaga formal.

AKN, RF, dan YE menunjukkan *internalized powerlessness* melalui sikap menahan diri yang dilandasi oleh perasaan tidak berdaya. Ketiga partisipan juga memandang kekerasan yang dialaminya sebagai takdir yang harus dijalani. Hal ini sejalan dengan konsep *learned helplessness* yang menyatakan bahwa peristiwa hidup yang memberikan tekanan dapat membuat seseorang mulai menerimanya sebagai sesuatu yang tidak dapat diubah (Walker, 1979; Alloy dkk., 1984). Korban kekerasan sering kali kemudian belajar membatasi tindakannya pada perilaku yang paling mungkin meminimalisasi kekerasan yang menggeser orientasinya dari melarikan diri menjadi sekadar bertahan (Suzanna & Sinha, 2023). Selain itu, ketiga partisipan, yakni AKN, RF, dan YE juga tumbuh di lingkungan keluarga dan masyarakat yang kerap menanamkan peran gender tradisional bahwa perempuan diasosiasikan dengan sikap patuh dan sabar. Nilai-nilai ini kemudian membentuk keyakinan bahwa ketaatan dan pengorbanan adalah bentuk kebaikan perempuan melalui proses *gender role*. Hal ini sejalan dengan temuan Bearman dan Amrhein (2013) yang menyatakan bahwa *gender role conditioning* berperan penting dalam membentuk internalisasi seksisme, termasuk *internalized powerlessness* pada perempuan.

Sementara itu, DL kerap menunjukkan resistensi terhadap internalisasi seksisme dengan melawan KDRT yang dialaminya. Pengasuhan keluarga yang tidak menekankan peran gender membuatnya tidak mengalami proses *gender role conditioning* seperti partisipan lain. Selain itu, DL juga menggunakan *problem-focused coping* dengan aktif mencari informasi dan strategi menghadapi kekerasan melalui media digital seperti YouTube, yang memberinya dukungan dan keterampilan baru. Hal ini sejalan dengan temuan Kruzan dkk. (2022) bahwa media digital dapat dimanfaatkan untuk memberikan konten psikoedukatif, mengajarkan keterampilan baru, serta dukungan sosial kepada individu dalam konteks kesehatan mental. Keterampilan baru dalam menghadapi kekerasan yang ia pelajari pada saat itu kemudian diaplikasikan ketika DL mengalami KDRT oleh suaminya.

Selanjutnya, tiga partisipan, yakni AKN, RF, dan YE mengalami *internalized objectification*. Pada AKN, hal ini dilatarbelakangi oleh pengalaman perundungan dan pelecehan seksual di masa kecil. Hal ini sesuai dengan temuan Talmon dan Ginzburg (2016) yang menunjukkan bahwa pengalaman negatif

masa kecil dapat membuat seseorang merasa tidak terlihat, kurang dihargai, dan kehilangan kontrol atas tubuhnya. Sementara itu, *internalized objectification* pada RF dan YE muncul dari pengalaman kekerasan seksual oleh suami sehingga mereka mulai memandang tubuhnya alat untuk memenuhi kebutuhan seksual laki-laki. Hal ini dapat dipahami melalui teori objektifikasi oleh Fredrickson & Roberts (1997), yang mana pelecehan seksual dapat mendorong seseorang untuk melakukan objektifikasi diri. Meskipun demikian, pola tersebut juga dapat dilihat sebagai bentuk mekanisme koping melalui respon meredam (*appeasement*), yakni strategi bertahan hidup dengan cara menuruti keinginan pelaku kekerasan untuk meminimalisasi konflik (Treisman, 2004). Mekanisme koping ini kerap digunakan individu dalam menghadapi ketidaksetaraan kuasa dalam relasi. Sebaliknya, DL menunjukkan resistensi terhadap objektifikasi karena lingkungan yang mendukung. Hal ini sesuai dengan temuan Sarda dkk. (2025) dan Behera dan Khuntia (2025) bahwa kualitas hubungan yang suportif dapat melindungi perempuan dari dampak negatif budaya objektifikasi.

Ketiga partisipan, yakni AKN, RF, dan YE menunjukkan *loss of self* berupa kesulitan mengenali kebutuhan diri, munculnya emosi negatif, dan kecenderungan menekan ekspresi emosional serta mengorbankan diri demi orang lain. Strategi membungkam diri hanya dapat mengurangi ekspresi, tetapi tidak dengan pengalaman emosinya itu sendiri sehingga muncul ketidaksesuaian antara emosi yang dirasakan dan ditunjukkan (English & John, 2013; Tackman & Srivastava, 2016). Hal ini pada akhirnya menurunkan rasa autentisitas atau keaslian diri karena individu merasa terlepas dari pengalaman emosional sejati mereka sekaligus menurunkan agensi diri (Gross, 2003). Walaupun demikian, pada RF dan YE, setelah berpisah, keduanya mulai menemukan kembali identitas melalui bantuan psikologis, yakni konseling. Menurut Shriner (2025), terapi naratif dapat membantu individu, khususnya kelompok yang terpinggirkan untuk mendekonstruksi narasi sosial yang terkait gender, ras, atau seksualitas sehingga mereka dapat membangun narasi baru yang lebih memberdayakan dan bermakna bagi dirinya. Sementara itu, pada DL, ia mengalami resistensi terhadap *loss of self* yang didorong oleh lingkungan keluarga yang menuntutnya mandiri secara finansial. Penelitian oleh Kortessalmi dkk. (2024) menunjukkan bahwa kemandirian finansial dapat meningkatkan rasa percaya diri dan perasaan memiliki kontrol atau agensi atas hidup seseorang.

Ketiga partisipan, yakni AKN, RF, dan YE, mengalami *internalized invalidation* berupa kecenderungan untuk menyalahkan diri dan menyangkal diri. *Internalized invalidation* pada ketiga partisipan tersebut terjadi akibat tidak adanya pihak yang membantu mereka memproses emosi serta memberikan perspektif alternatif selama mengalami KDRT. Dukungan sosial dapat membantu perempuan mengurangi perasaan terisolasi akibat kekerasan, menafsirkan ulang pengalaman traumatis, serta menumbuhkan kembali rasa berharga diri yang menurun setelah mengalami kekerasan (Pir dkk., 2023). Di sisi lain, DL tidak mengalami *internalized invalidation* karena ia kerap mempraktikkan *self-compassion* dengan memvalidasi perasaannya sendiri. Hal ini sesuai dengan temuan Linehan (1993) menyatakan bahwa mengadopsi *self-compassion* dapat membantu mengurangi kecenderungan seseorang untuk menginternalisasi invalidasi yang mungkin timbul akibat pengalaman invalidasi yang berulang.

Ketiga partisipan, yakni AKN, RF, dan YE, menunjukkan pola *internalized derogation*. Berdasarkan teori pelabelan oleh Rotenberg (1975), ketiga partisipan mengalami transmutive labelling, yaitu mempercayai label negatif hingga menyesuaikan pikiran dan perilaku sesuai label tersebut, yang kemudian berkembang menjadi auto-suggestive ketika individu mulai mengkritik diri tanpa pengaruh sosial. Selain itu, label dari figur signifikan seperti pasangan lebih mudah diinternalisasi karena kedekatan emosional (Becker, 1963). Berbeda dengan ketiganya, DL menunjukkan resistensi terhadap *internalized derogation* melalui *cognitive appraisal* sesuai dengan konsep yang diperkenalkan oleh Lazarus & Folkman (1984), dengan mengevaluasi kemampuan dirinya dalam menghadapi situasi tersebut untuk menolak label yang diberikan.

Keempat partisipan tidak menunjukkan adanya *competition between women*. AKN dan RF menampilkan solidaritas melalui empati dan dukungan terhadap korban KDRT lain. Hal ini sesuai dengan temuan Pain (2022) bahwa pengalaman kekerasan berbasis gender menciptakan trauma kolektif sekaligus

solidaritas. Sementara itu, DL dan YE menunjukkan kecenderungan perbandingan sosial, tetapi dengan konteks yang berbeda. DL menyadari bahwa rasa iri terhadap perempuan lain berakar pada ketimpangan gender dan kemudian memilih fokus pada pengembangan diri, sedangkan YE melakukan *upward comparison* karena kebutuhan validasi emosional dari suami, yang menurunkan harga diri dan kepuasan hidupnya. Perasaan ketidakterhubungan dengan orang lain dapat membuat individu cenderung melakukan perbandingan sosial (He dkk., 2024).

Berdasarkan kerangka Arnett (2015), masa dewasa awal merupakan periode eksplorasi identitas, relasi, pekerjaan, dan nilai hidup. Keempat partisipan memperlihatkan bagaimana kekerasan dalam hubungan justru menghambat proses perkembangan khas masa ini. AKN, RF, dan YE kehilangan kesempatan membangun otonomi diri dan keintiman yang sehat karena terjebak dalam pola kontrol dan kekerasan yang menurunkan rasa percaya diri serta makna diri. Sebaliknya, DL menunjukkan bentuk adaptasi positif khas masa dewasa awal dengan mengembangkan agensi, kemandirian finansial, dan problem-focused coping sebagai bentuk aktualisasi diri. Selain itu, pengalaman kekerasan juga mendorong refleksi nilai dan makna hidup, seperti munculnya empati dan solidaritas antarpeserta yang menunjukkan bentuk pertumbuhan pascatrauma. Dengan demikian, pengalaman keempat partisipan menggambarkan kompleksitas masa dewasa awal, di mana proses eksplorasi diri dan hubungan dapat terdistorsi oleh kekerasan, tetapi juga menjadi ruang bagi transformasi dan pemberdayaan.

SIMPULAN

Penelitian ini bertujuan untuk memahami bentuk praktik internalisasi seksisme pada istri yang mengalami KDRT di usia dewasa awal. Analisis deduktif melalui keenam tema yang sudah ditentukan sebelumnya, yakni *internalized powerlessness*, *internalized objectification*, *loss of self*, *internalized invalidation*, *internalized derogation*, dan *competition between women* menggunakan pendekatan Boyatzis (1998) menunjukkan bahwa tema *internalized powerlessness* muncul pada semua partisipan, meskipun DL menunjukkan resistensi dengan sesekali melawan. Dimensi lain seperti *internalized objectification*, *loss of self*, *internalized invalidation*, dan *internalized derogation* ditemukan pada tiga dari empat partisipan (AKN, RF, dan YE), sedangkan tema *competition between women* tidak muncul pada semua partisipan dan dua partisipan, yakni AKN dan RF menunjukkan solidaritas antarpeserta, sementara DL dan YE menunjukkan perbandingan sosial antarpeserta.

Sebagian besar internalisasi seksisme pada AKN, RF, dan YE dibentuk oleh pengalaman seksisme di masa lalu, seperti pelecehan seksual, perundungan, pola asuh keluarga, serta keyakinan akan peran gender tradisional yang dipelajari melalui sosialisasi baik oleh lingkungan sekitar, maupun media sosial, lalu diperkuat oleh pengalaman KDRT dari suami. Sementara itu, DL cenderung resisten terhadap internalisasi seksisme karena kecenderungannya melakukan coping yang berfokus pada masalah melalui media YouTube yang memberikannya perspektif baru, kesadaran baru, dan strategi baru dalam menghadapi pengalaman kekerasan tersebut. DL juga melakukan pembiasaan ulang kognitif serta mengembangkan motivasi internal untuk menjadi mandiri, yang juga didukung oleh lingkungan sekitarnya. Sekalipun begitu, DL tetap memiliki keyakinan tentang kodrat perempuan walaupun ia tidak setuju sepenuhnya bahwa perempuan hanya boleh berperan dalam ranah domestik.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti berterima kasih kepada semua pihak yang terlibat dan berkontribusi dalam proses penelitian ini.

DEKLARASI POTENSI TERJADINYA KONFLIK KEPENTINGAN

Almadea Dwi Maharani dan Ike Herdiana tidak bekerja, menjadi konsultan, memiliki saham, atau menerima dana dari perusahaan atau organisasi mana pun yang berpotensi mengambil untung dari diterbitkannya naskah ini.

PUSTAKA ACUAN

- American Psychological Association. Presidential Task Force on Violence and the Family. (1996). *Violence and the family : report of the American Psychological Association Presidential Task Force on Violence and the Family*. American Psychological Association.
- Alghamdi, M. S., Lee, B. K., & Nagy, G. A. (2021). Intimate Partner Violence among Canadian Muslim Women. *Journal of Interpersonal Violence*, 37(17-18), 088626052110215. <https://doi.org/10.1177/08862605211021516>
- Alloy, L. B., Peterson, C., Abramson, L. Y., & Seligman, M. E. (1984). Attributional Style and the Generality of Learned Helplessness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46(3), 681–687. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.46.3.681>
- Arnett, J. J. (2015). *Emerging Adulthood: The Winding Road from the Late Teens Through the Twenties* (2nd ed.). Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oxfordhb/9780199795574.013.9>
- Bearman, S., & Amrhein, M. (2013). Girls, Women, and Internalized Sexism. In *Internalized Oppression* (pp. 191–226). Springer Publishing Company, 2013. <https://doi.org/10.1891/9780826199263.0008>
- Becker, H. S. (1963). *Outsiders: Studies in the Sociology of Deviance*. Free Press Glencoe.
- Becker, M. (2015). Patriarchy and Inequality: Towards a Substantive Feminism. *University of Chicago Legal Forum*, 1999(1).
- Behera, N., & Khuntia, S. (2025). Self-esteem, Self-objectification, Appearance Anxiety, Resilience, and Gender: Testing a Moderated Mediation Analysis. *The Open Psychology Journal*, 18(1), 1–14. <https://doi.org/10.2174/0118743501347628250114054620>
- Bell, K. M., & Naugle, A. E. (2008). Intimate partner violence theoretical considerations: Moving towards a contextual framework. *Clinical Psychology Review*, 28(7), 1096–1107. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2008.03.003>
- Boyatzis, R. E. (1998). *Transforming qualitative information: Thematic analysis and code development*. Sage Publications, Inc.
- Caputi, J., & Russell, D. E. H. (1992). Femicide: Sexist terrorism against women. In *Femicide: the Politics of Woman Killing* (pp. 13–21). Twayne Publishers.
- Chadambuka, C. (2020). Coping Strategies Adopted by Women Who Experienced Intimate Partner Violence in the Context of Social Norms in Rural Areas in Zimbabwe. *Journal of Interpersonal Violence*, 37(5-6), 2776–2800. <https://doi.org/10.1177/0886260520943734>
- Cinquegrana, V., Marini, M., & Galdi, S. (2022). From Endorsement of Ambivalent Sexism to Psychological IPV Victimization: The Role of Attitudes Supportive of IPV, Legitimizing Myths of IPV, and Acceptance of Psychological Aggression. *Frontiers in Psychology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.922814>
- English, T., & John, O. P. (2013). Understanding the Social Effects of Emotion Regulation: The Mediating Role of Authenticity for Individual Differences in Suppression. *Emotion*, 13(2), 314–329. <https://doi.org/10.1037/a0029847>

- Fernández-Antelo, I., Cuadrado-Gordillo, I., & Martín-Mora Parra, G. (2020). Synergy between Acceptance of Violence and Sexist Attitudes as a Dating Violence Risk Factor. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(14), 5209. <https://doi.org/10.3390/ijerph17145209>
- Fredrickson, B. L., & Roberts, T.-A. (1997). Objectification Theory: Toward Understanding Women's Lived Experiences and Mental Health Risks. *Psychology of Women Quarterly*, 21(2), 173–206. <https://doi.org/10.1111/j.1471-6402.1997.tb00108.x>
- Galtung, J. (1969). Violence, Peace, and Peace Research. *Journal of Peace Research*, 6(3), 167–191. <https://doi.org/10.1177/002234336900600301>
- Gross, J. J. (2013). Emotion Regulation: Taking Stock and Moving Forward. *Emotion*, 13(3), 359–365. <https://doi.org/10.1037/a0032135>
- Hayati, N. E., Eriksson, M., Hakimi, M., Högberg, U., & Emmelin, M. (2013). “Elastic Band Strategy”: Women's Lived Experience of Coping with Domestic Violence in Rural Indonesia. *Global Health Action*, 6(1), 18894. <https://doi.org/10.3402/gha.v6i0.18894>
- He, L., Wang, J., Feng, Z., Chen, H., & Lu, J. (2024). Psychological Needs and Social Comparison: A Dual Analysis of the Life Satisfaction of Local Workers with Agricultural Hukou. *BMC Public Health*, 24(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-024-20492-y>
- Hibbs, C. (2014). Patriarchy. *Encyclopedia of Critical Psychology*, 1333–1338. https://doi.org/10.1007/978-1-4614-5583-7_212
- Johnson, M. P. (1995). Patriarchal Terrorism and Common Couple Violence: Two Forms of Violence against Women. *Journal of Marriage and the Family*, 57(2), 283–294. <https://doi.org/10.2307/353683>
- Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak. (2021). Survei Pengalaman Hidup Perempuan Nasional (SPHPN) 2021. Jakarta: Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak.
- Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak, Badan Pusat Statistik, & Lembaga Demografi FEB UI. (2024). Survei Pengalaman Hidup Perempuan Nasional (SPHPN) 2024. <https://indonesia.unfpa.org/sites/default/files/pub-pdf/2024-10/SPHPN%202024%20KemenPPPA%20UNFPA%20Indonesia.pdf>
- Komnas Perempuan. (2021, March 5). CATAHU 2020 komnas perempuan: Lembar fakta dan poin kunci (5 maret 2021). [komnasperempuan.go.id; Komnas Perempuan. https://komnasperempuan.go.id/siaran-pers-detail/catahu-2020-komnas-perempuan-lembar-fakta-dan-poin-kunci-5-maret-2021](https://komnasperempuan.go.id/siaran-pers-detail/catahu-2020-komnas-perempuan-lembar-fakta-dan-poin-kunci-5-maret-2021)
- Komnas Perempuan. (2022, November 28). Komnas perempuan luncurkan kajian dan rekomendasi kebijakan femisida di indonesia. [komnasperempuan.go.id; Komnas Perempuan. https://komnasperempuan.go.id/kabar-perempuan-detail/komnas-perempuan-luncurkan-kajian-dan-rekomendasi-kebijakan-femisida-di-indonesia](https://komnasperempuan.go.id/kabar-perempuan-detail/komnas-perempuan-luncurkan-kajian-dan-rekomendasi-kebijakan-femisida-di-indonesia)
- Korniawati, D., & Rahim, A. (2024). The Influence of Patriarchal Culture on Social Life in Javanese Families in Wolio Sub-District. *Cendikia : Media Jurnal Ilmiah Pendidikan*, 14(6), 608–615. <https://doi.org/10.35335/cendikia.v14i6.5240>
- Kortesalmi, M., Autio, M., Ranta, M., & Sekki, S. (2024). Stepping Up—Leaning Back: Young Adults Constructing Financial Agency in the Verge of Financial Independence. *Young*, 33(2), 113–131. <https://doi.org/10.1177/11033088241271429>
- Kruzan, K. P., Williams, K. D. A., Meyerhoff, J., Yoo, D. W., O'Dwyer, L. C., De Choudhury, M., & Mohr, D. C. (2022). Social Media-Based Interventions for Adolescent and Young Adult Mental Health: A

-
- Scoping Review. *Internet Interventions*, 30(30), 100578. <https://doi.org/10.1016/j.invent.2022.100578>
- Ku, M. C. (2010). Sexism. In *Encyclopedia of Group Processes and Intergroup Relations* (pp. 744–749). SAGE Publications.
- Latifah, D. N., & Peristiano, D. V. (2024). The Quality of Life of Women Divorced due to Domestic Violence. *Developmental and Clinical Psychology*, 5(1), 29–40. <https://doi.org/10.15294/dcp.v5i1.6205>
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, Appraisal, and Coping*. Springer Publishing Company.
- Lennon, S. E., Aramburo, A. M. R., Garzón, E. M. M., Arboleda, M. A., Fandiño-Losada, A., Pacichana-Quinayaz, S. G., Muñoz, G. I. R., & Gutiérrez-Martínez, M. I. (2021). A Qualitative Study on Factors Associated with Intimate Partner Violence in Colombia. *Ciência & Saúde Coletiva*, 26(9), 4205–4216. <https://doi.org/10.1590/1413-81232021269.21092020>
- Linehan, M. (1993). *Cognitive-Behavioral Treatment of Borderline Personality Disorder*. Guilford Press.
- Pain, R. (2021). Collective Trauma? Isolating and Commoning Gender-Based Violence. *Gender, Place & Culture*, 29(12), 1–22. <https://doi.org/10.1080/0966369x.2021.1975103>
- Parker, L., & Creese, H. (2016). The Stigmatisation of Widows and Divorcees (Janda) in Indonesian Society. *Indonesia and the Malay World*, 44(128), 1–6. <https://doi.org/10.1080/13639811.2015.1111647>
- Pir, S., Hashemi, L., Gulliver, P., McIntosh, T., & Fanslow, J. (2023). Which Aspects of Social Support Enhance Positive Mental Health in the Context of Intimate Partner Violence? *Violence against Women*, 29(9), 107780122211149. <https://doi.org/10.1177/10778012221114919>
- Rotenberg, M. (1975). Self-Labeling Theory: Preliminary Findings Among Mental Patients. *British Journal of Criminology*, 15(4), 360–375.
- Sarda, E., El-Jor, C., Shankland, R., Hallez, Q., Patiram, D., Nguyen, C., Nolwenn Duflos, Durand, Y., Pozo, G. D., Pascale Ezan, Dechelotte, P., Rodgers, R., & Flaudias, V. (2025). Social Media Use and Roles of Self-Objectification, Self-Compassion and Body Image Concerns: A Systematic Review. *Journal of Eating Disorders*, 13(1). <https://doi.org/10.1186/s40337-025-01353-4>
- Sengupta, N. K., Hammond, M. D., Deak, C. K., & Ragini Saira Malhotra. (2024). Ambivalent Sexism and Tolerance of Violence Against Women in India. *Psychological Science*, 35(7). <https://doi.org/10.1177/09567976241254312>
- Shen, S., & Kusunoki, Y. (2019). Intimate Partner Violence and Psychological Distress Among Emerging Adult Women: A Bidirectional Relationship. *Journal of Women's Health*, 28(8), 1060–1067. <https://doi.org/10.1089/jwh.2018.7405>
- Shriner, E. J. (2025). Changing The Narrative: A Meta-Analysis of Narrative Therapy and It's Changes Since Inception. Digital Commons. <https://digitalcommons.spu.edu/honorsprojects/253>
- Stark, E. (2007). *Coercive Control: How Men Entrap Women in Personal Life*. Oxford University Press.
- Suryakusuma, J. I. (1996). The State and Sexuality in New Order Indonesia. *Fantasizing the feminine in Indonesia*, 92–119.
- Suzanna, T. B., & Sinha, A. (2023). Emotional Abuse, Learned Helplessness, and Self Compassion in the Context of Relationships. *The International Journal of Indian Psychology*, 11(3), 494–502. <https://doi.org/10.25215/1103.046>
- Szymanski, D. M., Gupta, A., Carr, E. R., & Stewart, D. (2009). Internalized Misogyny as a Moderator of the Link between Sexist Events and Women's Psychological Distress. *Sex Roles*, 61(1-2), 101–109. <https://doi.org/10.1007/s11199-009-9611-y>

-
- Tackman, A. M., & Srivastava, S. (2016). Social Responses to Expressive Suppression: The Role of Personality Judgments. *Journal of Personality and Social Psychology*, 110(4), 574–591. <https://doi.org/10.1037/pspp0000053>
- Talmon, A., & Ginzburg, K. (2016). The Nullifying Experience of Self-Objectification: The Development and Psychometric Evaluation of the Self-Objectification Scale. *Child Abuse & Neglect*, 60, 46–57. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2016.09.007>
- Treisman, D. (2004). Rational Appeasement. *International Organization*, 58(02), 345–373. <https://doi.org/10.1017/s002081830458205x>
- UNODC & UNWomen. (2023). Gender-Related Killings of Women and Girls (Femicide/Feminicide): Global estimates of female intimate partner/family-related homicides in 2022. UNODC and UNWomen.
- Walker, L. E. (1979). *The Battered Woman*. Harper & Row.
- Wijayati, M., Abdullah, I., White, S., Rosadi, A., Yamin, A., & Larasati, Y. G. (2021). Justice Brokers: Women's Experiences with Injustice and Dependence in the Divorce Process. *Cogent Social Sciences*, 7(1). <https://doi.org/10.1080/23311886.2021.1966208>
- World Health Organization. (2024, March 25). Violence against Women. World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/violence-against-women>
- Yin, R. K. (2018). *Case Study Research and Applications: Design and Methods* (6th ed.). Sage Publications.
- Young Women's Trust. (2019, November 27). Impact of Sexism on Young Women's Mental health. Young Women's Trust. <https://www.youngwomenstrust.org/our-research/impact-sexism-young-womens-mental-health/>