



Perempuan Berdaya, Lebak Sejahtera

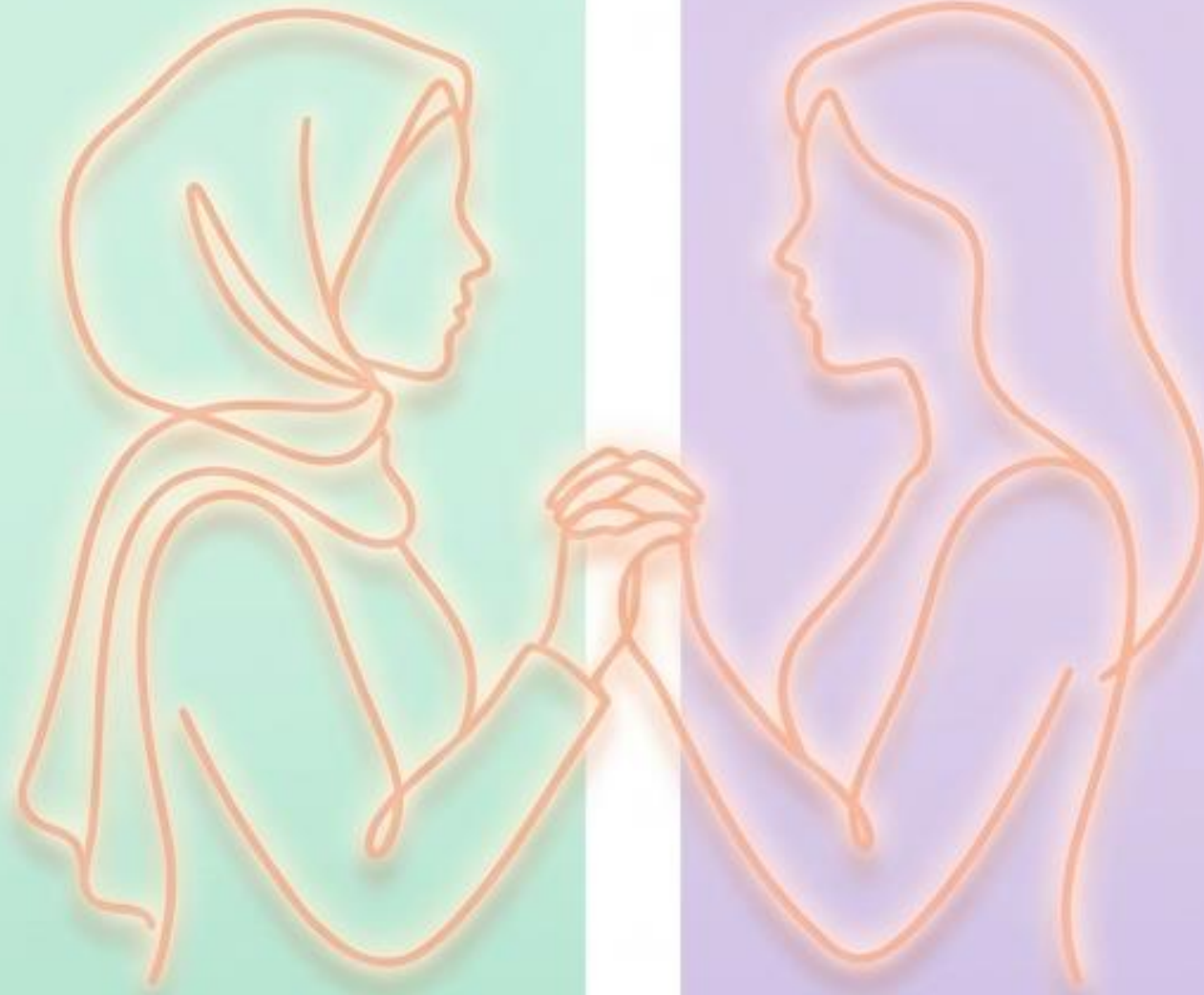
Memahami, Mencegah, dan Melawan Kekerasan
Terhadap Perempuan di Kabupaten Lebak.

DP3AP2KB Kabupaten Lebak

BIDANG PENGARUSTAMAAN GENDER
DAN PEMBERDAYAAN PEREMPUAN

Kenyataan Universal

Kekerasan tidak mengenal latar belakang, usia, atau pakaian. Setiap perempuan memiliki kerentanan yang sama.



Hak Universal

Setiap perempuan, tanpa terkecuali, memiliki hak mutlak untuk merasa aman, dihormati, dan dilindungi di dalam rumah maupun di ruang publik.

Persaudaraan adalah perisai pertama kita.

An illustration of an iceberg floating in a body of water. The tip of the iceberg, which is above the water line, is colored with a gradient from light blue to green. The much larger part of the iceberg, which is submerged below the water line, is colored with a gradient from dark blue to purple. Two lines with circular endpoints point from text boxes to the iceberg: one points to the visible tip, and the other points to the submerged part.

Terlihat: Kekerasan Fisik

Luka yang bisa dilihat oleh mata (memar, pukulan, dorongan). Seringkali dianggap sebagai satu-satunya bentuk kekerasan.



Tidak Terlihat namun Menghancurkan: Kekerasan Psikis & Verbal

Porsi terbesar dari kekerasan yang sering disembunyikan. Manipulasi, ancaman, hinaan, dan isolasi yang menghancurkan mental dan harga diri secara perlahan.

Kekerasan Fisik: Pelanggaran Ruang Tubuh

Tindakan Langsung

Pemukulan, tamparan, tendangan, atau pencekikan.

Tindakan Pembatasan

Menahan seseorang pergi, mengunci di dalam ruangan, atau merampas kendali gerak.

Dampak Utama

Cedera fisik, trauma pada tubuh, hingga ancaman nyawa.

Tubuh Anda adalah milik Anda sepenuhnya. Tidak ada seorang pun yang berhak melukainya dengan alasan apa pun.

Kekerasan Psikis: Luka yang Tak Kasat Mata



Manipulasi Mental

Isolasi (Pengasingan)

Menjauhkan Anda dari keluarga, teman, atau lingkungan agar bergantung sepenuhnya pada pelaku.

Gaslighting (Memutarbalikkan Fakta)

Membuat Anda meragukan ingatan, kewarasan, atau perasaan Anda sendiri (misal: "Kamu yang terlalu sensitif").

Intimidasi

Teror emosional, penguntitan (*stalking*), atau ancaman diam yang menciptakan rasa takut terus-menerus.

Kekerasan Verbal: Senjata Berupa Kata-Kata



Bukan Sekadar Marah

Bentakan, makian, dan penggunaan kata-kata kasar yang bertujuan merendahkan martabat.



Penghinaan Berulang

Ejekan terhadap fisik, kemampuan, atau latar belakang yang dilakukan secara konstan untuk menghancurkan kepercayaan diri.



Ancaman Terbuka

Ucapan yang mengancam keselamatan diri, anak-anak, atau sumber penghidupan (finansial).

Matriks Deteksi Dini: Kenali Tanda-Tandanya



Fisik



Tanda Terlihat: Memar, cedera, kerusakan barang di rumah.



Contoh: Mendorong, melempar barang, memukul.



Dampak Internal: Rasa sakit fisik, rasa tidak aman di ruang sendiri.

Psikis



Tanda Terlihat: Perubahan drastis menjadi pendiam, menarik diri dari pergaulan.



Contoh: Mengancam bunuh diri jika ditinggalkan, mengontrol keuangan total.



Dampak Internal: Depresi, kehilangan jati diri, rasa bersalah yang salah sasaran.

Verbal



Tanda Terlihat: Sering meminta maaf berlebihan, selalu terlihat ketakutan saat berbicara.



Contoh: Kamu tidak berguna, Tanpa saya kamu bukan siapa-siapa.



Dampak Internal: Harga diri hancur, mempercayai hinaan pelaku.

Memutus Rantai: Siklus Kekerasan

Fase Tenang (*Calm*)

Situasi seolah normal kembali, hingga ketegangan baru mulai menumpuk.

Fase Ketegangan (*Tension Building*)

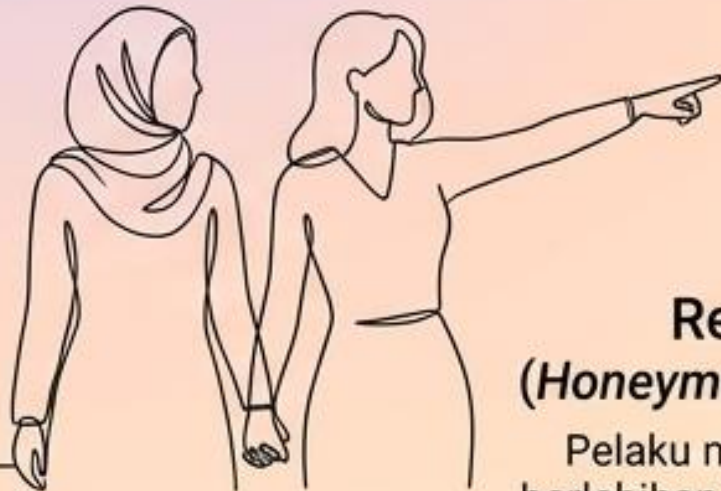
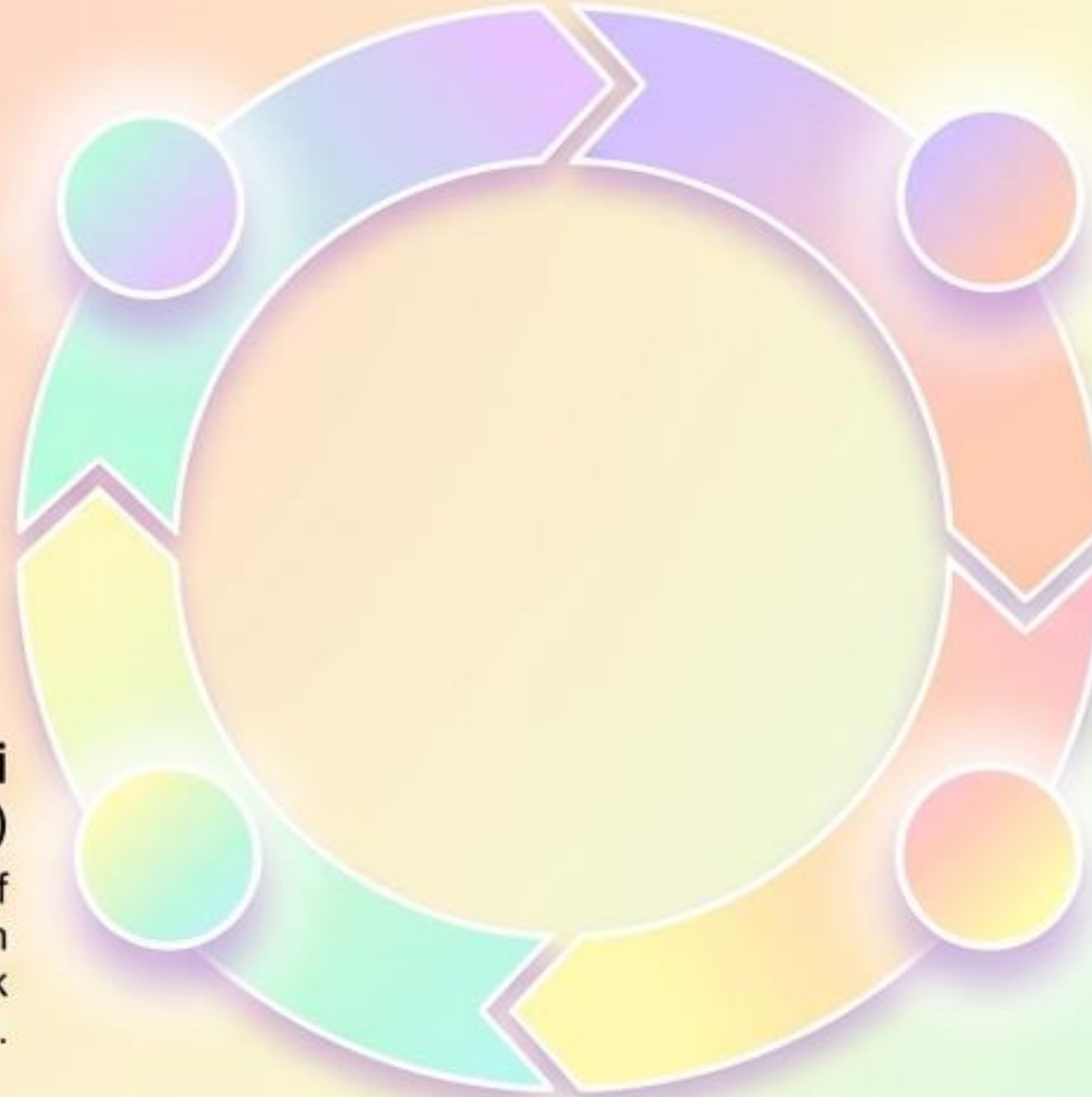
Pelaku mudah marah, komunikasi buruk, korban berjalan seperti di atas cangkang telur.

Insiden (*The Incident*)

Terjadinya kekerasan (fisik, verbal, atau psikis).

Rekonsiliasi (*Honeymoon Phase*)

Pelaku meminta maaf berlebihan, memberikan hadiah, berjanji tidak akan mengulangi.



**Kekerasan bukanlah “khilaf” yang terjadi sekali.
Ini adalah siklus berulang yang harus diputus.**

Pencegahan dari Diri Sendiri: Hak Menetapkan Batasan

Tegaskan TIDAK

Berlatih memberikan batasan yang jelas terhadap perlakuan yang membuat Anda tidak nyaman, sejak awal berhubungan.

Sadari Nilai Diri

Anda berharga. Tidak ada cinta atau hubungan yang membenarkan rasa sakit dan rasa takut.

Peka Terhadap Red Flags

Kenali tanda-tanda awal sifat posesif yang berlebihan, kecemburuan buta, atau sikap mengontrol sebelum menjadi kekerasan nyata.



Pencegahan Komunitas: Persaudaraan Sebagai Perisai



1 Jangan Menjadi Bystander (Penonton)

Jika Anda mendengar atau melihat tanda kekerasan di rumah tetangga atau teman, jangan diam. Bertanya adalah bentuk kepedulian, bukan mencampuri.

2 Ciptakan Ruang Aman

Jadilah sosok yang dapat dipercaya. Jika seorang perempuan bercerita, dengarkan tanpa menghakimi dan jangan salahkan korban.

3 Kenali Tetangga Anda

Jaringan sosial di tingkat RT/RW adalah sistem peringatan dini terbaik di Kabupaten Lebak.

Berani Bicara: Menghancurkan Tembok Keheningan



“Melapor bukan berarti Anda membuka aib. Melapor berarti Anda sedang menyelamatkan nyawa Anda sendiri dan memutus rantai kekerasan untuk perempuan lain.”



Hukum berpihak pada korban.



Kerahasiaan identitas Anda dijamin oleh negara.



Anda tidak harus berjuang sendirian.

Langkah 1: Laporkan ke Aparat Desa Terdekat



Siapa yang Ditemui?

RT, RW, Kepala Desa (Jaro), atau Kader Posyandu/PKK setempat.

Apa Peran Mereka?

Aparat desa memiliki mandat resmi untuk memberikan perlindungan darurat, mengamankan korban dari pelaku, dan memediasi keselamatan awal.

Dokumentasi (Jika Aman)

Simpan bukti fisik, rekaman, atau saksi mata untuk mempermudah proses pelaporan.

Langkah 2: Perlindungan Penuh dari DP3AP2KB Kabupaten Lebak

Pendampingan Hukum

Bantuan pengacara dan akses ke kepolisian jika kasus berlanjut ke ranah hukum.

Pemulihan Psikologis

Akses ke psikolog profesional untuk menyembuhkan trauma akibat kekerasan psikis/verbal.

Rumah Aman (Shelter)

Tempat perlindungan rahasia jika korban harus segera diungsikan dari rumah.

Pemberdayaan

Bantuan untuk kembali berdiri tegak secara sosial dan finansial.



Peta Jalan Pelaporan Kabupaten Lebak



Bersama Kita Kuat: Wujudkan Lebak Tanpa Kekerasan

Keselamatan perempuan adalah pondasi dari keluarga dan masyarakat yang sejahtera. Jangan pernah ragu untuk mengulurkan tangan, baik untuk meminta pertolongan maupun untuk menolong sesama.



Layanan Pengaduan DP3AP2KB Kab. Lebak: **0811-1111-2222**

SAPA 129 Nasional: **129**

Simpan nomor ini. Suatu saat, Anda mungkin menyelamatkan nyawa seseorang.