



## Mengenal Psikologi Feminis

Oleh :

Ester Lianawati

Sudah ada yang pernah mendengar istilah psikologi feminis? Cabang psikologi yang satu ini jarang diperdengarkan dalam perkuliahan psikologi. Padahal disiplin ilmu yang satu ini penting dalam perkembangan teori-teori psikologi dan memberi warna tersendiri bagi pengembangan psikologi. Tanpa psikologi feminis, mungkin kita tidak akan pernah belajar mengenai stereotipe gender, peran gender, perbedaan perempuan dan laki-laki dalam sejumlah aspek psikologis, kekerasan dalam rumah tangga, dan sebagainya. Dalam tulisan kali ini, saya akan mengajak pembaca untuk mengenal sekilas mengenai psikologi feminis, khususnya mengenai sejarah dan bentuk-bentuknya.

### 1. Perjalanan Psikologi Feminis

Psikologi dapat dikatakan merupakan salah satu disiplin ilmu yang androsentris. Psikologi berdiri dan berkembang oleh para ilmuwan laki-laki. Teori-teori dasarnya pun diambil dari kehidupan laki-laki. Misalkan saja Erik Erikson yang mengemukakan teori perkembangan manusia padahal

penelitiannya hanya didasarkan pada kehidupan tiga remaja laki-laki.<sup>1</sup> Atau jika teori itu didasarkan pada kehidupan perempuan, yang diambil adalah pasien perempuan yang neurotik. Misalnya saja teori besar dari Sigmund Freud yang didasarkan pada kehidupan pasien-pasien perempuannya yang neurotik.<sup>2</sup> Namun teori ini justru dijadikan salah satu teori utama dalam psikologi.

Dalam perkembangannya, psikologi kemudian melihat ketimpangan-ketimpangan gender dalam ilmunya. Psikologi berusaha melihat lebih jauh, dan sebenarnya ini sudah dimulai sejak 1876 ketika Mary Putman Jacobi menyatakan bahwa perempuan membutuhkan istirahat fisik dan mental secara khusus saat menstruasi.<sup>3</sup> Disusul kemudian oleh Helen Thompson Wooley, Leta Stetter Hollingworth, dan masih banyak lagi

---

<sup>1</sup> Williams, Juanita H. *Psychology of Women. Behavior in a Biosocial Context*. 3rd ed. (USA : W.W. Norton & Company, Inc. 1987) 57.

<sup>2</sup> Setelah ditelusuri lebih lanjut, para perempuan ini neurotik karena bentukan budaya patriarkis.

<sup>3</sup> Crawford, Mary & Unger, Rhoda. *Women and Gender : A Feminist Psychology*. 3rd ed. USA : McGraw-Hill Companies. 2000.



psikolog perempuan lainnya. Mereka perlahan mulai membuka jalan untuk teori-teori psikologi mengenai perempuan dikaji ulang. Pengkajian ini bukannya tanpa hambatan karena pada saat yang sama, penelitian psikologi yang bias gender tetap dilakukan. Bahkan sekitar akhir tahun 1970-an, Erik Erikson masuk dengan teori barunya mengenai perkembangan manusia, yang kini bahkan begitu populer di kalangan psikologi perkembangan.

Namun perjuangan para psikolog yang feminis tidaklah usai. Di tahun 1970-an ketika kaum feminis mengangkat isu kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) ke publik, seorang psikolog feminis, Lenore Walker, mengguncang dunia psikologi dengan hasil penelitiannya mengenai sindrom perempuan teraniaya (*battered women's syndrome*).<sup>4</sup> Meskipun banyak dikritik, di antaranya oleh Mary Ann Dutton, teori Lenore Walker tentang dampak dan siklus kekerasan membuka pemahaman baru mengenai kondisi psikologis korban.

Hasil penelitian Walker ini bahkan diaplikasikan dalam bidang hukum, khususnya dijadikan sebagai

landasan untuk membela korban KDRT yang menjadi pelaku pembunuhan terhadap suaminya.<sup>5</sup> Salah satu kasus yang terkenal adalah Kiranjit Alwuhalia, seorang perempuan India yang akhirnya dibebaskan dari penjara di London. Pembunuhan yang dilakukannya dianggap sebagai dampak sindrom perempuan teraniaya.

Setelah Lenore Walker, tokoh psikologi yang kembali menggaungkan isu perempuan adalah Carol Gilligan. Ia mengkritik perkembangan moral menurut Lawrence Kohlberg, yang menempatkan perkembangan moral perempuan pada posisi yang lebih rendah dibandingkan laki-laki. Menurut Gilligan, perempuan memiliki tahap perkembangan moral tersendiri karena perempuan bertumbuh dengan pengalaman yang berbeda dibandingkan laki-laki.<sup>6</sup> Ia kemudian mengembangkan konsep etika kepedulian, yang berlawanan dengan etika keadilan milik laki-laki. Konsep ini kemudian membuat kaum feminis mulai berpikir untuk melihat kelebihan perempuan, menjadikannya sebuah keunikan, dan bukan malah menghilangkannya. Dampak teori

<sup>4</sup> Oleh Barnett, Ola W & LaViolette, Alyce. D. (1993). *It Could Happen to Anyone : Why Battered Women Stay*. USA : SAGE Publications.

<sup>5</sup> Oleh Geneva Brown, dalam *When The Bough Breaks : Traumatic Paralysis-An Affirmative Defense For Battered Mothers*.

<sup>6</sup> Dalam *In a Different Voice*, 1982.



Gilligan pada perkembangan teori hukum feminis juga sangat besar.

Bersamaan dengan bertumbuhnya gerakan feminis gelombang kedua pada tahun 1970an itu, psikologi mengembangkan sebuah terapi yang dinamakan terapi feminis (*feminist therapy*). Terapi ini dimulai di Iowa kemudian menyebar ke Oklahoma. Selanjutnya terapi ini digunakan untuk menangani kasus-kasus kekerasan domestik dan perkosaan, yang sebelumnya diabaikan dalam bidang kesehatan mental. Di tahun 1982, Institut Terapi Feminis didirikan dan tahun 1987 diciptakan kode etiknya yang kemudian diperbaharui pada tahun 1999.<sup>7</sup>

Terapi feminis sangat berbeda dengan psikoterapi lain dalam hal menggunakan konteks sosial yang lebih luas dalam melihat permasalahan individu. Terapi ini terbentuk atas dasar keyakinan bahwa masalah intrapsikis bukan bersumber dari klien itu sendiri tetapi justru dari luar diri klien seperti seksisme, diskriminasi, kekerasan, dan sebagainya. Jadi ada sistem yang lebih luas yang berkontribusi terhadap permasalahan yang dihadapi seseorang. Terapi ini juga membawa isu kekuasaan (*power*). Oleh karena itu, terapi ini berfokus pada perubahan

sosial, bukan sekedar perubahan individu.<sup>8</sup>

Namun perlu diingat bukan hanya perempuan yang membutuhkan terapi, tetapi juga laki-laki. Jika hanya kesejahteraan perempuan yang diperhatikan, maka pada akhirnya nanti hanya akan menimbulkan operasi dengan korban baru, yaitu laki-laki. Tambahan pula, dalam kehidupan di dunia ini yang jelas terisi oleh perempuan dan laki-laki, maka kesejahteraan perempuan pun dipengaruhi oleh interaksinya dengan laki-laki. Dengan demikian, dunia yang lebih baik hanya akan tercapai jika kesejahteraan laki-laki dan perempuan sama-sama diperhatikan.

Sementara itu, laki-laki bentukan budaya patriarki bukanlah laki-laki yang senang mendiskusikan masalah pribadinya dengan orang lain. Laki-laki juga diajarkan untuk tegar menghadapi masalahnya sendiri dan sedapat mungkin tidak mencari bantuan. Laki-laki dididik untuk tidak mengekspresikan kesedihan dan kecemasannya. Hal-hal seperti ini tentu menghambat laki-laki untuk menemui seorang konselor. Padahal laki-laki bukannya tanpa

<sup>7</sup> <http://austinfeministtherapist.com/history.html>

<sup>8</sup> Crawford, Mary & Unger, Rhoda. *Women and Gender : A Feminist Psychology*. 3rd ed. USA : McGraw-Hill Companies. 2000.



masalah. Sebagai contoh saja, dibesarkan dalam masyarakat yang menekankan perannya sebagai pencari nafkah, laki-laki yang tidak sukses berkarir akan rentan terkena stres.

Mengingat hal-hal di atas, terapi feminis pun dimodifikasi menjadi terapi sensitif gender (*Gender Sensitive/Gender Aware Therapy*). Terapi ini melihat masalah laki-laki dalam konteks gender. Terapi ini juga berbeda dengan terapi lain yang sesinya didominasi oleh 'bercerita', terapi ini lebih menekankan kepada sesi melakukan kegiatan. Hal ini dikarenakan interaksi laki-laki lebih bersifat *action based*, dan bukan *talk-based*.

Sampai saat ini, psikologi feminis terus berusaha memperjuangkan yang terbaik bagi kaum perempuan. Dalam perjuangan ini, kesejahteraan kaum laki-laki pun tidak diabaikan. Karena tujuannya bukan menukar korban opresi dari perempuan menjadi laki-laki, melainkan meniadakan opresi tersebut.

## 2. Bentuk Psikologi Feminis

Perlu diketahui bahwa dalam perkembangannya, psikologi feminis mengambil wujud dalam beberapa bentuk. Awalnya psikologi feminis hanya berusaha meneliti kehidupan dan pengalaman perempuan. Psikologi ini

kini dikenal dengan sebutan psikologi perempuan. Setelah itu psikologi beranjak lebih jauh untuk melihat perbedaan gender yang dihasilkan oleh konstruksi sosial. Psikologi ini tidak sekedar melihat kehidupan perempuan melainkan bagaimana sistem gender telah membuat perempuan mengalami kehidupan yang seperti itu. Psikologi ini kemudian dikenal dengan sebutan psikologi gender.

Tidak cukup dengan mempelajari perempuan dan perbedaan gender saja, sekelompok psikolog mulai mempelajari bagaimana psikologi dapat diciptakan ulang dengan menjalin keterkaitan dengan prinsip-prinsip dan praktik-praktik feminis. Cabang psikologi inilah yang mendapatkan label spesifik sebagai psikologi feminis. Belakangan berkembang pula psikologi kritis feminis (*feminist critical psychology*) yang mempelajari bagaimana pembentukan psikologi itu sendiri sebagai sebuah ilmu telah mengkonstruksi perempuan seperti yang saat ini ditampilkan dalam psikologi.

Meskipun hanya satu di antara cabang-cabang psikologi ini yang secara langsung dinamakan sebagai psikologi feminis, namun semua cabang ini sebenarnya digolongkan sebagai psikologi feminis.