

Suara Tanpa Label: Melawan Kekerasan Verbal Berbasis Gender

Maziyyatul Maula¹, Diah Ayu Pupita², Azizul Ikmal Aldianto³, Rafi Amanda Abrian Syahputra⁴

Universitas Negeri Surabaya^{1,2,3,4}

maziyyatul.23067@mhs.unesa.ac.id¹, 25041184003@mhs.unesa.ac.id²,
24041184209@mhs.unesa.ac.id³, 24041184202@mhs.unesa.ac.id⁴

Artikel diserahkan pada: 10-11-2025; direvisi pada: 20-11-2025; diterima pada: 05-12-2025.

ABSTRAK: Kekerasan verbal berbasis gender masih menjadi bentuk kekerasan simbolik yang sering diabaikan di lingkungan sosial generasi muda. Meski kesadaran akan kesetaraan gender semakin meningkat, ucapan serta stereotip seksis terhadap perempuan masih sering dianggap sebagai hal normal dalam bagian komunikasi sehari-hari. Penelitian ini berangkat dari urgensi untuk memahami bagaimana kekerasan verbal terbentuk dan dinormalisasi di kalangan mahasiswa, serta bagaimana perempuan meresponsnya. Dengan menggunakan metode kualitatif melalui wawancara mendalam, studi ini mengeksplorasi pengalaman tiga perempuan Generasi Z yang pernah menjadi korban kekerasan verbal di ranah publik, digital, dan pendidikan. Analisis dilakukan dengan teori interaksi simbolik dan fenomenologi kritis untuk mengartikan makna sosial di balik pengalaman-pengalaman tersebut. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kekerasan verbal tidak hanya berdampak pada psikologis korban, tetapi juga memperkuat struktur patriarki. Namun, berbagai bentuk perlawanan muncul melalui keberanian untuk bersuara dan upaya pemberdayaan diri yang menegaskan pentingnya gerakan "Suara Tanpa Label" sebagai upaya membangun budaya komunikasi yang setara dan bebas dari kekerasan simbolik.

Kata Kunci: Kekerasan verbal, Gender, Pemberdayaan, Generasi Z

PENDAHULUAN

Bahasa merupakan alat komunikasi yang tidak hanya berfungsi untuk menyampaikan pesan, tetapi juga mencerminkan relasi sosial, struktur kekuasaan, dan nilai

budaya masyarakat. Menurut adolf hualai 2017: 7 dan gorys keraf, 1994:3) Melalui bahasa, manusia membangun identitas sosial, menegaskan kedudukan, serta membentuk pandangan terhadap

diri dan orang lain. Namun, di sisi lain, bahasa juga dapat berfungsi sebagai alat dominasi dan penindasan. Dalam konteks relasi gender, penggunaan bahasa yang merendahkan, mengejek, atau melabeli perempuan menjadi bentuk kekerasan simbolik yang sering kali tidak disadari. Salah satu manifestasi dari penyalahgunaan bahasa tersebut adalah kekerasan verbal, yaitu penggunaan kata-kata atau ungkapan yang menimbulkan luka psikologis, rasa takut, dan penurunan harga diri pada pihak yang menjadi sasaran. Kekerasan verbal sering dianggap ringan karena tidak meninggalkan bekas fisik, padahal dampaknya terhadap kesejahteraan mental dan sosial individu sangat mendalam. Kekerasan verbal semacam ini dapat ditemukan dalam percakapan sehari-hari di lingkungan sosial, termasuk di kampus, tempat kerja, maupun ruang publik. Bentuknya beragam, mulai dari ejekan seperti “baperan”, “lebay”, “murahan”,

hingga “cewek nggak tahu diri” yang menstigma perempuan sebagai pihak emosional, lemah, dan inferior. Kekerasan verbal berbasis gender bukanlah fenomena baru, namun kini semakin mengkhawatirkan karena menjadi bagian dari budaya komunikasi yang dinormalisasi. Berdasarkan data Komnas Perempuan dan mitra CATAHU (2024), bentuk kekerasan yang paling banyak dilaporkan meliputi kekerasan seksual (26,94%), kekerasan psikis (26,94%), kekerasan fisik (26,78%), dan kekerasan ekonomi (9,84%). Sementara itu, laporan Komnas Perempuan juga menunjukkan bahwa kekerasan psikis masih mendominasi dengan jumlah 3.660 kasus, diikuti kekerasan seksual 3.166 kasus, kekerasan fisik 2.418 kasus, dan kekerasan ekonomi 966 kasus. Kekerasan psikis dan verbal digolongkan sebagai tindakan nonfisik yang bertujuan untuk merendahkan, menghina, atau menakut-nakuti seseorang

sehingga menyebabkan penderitaan psikologis seperti hilangnya rasa percaya diri, ketakutan, dan tekanan emosional. Bentuknya mencakup intimidasi verbal, penghinaan, ancaman, manipulasi, kontrol, hingga gaslighting. Laporan Komnas Perempuan (2023) juga memperlihatkan peningkatan kasus kekerasan berbasis gender sebesar 14 persen dalam dua tahun terakhir, dan 35,7 persen diantaranya merupakan kekerasan psikis dan verbal. Laporan GoodStats (2024) menegaskan bahwa dari 30.579 kasus kekerasan berbasis gender di Indonesia sepanjang tahun 2023–2024, sekitar 26,9 persen korbannya berasal dari kalangan pelajar dan mahasiswa. Fakta ini menunjukkan bahwa generasi Z, yang dikenal adaptif dan berpendidikan tinggi, masih terjebak dalam praktik komunikasi yang diskriminatif dan tidak setara. Menurut teori nurture, perbedaan peran antara laki-laki dan perempuan merupakan hasil

konstruksi budaya dan masyarakat yang menempatkan laki-laki sebagai pihak dominan (Indriane et al., 2020). Hal ini melahirkan sistem patriarki yang menormalisasi dominasi laki-laki dan menempatkan perempuan sebagai pihak subordinat. Dalam pandangan kritis feminisme, hal tersebut termasuk bentuk ketidakadilan gender yang berimplikasi pada perlakuan tidak setara terhadap perempuan (Maisun et al., 2021). Fenomena ini memperlihatkan bahwa kekerasan verbal terhadap perempuan tidak hanya bersumber dari struktur sosial, tetapi juga dari budaya populer yang menormalkan ujaran seksis sebagai bentuk humor atau ekspresi spontan. Mahasiswa sebagai kelompok intelektual sekaligus bagian dari generasi Z tidak luput dari fenomena ini. Sikap menertawakan atau meremehkan perempuan melalui bahasa menunjukkan masih kuatnya pengaruh budaya patriarki dalam pola komunikasi generasi muda.

Rendahnya literasi gender dan kurangnya pendidikan kesetaraan memperparah keadaan ini. Akibatnya, kekerasan verbal sering dianggap wajar, tidak menimbulkan konsekuensi moral, dan bahkan diterima sebagai bagian dari dinamika sosial. Dalam lingkungan mahasiswa, kekerasan verbal tidak hanya merusak relasi sosial, tetapi juga berdampak pada kepercayaan diri, kesehatan mental, dan partisipasi perempuan di ruang publik akademik. Meskipun berbagai studi telah meneliti kekerasan berbasis gender, sebagian besar masih berfokus pada kekerasan fisik dan seksual. Kekerasan verbal sebagai bentuk kekerasan simbolik belum banyak dikaji secara mendalam, terutama dalam konteks kehidupan mahasiswa. Oleh karena itu, penelitian ini menjadi penting untuk menjawab pertanyaan: mengapa kekerasan verbal berbasis gender perlu dipahami sebagai bentuk kekerasan serius yang berdampak pada kesejahteraan

psikologis dan sosial generasi muda, dan bagaimana kekerasan verbal ini terbentuk, direproduksi, serta dinormalisasi dalam interaksi sosial mahasiswa. Untuk menjawab pertanyaan tersebut, penelitian ini menggunakan teori interaksi simbolik (Mead & Blumer) untuk menelusuri bagaimana simbol bahasa membentuk makna negatif terhadap perempuan, serta pendekatan fenomenologi kritis untuk mengungkap pengalaman perempuan sebagai korban kekerasan verbal dalam struktur sosial yang menindas (Weiss et al., n.d.). Berdasarkan kerangka tersebut, penelitian ini mengusulkan gerakan “Suara Tanpa Label” sebagai strategi kultural dan akademik untuk menantang praktik kekerasan verbal berbasis gender. Gerakan ini berfokus pada dua pendekatan utama: empowerment (pemberdayaan perempuan untuk membangun narasi positif tentang dirinya) dan resistance (perlawan terhadap ujaran seksis melalui pendidikan kritis dan kampanye

kesadaran). Diharapkan penelitian ini dapat memberikan kontribusi teoretis bagi pengembangan kajian komunikasi dan gender, serta kontribusi praktis dalam membangun budaya komunikasi yang setara, inklusif, dan bebas dari kekerasan simbolik di kalangan generasi muda

METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian Kualitatif. Metode ini dipilih untuk menghasilkan data deskriptif, dimana data diperoleh melalui pengamatan perilaku komunikasi dan narasi pengalaman informan (Bogdan & Biklen 1982). Dengan demikian, pendekatan ini mampu membedah kondisi objek penelitian dalam situasi alamiah. Penelitian ini melibatkan tiga informan perempuan Generasi Z berusia 16–20 tahun yang dipilih secara purposif karena memiliki pengalaman langsung terkait kekerasan verbal berbasis gender. Ketiganya berasal dari latar belakang berbeda seorang barista, mahasiswi, dan siswi SMK sehingga memberikan gambaran yang beragam

mengenai bagaimana kekerasan verbal dialami dan dimaknai oleh generasi muda. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam, observasi nonpartisipan, serta dokumentasi digital berupa unggahan dan komentar di media sosial yang relevan dengan pengalaman informan. Melalui teknik ini, peneliti menelusuri bagaimana bentuk kekerasan verbal muncul dalam interaksi sehari -hari dan bagaimana para informan meresponsnya, baik melalui keberanian berkonfrontasi, perlawanan terselubung, maupun pembuktian diri melalui prestasi. Seluruh data dianalisis menggunakan model Miles & Huberman, yang meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Tahapan ini membantu peneliti memahami bagaimana realitas kekerasan verbal terbentuk, dinormalisasi, dan dilawan dalam budaya komunikasi generasi muda. Dengan demikian, metodologi ini mendukung tujuan penelitian untuk menafsirkan pengalaman dan strategi perlawanan simbolik dalam kerangka “Suara Tanpa Label.” Adapun proses pengambilan data lapangan

berlangsung selama satu bulan, terhitung sejak oktober 2025.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini menghasilkan beberapa temuan yang berkaitan dengan tema Suara Tanpa Label: Melawan Kekerasan Verbal Berbasis Gender. Dalam menguraikan hasil penelitian ini, peneliti mengawali dengan menyajikan profil ringkas masing -masing partisipan dan tema utama yang muncul dalam analisis data.

“cantik, sini dong” dan “mau ke mana kok sendirian?” disertai siulan dan tawa bernada menggoda. Awalnya ia hanya mempercepat laju motornya dan berpura - pura tidak mendengar, namun ketika salah satu dari mereka berteriak “cuek banget sih, sombong amat”, ia berhenti. Dadanya berdebar, tapi kali ini bukan karena takut tapi karena marah. Ia menoleh dan dengan suara lantang berkata, “Saya disini lewat saja, bukan cari perhatian dari kalian. Kalau nggak bisa hormat sama orang, lebih baik diam!” Seketika suasana menjadi hening. Para pelaku hanya tertawa kecil, tetapi tidak ada lagi yang bersuara. barista itu lalu pergi dengan perasaan lega. Ia tahu, mungkin suaranya tidak mengubah dunia, tapi setidaknya hari itu ia mengubah pandangan mereka bahwa tidak semua perempuan akan diam ketika direndahkan. “Aku udah capek ‘catcalling’ dan ditatap

Tabel 1. Hasil Wawancara

Responden	Deskripsi
Responden 1 (KL, Perempuan 19th, Barista)	Bekerja sebagai barista. Ia menceritakan pengalaman ketika menjadi korban kekerasan verbal di ruang publik. Setiap pulang kerja, ia menaiki motor melewati jalan kecil yang agak sepi. di pertigaan jalan tersebut, sekelompok laki -laki yang sedang nongkrong mulai memanggilnya dengan sapaan seperti

	<p>dengan pandangan yang ngerendahin. Aku ngomong bukan karena tersinggung, tapi karena aku berhak dihormati. Aku cuma pengin mereka tahu kalau perempuan juga bisa bersuara, dan punya harga diri" Pengalaman itu menjadi titik balik baginya. Sejak saat itu, ia mulai berani menegur rekan atau pelanggan yang menggunakan bahasa merendahkan perempuan. Ia juga sering membagikan pengalamannya kepada teman kerja dan bahkan sharing di sosial media pribadinya agar mereka tahu bahwa bersuara bukanlah kesalahan.</p>	
Responden 2 (EF, Perempuan 20th, Mahasiswi)	<p>Seorang Mahasiswi yang aktif sebagai host dalam kegiatan live streaming kampusnya. Ia dikenal memiliki pembawaan lembut dan menarik, namun justru hal itu menjadi sumber serangan dari seorang laki -laki yang menuduhnya tidak memiliki kemampuan akademik. Komentar</p>	<p>seperti "kamu cuma modal cantik nggak ada nilai akademisnya" terus ditujukan kepadanya di media sosial dengan dalih "kritik". Namun, alih -alih membalas dengan amarah, ia memilih bersikap tenang. Ia menanggapi dengan sopan, kemudian berhenti menanggapi sama sekali. Ia sadar, perdebatan hanya akan memberi ruang bagi pelaku untuk terus menyerang. Sebaliknya, ia memilih fokus membuktikan diri. Ia terus mengembangkan kemampuan berbicara, memperluas relasi profesional, dan menunjukkan bahwa kecerdasan tidak mengenal jenis kelamin. "Aku tahu aku nggak bisa ngatur omongan orang, tapi aku bisa ngatur apa yang aku lakukan. Dan yang aku pilih bukan membalas, tapi terus belajar dan berkembang." Sikapnya menggambarkan bentuk perlawanan tersembunyi (hidden</p>

	<p>resistance) sebagaimana dijelaskan James C. Scott. Ia melawan tanpa konfrontasi, tetapi melalui pembuktian dan pencapaian nyata. Dalam kerangka Muted Group Theory, tindakan ini menunjukkan upaya perempuan untuk berbicara dalam "bahasa alternatif" bukan melalui perdebatan yang maskulin, melainkan melalui tindakan yang membungkam kritik itu sendiri</p>	<p>pada prestasi, dan membuktikan bahwa dirinya pantas berada di posisi itu, karena dia sadar dia terpilih karena dia mampu. Alih-alih tenggelam dalam rasa sedih, ia menjadikan hinaan itu sebagai motivasi. Ia semakin aktif mengikuti lomba, mengisi acara motivasi, dan menjadi panutan bagi adik-adik kelasnya. "Awalnya aku sakit hati atas omongan mereka, tapi kemudian aku jadikan itu motivasi, karena aku sadar nggak semua orang bisa suka sama kita. Tapi selama aku tahu niatku baik, aku nggak mau berhenti hanya karena omongan mereka." Perilaku narasumber ini mencerminkan perlawanan yang lembut namun tegas. Ia tidak melawan dengan katakata, melainkan dengan kerja keras dan keberhasilan. Dalam perspektif kekerasan simbolik (Pierre Bourdieu), tindakan narasumber mengubah posisi subordinatnya</p>
Responden 3 (DA, Perempuan 16th, Siswi)	<p>Seorang Siswi SMK yang merupakan duta di sekolahnya. Ia dikenal sebagai pribadi terbuka dan mengayomi adik kelasnya, namun justru mendapat ujaran merendahkan dari sebagian kakak kelasnya. Komentar seperti "masa orang kayak gitu jadi duta?", "ah jadi duta doang mah aku juga bisa", dan "emangnya dia bisa apa?" sering ia dengar. Meski demikian, ia tidak pernah menanggapi. Ia memilih diam, fokus</p>	

	menjadi simbol kekuatan, bahwa perempuan mampu merebut makna dari tangan mereka yang berusaha merendahkan.
--	--

Tabel 1 (wawancara informan)

Bentuk-Bentuk Kekerasan Verbal

Berbasis Gender

Kekerasan verbal berbasis gender merupakan bentuk kekerasan nonfisik yang menargetkan individu berdasarkan jenis kelaminnya, dengan menggunakan kata-kata atau ungkapan yang merendahkan, melecehkan, atau menimbulkan ketidaknyamanan psikologis. Meskipun tidak menimbulkan luka fisik, dampaknya terhadap mental dan harga diri korban sangat signifikan. Dalam konteks sosial masyarakat patriarkal, kekerasan verbal sering kali dinormalisasi dan dibungkus dengan dalih candaan, kritik, atau interaksi biasa. Berdasarkan hasil wawancara, bentuk pertama dari kekerasan verbal yang muncul adalah catcalling atau pelecehan verbal di ruang publik. Hal ini dialami oleh responden pertama, seorang barista berusia 21 tahun. Ia kerap mendapat

panggilan menggoda seperti “cantik, sini dong” dan “mau ke mana kok sendirian?” saat melewati jalan sepi sepuang kerja. Pelecehan semacam ini menciptakan rasa tidak aman dan menempatkan perempuan sebagai objek pandangan laki-laki. Namun, berbeda dari kebanyakan korban yang memilih diam, responden ini menunjukkan keberanian dengan menegur para pelaku secara langsung. Tindakannya menjadi bentuk perlawanan terbuka terhadap budaya yang menormalisasi pelecehan verbal terhadap perempuan di ruang publik. Bentuk kedua adalah pelecehan verbal di ruang digital, sebagaimana dialami oleh responden kedua, seorang mahasiswa berusia 20 tahun. Ia menerima komentar seksis di media sosial yang merendahkan kemampuan intelektualnya, seperti “kamu cuma modal cantik, nggak ada nilai akademisnya.” Komentar semacam ini menunjukkan bagaimana media digital menjadi ruang baru bagi kekerasan simbolik yang membatasi perempuan pada penampilan fisik semata. Responden menanggapinya bukan

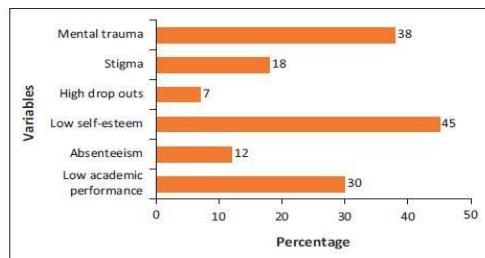
dengan kemarahan, melainkan melalui hidden resistance iia memilih membuktikan kemampuannya lewat prestasi akademik dan profesional, menunjukkan bahwa kecerdasan tidak mengenal jenis kelamin. Bentuk ketiga muncul dalam konteks lingkungan pendidikan, seperti yang dialami responden ketiga, seorang siswi SMK berusia 16 tahun. Ia mendapatkan ujaran merendahkan dari teman sebayanya, seperti "masa orang kayak gitu jadi duta?" dan "emangnya dia bisa apa?" Komentar tersebut tidak hanya menjatuhkan harga diri, tetapi juga menolak pengakuan atas prestasinya. Namun, ia memilih menghadapi hal itu dengan tenang dan menjadikannya motivasi untuk terus berprestasi. Dengan demikian, ia mengubah pengalaman kekerasan verbal menjadi energi positif untuk membuktikan kemampuan diri. Dari ketiga bentuk tersebut, tampak bahwa kekerasan verbal berbasis gender di kalangan generasi muda tidak hanya terjadi di ruang privat, tetapi juga di ruang publik dan digital. Setiap bentuk kekerasan memiliki karakteristik tersendiri,

namun semuanya berakar pada struktur sosial patriarkal yang menormalisasi ujaran diskriminatif terhadap perempuan. Meski demikian, para responden menunjukkan bahwa perempuan memiliki kemampuan untuk melawan, baik secara terbuka maupun melalui pencapaian nyata. Tindakan-tindakan tersebut menjadi simbol pergeseran makna kekuasaan dari yang membungkam menjadi yang bersuara, sekaligus langkah kecil menuju budaya komunikasi yang lebih setara dan berkeadilan gender.

Dampak Psikologi dan Sosial

Kekerasan verbal memiliki dampak yang lebih buruk daripada kekerasan fisik karena merupakan bentuk kekerasan psikologis. Kekerasan jenis ini menyerang emosional serta mental anak. Dalam konsep yang lebih luas, kekerasan verbal bahkan bisa dikatakan juga sebagai penganiayaan terhadap anak-anak. Selanjutnya, penganiayaan ini merusak perkembangan diri dan kompetensi sosial anak, serta pola psikis nya (Noh & Talaat 2012 dalam Cahyo et al., 2020). Dengan sanksi sosial yang lebih besar dan larangan

hukum untuk memukul anak, orang tua mungkin lebih sering menggunakan kritik atau induksi rasa bersalah untuk mengontrol atau menghukum anak mereka (Ney, 1987 dalam Cahyo et al., 2020). Berdasarkan wawancara, sebagian besar responden mengaku mengalami dampak psikologis berupa rasa malu, kehilangan kepercayaan diri, dan kecemasan ketika menerima komentar verba yang merendahkan pengalaman tersebut juga mempengaruhi motivasi belajar dan partisipasi mereka di lingkungan kampus. Hal ini memperkuat dengan data penelitian lapangan yang menunjukkan bahwa kekerasan berbasis gender berdampak langsung terhadap kesejahteraan mahasiswa. Seperti yang ditunjukkan pada gambar dibawah ini.



Source: Field data.
FIGURE 3: Effects of gender-based violence on students' well-being.

Gambar 1.Data Dampak Kekerasan Verbal terhadap Mahasiswa

Data tersebut memperkirakan bahwa menimbulkan luka emosional, tetapi juga mengganggu produktivitas dan keberlanjutan pendidikan mahasiswa.

Proses Normalisasi dan Reproduksi
Makna Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Froja Storm-Mathisen(2025) dimana ia menemukan bahwa kekerasan verbal terhadap perempuan di kalangan mahasiswa tidak berdiri sebagai tindakan individual semata, tetapi merupakan bagian dari proses sosial yang lebih luas. Kekerasan verbal sering dinormalisasi melalui interaksi sehari-hari dan percakapan santai yang tampak tidak berbahaya, seperti candaan terhadap tubuh, ejekan emosional, atau stereotip gender. Mahasiswa laki-laki dan perempuan sama-sama terlibat dalam proses ini, baik sebagai pelaku, penonton, maupun penerima, sehingga perilaku diskriminatif ini terus berulang dan dianggap wajar. Temuan ini memperkuat konsep kekerasan simbolik Bourdieu bahwa dominasi bekerja secara halus melalui bahasa yang diterima tanpa disadari, di mana

kekuasaan dan dominasi beroperasi melalui bahasa dan simbol yang diterima tanpa disadari oleh masyarakat. Penelitian Eugenia Prasmadena Tapianauli Rahayu Pitaloka dan Addin Kurnia Putri (2021) menemukan bahwa bentuk pelecehan verbal seperti catcalling sering dianggap sebagai ekspresi sosial biasa atau humor, padahal sejatinya merupakan tindakan pelecehan yang meneguhkan ketimpangan relasi gender. Fenomena serupa juga muncul dalam hasil penelitian ini, di mana ujaran seksis seperti “baperan”, “lebay”, dan “murahan” kerap disampaikan dengan nada bercanda dan tidak dianggap serius, sehingga kekerasan verbal menjadi tidak terlihat dan terus direproduksi dalam percakapan sehari-hari. Lebih lanjut, konsep normalisasi naratif kekerasan yang diperkenalkan oleh Delaney (2021) memperluas pemahaman tentang bagaimana kekerasan, termasuk kekerasan verbal, dipertahankan melalui cerita dan narasi sosial. Dalam konteks budaya jalanan, Delaney menemukan bahwa kekerasan

sering dijustifikasi dan dinormalisasi melalui kisah-kisah yang diceritakan ulang sebagai bagian dari identitas kelompok. Pola yang serupa juga dapat ditemukan dalam kehidupan sosial mahasiswa, di mana cerita, candaan, dan narasi sehari-hari berperan dalam menanamkan nilai-nilai yang menoleransi kekerasan verbal terhadap perempuan. Ketika seseorang membenarkan ejekan atau pelecehan verbal sebagai “bahan lelucon” dan kisah itu diterima oleh lingkungan sosialnya, maka terjadilah proses transmisi budaya kekerasan yang halus namun terus-menerus. Dengan demikian, proses normalisasi kekerasan verbal tidak hanya terjadi melalui tindakan langsung, tetapi juga melalui mekanisme naratif dan simbolik yang mereproduksi makna dan memperkuat hierarki gender. Dalam perspektif fenomenologi kritis, hal ini menunjukkan bahwa bahasa dan narasi berfungsi sebagai sarana dominasi yang mengatur pengalaman perempuan serta membentuk persepsi kolektif tentang apa yang dianggap “normal” dalam komunikasi. Oleh karena itu,

dekonstruksi terhadap narasi dan makna tersebut menjadi langkah penting dalam membongkar struktur sosial yang menindas dan membangun budaya komunikasi yang lebih adil dan setara.

Upaya Perlawan dan Pemberdayaan

Upaya pemberdayaan menjadi aspek penting dalam menanggulangi kekerasan verbal berbasis gender yang masih marak di lingkungan generasi muda. Kekerasan verbal tidak hanya membutuhkan penanganan dari sisi hukum, tetapi juga perubahan kultural dan kesadaran sosial agar praktik ujaran merendahkan terhadap perempuan tidak lagi dianggap wajar. Pemberdayaan dalam konteks ini berarti mengembalikan suara perempuan yang selama ini dibungkam oleh sistem bahasa patriarkal, sekaligus membangun kesadaran kolektif untuk menciptakan ruang komunikasi yang setara dan aman bagi semua pihak. Berdasarkan hasil wawancara, setiap responden menunjukkan bentuk upaya pemberdayaan yang berbeda sesuai dengan pengalaman dan konteks sosialnya. Responden pertama,

seorang barista, menunjukkan bentuk pemberdayaan diri melalui keberanian untuk bersuara secara langsung di ruang publik. Tindakannya menegur pelaku catcalling menjadi simbol empowerment, karena ia tidak lagi menempatkan diri sebagai korban pasif, melainkan sebagai subjek yang berani menolak pelecehan. Lebih dari itu, ia membagikan pengalamannya di media sosial untuk menginspirasi perempuan lain agar berani bersuara dan melawan kekerasan verbal. Langkah ini menggambarkan pergeseran dari ketakutan menuju kesadaran kolektif, bahwa suara perempuan memiliki kekuatan untuk mematahkan budaya diam (culture of silence). Responden kedua menunjukkan bentuk pemberdayaan yang lebih strategis melalui peningkatan kapasitas dan pembuktian diri. Ia memilih tidak melawan dengan emosi, tetapi membangun perlawan simbolik melalui prestasi akademik dan profesional. Pendekatan ini termasuk dalam kategori hidden empowerment, di mana perempuan memperkuat posisi dan martabatnya melalui

penguasaan pengetahuan dan muda, pemberdayaan dapat kompetensi. Dengan cara ini, ia menolak standar patriarkal yang hanya menilai perempuan dari penampilan dan membuktikan bahwa kecerdasan adalah kekuatan yang mampu menumbangkan stereotip. Sementara itu, responden ketiga menerapkan bentuk pemberdayaan melalui keteladanan dan inspirasi. Setelah menjadi korban ujaran merendahkan, ia tidak membalas dengan kemarahan, melainkan menjadikan hinaan tersebut sebagai motivasi untuk terus berprestasi. Sikapnya menjadi bentuk empowerment through example ia menunjukkan bahwa keberhasilan adalah bentuk perlawanan paling efektif terhadap kekerasan verbal. Dengan menjadi panutan bagi teman dan adik kelasnya, ia berkontribusi pada terbentuknya lingkungan yang lebih supportif terhadap perempuan. Dari ketiga pengalaman tersebut dapat disimpulkan bahwa pemberdayaan perempuan dalam menghadapi kekerasan verbal berbasis gender tidak selalu hadir dalam bentuk konfrontasi langsung. Dalam konteks generasi

diwujudkan melalui tiga pendekatan utama: keberanian untuk bersuara (voice and advocacy), peningkatan kapasitas diri (self-development and education), serta keteladanan sosial (role-modeling). Ketiga pendekatan ini sejalan dengan semangat gerakan "Suara Tanpa Label", yaitu gerakan yang menekankan pentingnya ruang aman, narasi positif, dan solidaritas perempuan dalam menghadapi ujaran diskriminatif. Dengan demikian, pemberdayaan bukan sekadar reaksi terhadap kekerasan verbal, tetapi juga strategi jangka panjang untuk membangun kesadaran sosial baru. Melalui pendidikan, dialog kritis, dan dukungan antarperempuan, diharapkan tercipta budaya komunikasi yang lebih adil dan menghormati martabat manusia tanpa memandang jenis kelamin.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa kekerasan verbal berbasis gender merupakan bentuk kekerasan simbolik yang kerap dianggap sepele, namun

berdampak serius terhadap kondisi psikologis dan sosial perempuan. Di kalangan mahasiswa, ucapan dan stereotip seksis sering dinormalisasi dalam bagian dari komunikasi, sehingga memperkuat budaya dominasi laki-laki yang menempatkan perempuan pada posisi yang lebih rendah. Meskipun demikian, temuan penelitian ini membuktikan bahwa perempuan memiliki kemampuan untuk melawan melalui keberanian bersuara, pembuktian diri, dan keteladanan sosial yang mencerminkan proses pemberdayaan. Melalui gerakan "Suara Tanpa Label", penelitian ini menegaskan pentingnya membangun ruang komunikasi yang nyaman, terbuka, dan adil, serta mendorong pendidikan kritis agar kesadaran gender dapat tumbuh sebagai aksi nyata. Penelitian ini memperluas penggunaan konsep kekerasan simbolik Bourdieu dalam cara berkomunikasi gen Z. Temuan tentang bagaimana ujaran seksis menjadi hal yang dianggap wajar di ruang publik, digital, maupun pendidikan menunjukkan bahwa kekerasan ini terjadi secara halus lewat bahasa sehari-hari. Hasil ini sejalan dengan laporan Komnas Perempuan (2024) dan penelitian sebelumnya tentang kekerasan psikis pada remaja dan mahasiswa. Karena itu, studi ini menegaskan bahwa teori kekerasan simbolik masih berguna untuk memahami relasi kuasa dalam komunikasi anak muda saat ini. Secara praktis, hasil penelitian ini menegaskan perlunya pendidikan komunikasi yang lebih peka gender di kampus. Temuan tentang masih kuatnya stereotip dan ujaran merendahkan perempuan menunjukkan perlunya kampus mengembangkan program literasi gender, pelatihan komunikasi beretika, dan ruang pelaporan yang aman. Upaya tersebut selaras dengan arahan SIMFONIPPA yang menegaskan bahwa pendidikan merupakan langkah pencegahan utama terhadap kekerasan berbasis gender di lingkungan pelajar dan mahasiswa. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat fokus kepada digital dan media sosial untuk memahami pola dan bentuk baru kekerasan verbal di era teknologi yang semakin cepat.

Terima kasih kepada para narasumber dan semua pihak kampus yang telah mendukung proses penelitian ini sehingga dapat diselesaikan dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Ayu, S. D., & Pratama, A. M. (2025, Mei). Jeritan hati buruh wanita yang jadi korban kekerasan verbal di tempat kerja. *Kompas.com*.
[<https://share.google/1C3MZI8YU81ZiBA7R>]
- Fraser, G. L. (2021). Symbolic violence and linguistic domination: Examining Bourdieu's theory in contemporary gender relations. *Communication Theory*, 31(3), 403–421.
[<https://doi.org/10.1093/ct/ctz024>]
- Jumlah Kasus Kekerasan Berbasis Gender Online Naik. (2024, Juni). *Tempo.co*.
[<https://www.tempo.co/hukum/jumlah-kasus-kekerasan-berbasisgender-online-naik--52168>]
- Kim, S., & Park, J. (2020). Online misogyny and digital aggression toward young women: Patterns, impacts, and implications. *Computers in Human Behavior*, 113, 106495.
[<https://doi.org/10.1016/j.chb.2020.106495>]
- Marques, A. C., & Silva, D. (2023). Muted voices: Applying Muted Group Theory to analyze gendered verbal oppression in youth interactions. *Journal of Communication Inquiry*, 47(2), 134–150.
[<https://doi.org/10.1177/019699221087565>]
- Mathisen, F. S. (2024). Kekerasan adalah hal yang sepenuhnya normal: Mengelola kekerasan melalui normalisasi naratif. *The British Journal of Criminology*, 65(1), 37– 53.
[<https://doi.org/10.1093/bjc/aae030>]
- Rachmawati. (2021). Cerita korban kekerasan online: Konten seksual disebar, dicekik hingga mencoba bunuh diri. *Kompas.com*.
[<https://www.kompas.com>]
- SIMFONI-PPA. (n.d.). Ringkasan data kekerasan berbasis gender di Indonesia. KemenPPA.
[<https://kekerasan.kemenppa.go.id/ringkasan>]
- Sintha, J. M., & Pertiwi, Y. W. (2025). Kekerasan verbal terhadap istri di dalam rumah tangga. *Jurnal Kajian Ilmiah*, 25(1). (PDF)
- cahyo, e. d., Ikashaum, F., & Pratama, Y. P. (2020). KEKERASAN VERBAL (VERBAL ABUSE) DAN PENDIDIKAN KARAKTER. *Jurnal Elementaria*

Edukasia, 3.
<https://d1wqxts1xle7.cloudfront.net/117647755/1961-libre.pdf?1724403682=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DKekeasan+Verbal+Verbal+Abuse+Dan+Pendid.pdf&Expires=1763651771&Signature=K6PMRZ5dkjY7NRjFE3Xh4vb5hluU64CYnvvFuAEkuv6U~gqqa2mv2aB>