

Trauma jadi mangsa sepak terajang

Pantang buka mulut tuntutan



FOKUS

>>Oleh Siti Zarinah Sahib
sitzarinah@hmetro.com.my

"SAYA pernah ditampar, ditumbuk dan ditendang sehingga lebam seluruh badan. Malah tanpa belas kasihan suami menarik rambut dan menghantuk ke dinding sehingga luka parah di kepala. Peliknya selepas diperlakukan sedemikian saya masih kembali kepada suami seperti tiada apa yang berlaku," luah Norita, 39 (bukan nama sebenar).

Kemuncak penderitaan wanita ini apabila dia cuba melarikan diri ketika suami yang dikenali sebagai Azman (bukan nama sebenar) sedang tidur, namun gagal apabila Azman mengetahui rancangannya. Lalu dia memukul Norita tanpa belas kasihan walaupun cuba dihalang anak-anak yang ketika itu berusia belasan tahun.



"Ketika itu memang suami mencari saya, namun saya berazam tidak akan kembali kepadanya sehinggalah kami berpisah menerusi perintah mahkamah"

> Norita



Pernah dia cuba meminta cerai, namun sepak terajang diterima. Sejak itu, dia menjadi takut kerana Azman pernah berkata walau apa yang terjadi dia tidak akan melepaskan Norita.

"Bukan saya tidak pernah meminta cerai, tetapi sebaik melafazkannya pasti tamparan hebat singgah di pipi. Ini menyebabkan saya langsung tawar hati kepada suami. Hidup saya menderita diperlakukan sebegini tambahan pula apabila mendapati suami ada perempuan lain," katanya.

Norita berkata mengetahui sifat panas baran suami sebelum berkahwin lagi. Pernah suatu ketika dia disimbah air panas hanya semata-mata minum bersama teman sekerja. Malah, herdikan dan tamparan sering diterima ketika di tempat awam. Walaupun diperlakukan sebegini, Norita langsung tidak terfikir meninggalkan Azman. Disebabkan cinta, walaupun mendapat tentangan keluarga dia tetap meneruskan perkahwinan.

"Sejak kali pertama bertemu, ayah tidak menyukainya dan meminta saya mencari lelaki lain.

cerai, Norita pasti dibelasah suami panas baran dan jadi hamba dadah

Mungkin ayah mengetahui perangai buruknya yang kaki pukul dan panas baran. Namun saya berasa dia boleh berubah, saya tetap berdegil mahu meneruskannya. Kesannya selepas mengandung anak pertama, suami mula buat perangai dan bermain cinta dengan wanita lain. Lebih membuatkan saya tertekan apabila dia langsung tidak memberi nafkah zahir sedangkan saya tidak bekerja dan memerlukan duit untuk perbelanjaan keluarga. "Keadaan ini berlarutan sehingga saya terpaksa meminta duit daripada keluarga. Namun, setakat mana mereka mampu menolong kerana mereka bukanlah orang senang. Ayah pula bertekad tidak mahu membantu melainkan saya berpisah dengan suami. Saya cuba meminta bantuan keluarga mentua, namun saya

pula disalahkan. Oleh kerana tidak mampu menjaga anak, saya terpaksa menyerahkan anak pertama kepada orang lain. Siapa yang tidak kecewa melepaskan anak sendiri, namun saya terpaksa demi masa depan anak," ujarnya. Norita mengakui dia mempunyai sifat semula jadi lembut dan mudah memaafkan suami. Buktinya, walaupun didera fizikal dan mental dia tidak pernah melawan, malah melayan suami seperti biasa dengan harapan suami dapat berubah. Keadaan ini berlarutan sehingga dia memperoleh anak keempat. Oleh kerana memikirkan perbelanjaan keluarga tidak mencukupi, wanita ini tekad bekerja di pusat beli-belah manakala anak-anak dijaga ibu. Menyedari Norita mampu berdikari, suaminya mula berjinak-jinak dengan dadah.

Mulanya Norita tidak tahu, tetapi apabila setiap bulan duit gaji Azman habis digunakan dia mula mengesyaki sesuatu. "Apabila bertanya, suami menafikannya. Pernah sekali suami meminta duit daripada saya, katanya untuk membeli dadah. Lagi sekali kepercayaan saya mulai berkecai," jelasnya. Oleh kerana tidak sanggup menanggung penderitaan, Norita tekad melarikan diri ke rumah ibu saudaranya di Johor dengan membawa ketiga-tiga anak bersama. "Namun, suami sangat licik kerana mengetahui pergerakan saya. Dia pergi ke Johor semata-mata ingin mengambil saya. Berilaku pertengkaran besar yang menyebabkan saya dibelasah suami untuk kesekian kalinya. Walaupun puas merayu, dia langsung tidak mendengar, malah dia bagaikan dirasuk hantu terus memukul saya sekuat hati.

Akhirnya selepas puas dan tersedar apa yang dilakukan, baru suami meminta maaf dan memujuk saya kembali kepadanya," luah Norita sayu. Dengan kesakitan dialami, tekanan mental dan emosi, Norita bertekad meneruskan kehidupan kerana percaya suatu hari nanti dia akan terlepas daripada genggaman Azman. Apa yang membuatkan dia sayu apabila memikirkan anak-anak menjadi mangsa. "Setiap kali melihat suami memukul saya, anak-anak menjadi perisai dan melindungi saya. Mereka sendiri mengakui benci melihat wajah ayah dan meminta saya melarikan diri. Anak-anak juga tidak bersekolah sepenuhnya kerana saya selalu berpindah semata-mata melarikan diri daripada suami. Saya meminta bantuan rakan untuk tinggal di rumahnya. "Ada yang sudi membantu,

tetapi ramai yang melemparkan pandangan sinis dan hina kepada saya. Ada juga lelaki yang mengambil kesempatan ke atas saya ketika isteri mereka tiada di rumah," katanya. Berbekalkan pengetahuan selepas mendapatkan pandangan rakan, Norita tekad ke Jabatan Kebajikan Masyarakat meminta bantuan. Kemudian dia membuat laporan polis mengenai penderaan yang berlaku. Mujur ramai memberi sokongan sehingga dia mendapat rumah Dewan Bandaraya Kuala Lumpur serta wang daripada Baitulmal dan pusat zakat. Dengan bantuan kewangan berkenaan, Norita meneruskan kehidupan di samping tiga anaknya. "Ketika itu memang suami mencari saya, namun saya berazam tidak akan kembali kepadanya sehinggalah

kami berpisah menerusi perintah mahkamah. Saya tidak sanggup diperlakukan seperti haiwan tanpa sifat belas kasihan. Akhirnya selepas setahun menunggu, dia ditangkap kerana terbabit dengan dadah dan saya dilepaskan menerusi perceraian taklik," katanya. Menurut Norita, apa yang dilaluinya meninggalkan trauma yang sukar dilupakan. Sehingga kini apabila terpancang wajah anak-anak, dia pasti teringat bagaimana didera Azman. Dia yang sudah berkahwin buat kali kedua berharap wanita berhati-hati memilih pasangan. Jika memiliki teman lelaki panas baran atau kaki pukul, sebaiknya lupakan hasrat untuk mendirikan rumah tangga kerana kebiasaannya sifat ini akan diteruskan selepas berkahwin.

Wanita didera harus segera dapatkan bantuan

KEGANASAN domestik wanita membabitkan emosi, seksual, fizikal dan ekonomi adalah sebahagian daripada kes berulang yang sukar dihentikan. Ia adalah kekejaman atau penganiayaan dengan sengaja sama ada dalam bentuk fizikal, mental, seksual serta pengabaian tanggungjawab menyebabkan kesakitan, kesedihan dan tekanan minda kepada mangsa. Lazimnya, ia berlaku di kalangan gadis dan wanita daripada pelbagai latar belakang.

Mengikut statistik Kementerian Pembangunan Wanita, Keluarga dan Masyarakat, secara purata empat wanita dirogol atau dicabul setiap hari. Tujuh wanita pula menjadi mangsa gangguan seksual manakala 100 kanak-kanak didera setiap hari. Statistik yang sama menunjukkan 52 peratus mangsa rogol berusia bawah 15 tahun dan lebih daripada 80 peratus mangsa rogol mengenali identiti perogol.

Statistik Polis Diraja Malaysia bermula dari Januari hingga Julai 2011 menunjukkan sebanyak 1,926 laporan diterima mengenai keganasan domestik. Di peringkat global pula, dianggarkan lebih enam daripada 10 wanita mengalami penderaan fizikal atau seksual dalam hidup mereka.

Walaupun pelbagai kempen diadakan, jumlah wanita didera semakin bertambah,



malah masalah menjadi lebih rumit disebabkan mangsa tidak mahu berubah dan rela didera.

Persoalannya, mengapa golongan ini masih mampu bertahan walaupun didera sehingga menjerumuskan kepada mengalami kecederaan teruk. Adakah mereka terlalu bergantung kepada lelaki terutama mendapatkan bantuan kewangan sehingga sanggup meneruskan hubungan bertahun-tahun? Adakah wanita ini tidak mempunyai rantaian sokongan seperti keluarga, saudara-mara dan rakan-rakan untuk mendapatkan bantuan?

Menurut Penolong Program Persatuan Pergerakan Wanita (Awam), Milan Sadhwani, keganasan wanita ialah

masalah sejagat yang berlaku di seluruh dunia. Ia bukan saja menyebabkan masalah sosial, tetapi berkaitan kesihatan mental, fizikal, ketidakseimbangan ekonomi sehingga menjerumuskan kepada keruntuhan tamadun.

Malah, kajian menunjukkan keganasan dilakukan mereka yang boleh diharap serta menjadi pelindung keluarga seperti suami, bapa atau abang. Ada bukti menunjukkan tingkah laku ganas boleh dipelajari daripada ibu bapa, ahli keluarga, rakan sebaya atau jiran tetangga. Anak-anak yang melihat ibu bapa atau ahli keluarga dianiaya akan bertindak ganas apabila dewasa.

Masyarakat pula memberi

tanggapan, penderaan dalam rumah tangga adalah hal suami isteri dan perlu diselesaikan tanpa campur tangan orang lain. Selain itu, ada sikap yang meminta isteri bersabar demi menjaga keutuhan rumah tangga kononnya.

"Masyarakat lebih suka melihat wanita didera mengekalkan kedudukannya sebagai isteri daripada menjadi janda disebabkan perceraian. Isteri yang didera juga takut pada status janda kerana bergantung sepenuhnya kepada suami. Mereka juga tidak berupaya menyelamatkan diri daripada situasi malang ini kerana tidak mempunyai pengetahuan berhubung jenayah keganasan, tidak melawan, terlalu mendengar kata dan dikongkong suami,"

katanya.

Oleh sebab itu, isteri yang didera kerap kali mahu melindungi perkara itu daripada pengetahuan umum, terutama ahli keluarganya. Mereka sanggup menghadapi segala penderitaan sama ada dengan alasan mahu mengekalkan rumah tangga atau takutkan suami.

"Ada wanita menyedari mereka didera, tetapi mendiamkan diri kerana takut, malu serta memikirkan kepentingan anak. Lebih teruk ada yang tidak tahu wujudnya undang-undang khas untuk kesalahan ini. Keadaan ini memang menyedihkan dan sudah tiba masanya wanita berubah serta mengambil tahu nasib diri mereka," jelasnya.

Menurut Milan, kebanyakan kes yang dirujuk di Awam berpunca daripada tekanan hidup serta

masalah kewangan. Isteri tidak bekerja dan terpaksa menguruskan anak yang ramai menyebabkan pelaku meluahkan kemarahan kepada isteri di rumah. Selain itu, dadah dan alkohol menyebabkan pendera tidak dapat berfikir secara rasional sehingga mendera isteri tanpa belas kasihan selain nilai sosial tradisional masih wujud iaitu membezakan antara lelaki dan wanita.

"Jenayah seperti ini berlaku disebabkan mentaliti segelintir lelaki yang menganggap wanita serta kanak-kanak perempuan adalah insan lemah yang boleh disakiti. Ini berlaku dalam semua budaya, bangsa, dan agama," katanya.

Wanita tidak seharusnya menjadikan anak sebagai alasan untuk terus bersama pelaku kerana itu akan menyebabkan mereka terus menjadi mangsa. Untuk kali pertama mungkin masih boleh dimaafkan, tetapi jika membabitkan keganasan serius atau keganasan seterusnya, wanita seharusnya menjauhkan diri dan mendapatkan bantuan daripada pihak tertentu seperti keluarga, rakan, badan bukan kerajaan, pertubuhan wanita atau polis kerana nyawa lebih berharga.

Usaha membendung jenayah keganasan wanita, bukan bergantung kepada individu, organisasi atau kerajaan tetapi membabitkan semua pihak.

"Awam sendiri menyediakan talian untuk membantu mangsa dera. Selain itu kami memberikan nasihat apa yang harus dilakukan. Namun, semuanya terpulang kepada diri masing-masing sama ada mahu berubah atau sebaliknya. Tiada sesiapa yang boleh membantu melainkan dengan kehendak sendiri," nyatanya.

Jika wanita mempunyai sebarang keraguan mengenai pasangan yang mungkin seorang pendera, jangan teragak-agak mengundurkan diri daripada pasangan secara perlahan-lahan. Dengar nasihat keluarga, rakan-rakan atau dapatkan nasihat pakar. Bagi mereka yang belum berkahwin dan mempunyai pasangan yang mempunyai ciri seorang pendera, jangan berfikir dua tiga kali untuk meninggalkannya. Ini kerana dikhawatiri anda akan menjadi mangsa selepas mendirikan rumah tangga.

Kenali ciri-ciri pendera:

1 Sering merendah-rendahkan anda
Sepatutnya seorang lelaki menyokong tanpa mengira sama ada anda gagal atau berjaya, tetapi pendera

biasanya membuatkan anda merasa kerdil dan sentiasa mengambil peluang untuk merendah-rendahkan keupayaan anda.

2 Sering mengancam
Anda harus menuruti segala kehendak pasangan tanpa kompromi atau jika tidak, dia akan mengugut.

3 Memarahi anda di khalayak ramai
Dia tidak malu memarahi anda atau mengherdik di khalayak ramai. Dia tidak peduli jika anda berasa malu dan menjatuhkan maruah.

4 Sentiasa Ingin menang
Dia saja yang betul, ingin menang atau berkuasa. Dia sentiasa mempertahankan tindakannya dan cuba menyalahkan orang lain. Lelaki yang sering melakukan penderaan mental sebenarnya inginkan dirinya kelihatan lebih berkuasa.

5 Mengongkong
Pasangan yang suka mendera selalu mengongkong dan sentiasa mahukan perhatian daripada pasangan. Dia akan mengawal segala tindakan dan gerak-geri anda. Contohnya, selalu menelefon dan bertanya dengan siapa anda keluar. Dia juga tidak suka jika anda keluar tidak



"Ada wanita menyedari mereka didera, tetapi mendiamkan diri kerana takut, malu serta memikirkan kepentingan anak. Lebih teruk ada yang tidak tahu wujudnya undang-undang khas untuk kesalahan ini"

> Milan Sadhwani

membawa dia bersama. Dia juga mudah marah jika anda mula menunjukkan sikap berdikari atau boleh hidup jika tidak bergantung padanya.

6 Menyembunyikan sejarah hidup
Selalunya pendera mempunyai sejarah hitam dan mahu menyembunyikannya. Banyak penyelidikan dibuat mengenai mereka yang mempunyai sikap suka mendera dan rata-ratanya mempunyai sejarah hidup lampau yang buruk dan mereka mahu orang lain merasa sengsara.

7 Mengharapkan balasan
Dia mungkin nampak gembira memenuhi segala impian dan keperluan anda, tetapi rupanya mengharapkan balasan.

8 Mengingatkan anda mengenal kebalkan dirinya
Pendera selalunya sentiasa mengingatkan anda mengenai kelebihan dan kebaikan dirinya. Dia selalu memberi kata-kata sinis mengenai betapa beruntungnya anda memilikinya seolah-olah tiada lelaki yang lebih baik. Walaupun ada sikap yang baik di dalam dirinya, itu tidak boleh dijadikan alasan untuk dia mendera emosi dan fizikal anda.

9 Suka memanipulasi
Dia akan memanipulasi setiap ayat yang keluar dari mulut anda dan cuba menyalahkan anda jika dia bersikap agresif terhadap anda. Dia akan cuba membuatkan anda nampak bersalah.

10 Mudah meminta maaf
Pendera juga mudah meminta maaf selepas dia mendera anda secara fizikal dan mental. Contohnya, apabila dia sudah puas memukul, dia akan meminta maaf dan cuba untuk tidak mengulangnya lagi. Tetapi cara pendera memohon maaf seolah-olah ingin mengatakan anda juga turut bersalah dengan apa yang terjadi.

11 Perasaan mudah berubah
Perasaan pendera juga mudah berubah. Sekejap dia menjadi seorang sangat penyayang dan memberikan anda pelbagai hadiah. Tetapi selepas itu dia boleh berubah menjadi agresif dan bengis.

12 Cemburu tidak bertempat
Ciri ini amat sinonim dengan pendera. Mereka akan sentiasa cemburu walaupun anda bersama teman-teman rapat, keluarga dan teman sekerja. Kadang-kadang sikapnya tidak munasabah dan membuatkan

anda rimas. Sikap cemburu buta boleh menjadikan manusia hilang pertimbangan dan tidak mustahil dia akan melakukan perkara di luar jangkaan.

13 Talam dua muka
Dia mempunyai sikap aneh iaitu boleh menjadi baik atau berlagak tenang di depan orang ramai, tetapi tidak apabila anda berdua dengannya. Kadang-kadang dia akan menunjukkan sikap terlebih penyayang apabila di khalayak ramai supaya dapat mengaburi mata orang ramai kononnya dia baik dan penyayang. Tetapi dia boleh mengherdik anda ketika berdua dengannya.

- Bantuan:**
- Persatuan Pergerakan Wanita (Awam) di talian telenita - 03-78770224 atau awam@awam.org.my
 - Pertubuhan Pertolongan Wanita (WAO) - 03 7956 3488 atau www.wao.org.my/
 - Talian Nur 15999
 - Jabatan Kebajikan Masyarakat berhampiran.
 - Memohon Perintah Perlindungan Interim (IPO) daripada mahkamah menerusi Jabatan Kebajikan Masyarakat dan polis.

Teknik lembutkan suami



“Apabila ada kerjasama antara kedua-duanya, tidak mustahil kebahagiaan dapat diwujudkan dalam keluarga”

> Dr Haslee Sharil Lim Abdullah

PAKAR psikologi barat, Lenore Walker (1979) menerusi teori Learned Helplessness menerangkan teganasan terhadap wanita berlaku secara berkisar disebabkan perubahan tingkah laku pasangan dan mangsa itu sendiri.

Mengikut teori ini, terdapat tiga fasa keganasan terhadap wanita iaitu apabila suami menyerang pasangan dengan kata-kata kesat dan tuduhan menyakitkan. Pada waktu ini, mangsa akan menjadi pasif, berada dalam ketakutan, mendiamkan diri serta cuba untuk tidak mencetuskan kemarahan pelaku. Mereka sering menyalahkan diri sendiri kerana tidak dapat mengawal keadaan.

Namun, kemarahan suami biasanya meningkat sehingga tidak dapat dikawal. Ini seterusnya membawa kepada insiden keganasan apabila tekanan mula memuncak sehingga ke peringkat maksimum dan berakhir dengan penderaan. Ia biasanya disebabkan masalah luaran yang kadangkang tiada kaitan langsung dengan mangsa. Pada ketika ini penderaan fizikal,

seksual atau lebih berbahaya pembunuhan boleh berlaku.

Namun, ramai mangsa melalui fasa bulan madu apabila mereka kembali kepada pasangan. Suami pula berubah sifat menjadi terlalu pemaaf, sangat penyayang dan berjanji tidak akan mengulanginya. Mangsa pula mempercayai kata-kata suami dan rasa bersalah jika meninggalkan keluarga.

Menurut Kaunselor dan Pakar Perunding, Jabatan Psikologi Pendidikan dan Kaunseling Universiti Malaya, Dr Haslee Sharil Lim Abdullah, merujuk kepada teori dinyatakan itu tidak mustahil mereka yang bertindak ganas pernah diperlakukan sedemikian sejak kecil atau melihat ayah melakukannya kepada ibu menyebabkan dia turut bertindak ganas.

Ini kerana kanak-kanak suka meniru apa yang dilihat dan disimpan dalam fikiran. Apabila sampai waktunya, mereka akan mengeluarkannya dan bertindak ganas terhadap orang yang ada di sekeliling mereka.

Dalam proses pembelajaran, sepatutnya golongan ini mampu membezakan baik dan buruk, namun tidak ramai

mempunyai kemahiran ini walaupun diberikan didikan agama secukupnya. Apa yang harus dilakukan adalah mengurus kemarahan menjadi lebih positif.

“Kebiasaannya unsur keganasan berlaku disebabkan ada perkara yang membuatkan kemarahan melonjak dan meledak sehingga pelaku berada dalam keadaan luar kawalan. Apabila sampai waktunya, mereka tidak dapat mengawal perasaan sehingga sanggup memukul, mencederakan, malah membunuh pasangan,” jelasnya yang memberitahu perkara ini banyak berlaku di kalangan mereka yang mempunyai kedudukan lebih rendah daripada pelaku seperti isteri, adik atau kakak.

Dr Haslee mengakui, kebanyakan kes penderaan berpunca daripada masalah kewangan serta pengaruh persekitaran misalnya penyalahgunaan dadah dan alkohol. Biasanya golongan ini tidak dapat memenuhi keinginan sehingga isteri menjadi mangsa luahan kemarahan mereka.

“Dalam zaman yang serba mencabar ini, kewangan sememangnya menjadi isu

utama. Namun, sekiranya pasangan bersikap rasional mereka seharusnya mampu menguruskan kewangan dengan baik iaitu dengan berbelanja mengikut kemampuan. Mereka tidak sepatutnya mengikut orang lain kerana ini hanya akan menimbulkan tekanan,” katanya.

Setiap individu seharusnya mempunyai pengurusan sendiri yang baik bagi mengelak pelbagai masalah. Sebagai contoh, masalah kewangan dapat diuruskan sekiranya suami isteri berbincang cara mendapatkan wang tambahan misalnya dengan melakukan kerja sambilan. Apa yang penting adalah cara seseorang itu menilai kehidupan daripada persepsi berbeza dan meyakinkan.

“Namun, apa yang berlaku hari ini setiap orang mahukan perkara yang sama. Jika jiran memiliki kereta dan rumah besar dia juga inginkan kemewahan sama sedangkan belum tentu kemewahan itu menjanjikan kebahagiaan. Ada keluarga yang hidup bersederhana, namun bahagia,” ujarnya.

Bagi mangsa dera pula, mereka harus menilai sama

ada mengalami unsur pengabaian, merasa terancam dan tertugat. Apabila kedua-dua elemen ini hadir ia akan membawa kepada perpisahan sekiranya tidak diurus dengan baik.

“Sekiranya wanita merasakan diri teraniaya, seharusnya merujuk kepada pihak sepatutnya seperti pejabat agama atau kaunselor untuk mendapatkan pandangan. Sekiranya tiada jalan penyelesaian, perpisahan mungkin jalan terbaik. Jika tidak, dikhawatiri mangsa mengalami kesan psikologi sehingga membawa implikasi besar kepada anak-anak,” ujarnya.

Bagi pasangan yang belum mendirikan rumah tangga, sangat penting mengenali latar belakang pasangan

terlebih dulu bagi memastikan lelaki yang akan dinikahi tidak mempunyai perilaku negatif seperti panas baran, pemarah, kaki pukul dan penagih dadah.

“Sekiranya ada seharusnya mereka memikirkan sama ada mahu meneruskan perhubungan atau sebaliknya. Ini kerana untuk melihat perubahan seseorang, ia memerlukan kesabaran serta keimanan yang tinggi dan tidak ramai mampu melakukannya tanpa sokongan keluarga. Bagi isteri pula, mereka sepatutnya berperanan melembutkan hati suami serta mengetahui teknik meredakan kemarahan suami. Apabila ada kerjasama antara kedua-duanya, tidak mustahil kebahagiaan dapat diwujudkan dalam keluarga,” jelas Haslee.