

Kekerasan dalam Rumah Tangga pada Tokoh Utama dalam Novel *the Bread the Devil Knead* Karya Lisa Allen-Agostini

Allysa Zheria Az Zahra

Universitas Pakuan Bogor

Email: allysazhraz@gmail.com

Abstract: This research analyzes the representation of domestic violence and psychological impacts experienced by the main character Alethea Lopez in Lisa Allen-Agostini's novel *The Bread The Devil Knead*. Using a qualitative descriptive analytical approach with Lenore Walker's cycle of violence theory, this study explores the forms of violence experienced by Alethea and their psychological consequences. The findings reveal that Alethea experiences systematic and repeated violence including physical abuse through beatings and kicks that leave colorful bruises on her body, sexual violence through rape following physical abuse, verbal abuse through humiliation that damages self-esteem, and psychological violence that creates fear and emotional dependence. The psychological impacts include learned helplessness that makes her resigned to suffering, dissociation as a survival mechanism from trauma, trauma bonding that maintains her attachment to the perpetrator, loss of self-identity, and social isolation reinforced by victim blaming. Despite being trapped in the cycle of violence, Alethea demonstrates resistance efforts through small symbolic actions. This novel functions as a literary medium that gives voice to domestic violence victims and reveals the complexity of trauma often overlooked in patriarchal society.

Keywords: domestic violence, psychological impact, trauma bonding

Abstrak: Penelitian ini menganalisis representasi kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) dan dampak psikologis yang dialami tokoh utama Alethea Lopez dalam novel *The Bread The Devil Knead* karya Lisa Allen-Agostini. Menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif analitis dengan teori siklus kekerasan Lenore Walker, penelitian ini mengeksplorasi bentuk-bentuk kekerasan yang dialami Alethea dan dampak psikologis yang ditimbulkannya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Alethea mengalami kekerasan sistemik dan berulang yang mencakup kekerasan fisik berupa pemukulan dan tendangan yang meninggalkan bekas luka berwarna-warni di tubuhnya, kekerasan seksual berupa pemerkosaan setelah tindak kekerasan fisik, kekerasan verbal melalui penghinaan yang merusak harga diri, dan kekerasan psikologis yang menciptakan ketakutan serta ketergantungan emosional. Dampak psikologis yang dialami meliputi *learned helplessness* yang membuatnya pasrah terhadap penderitaan, disosiasi sebagai mekanisme bertahan dari trauma, *trauma bonding* yang mempertahankan keterikatannya dengan pelaku, kehilangan identitas diri, dan isolasi sosial yang diperkuat oleh *victim blaming*. Meskipun terjebak dalam siklus kekerasan, Alethea menunjukkan upaya perlawanan melalui tindakan-tindakan kecil yang simbolis. Novel ini berfungsi sebagai medium literatur yang memberikan suara kepada korban KDRT dan mengungkap kompleksitas trauma yang sering terabaikan dalam masyarakat patriarki.

Kata Kunci: kekerasan dalam rumah tangga, dampak psikologis, trauma bonding

PENDAHULUAN

Kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) merupakan fenomena sosial yang kompleks dan multidimensi, berakar dari ketimpangan kekuasaan dalam hubungan interpersonal. Menurut Rohman (2009:87), kekerasan berasal dari kata Latin "violentia" yang memiliki arti keganasan, kebengisan, hingga pemaksaan. Definisi ini diperkuat oleh Reza (2012:76) yang mendefinisikan kekerasan sebagai penggunaan kekuatan fisik atau kekuasaan, baik dalam bentuk ancaman maupun tindakan nyata, yang dapat menyebabkan cedera fisik, trauma, dan kerugian emosional. Friedman (2010:55) menambahkan bahwa kekerasan dapat berbentuk verbal maupun nonverbal, yang bertujuan untuk merugikan atau menyakiti pihak lain, dan seringkali berdampak serius secara psikologis dan emosional. KDRT sebagai salah satu bentuk kekerasan yang sering terjadi dalam kehidupan sehari-hari, kerap dianggap sebagai urusan pribadi sehingga banyak perempuan enggan untuk melaporkannya. Menurut Soeroso (2010), KDRT merupakan bentuk kekerasan domestik yang dapat terjadi dalam berbagai latar

belakang sosial, tanpa memandang budaya, agama, status ekonomi, atau usia pelaku dan korban. Tindakan ini mencakup ancaman, paksaan, serta perampasan kebebasan secara melawan hukum (Pemerintah Indonesia, 2004). Kekerasan dalam rumah tangga tidak hanya mencakup kekerasan fisik, tetapi juga psikologis, emosional, seksual, dan ekonomi yang berakar dari dominasi laki-laki dalam hubungan, dimana laki-laki merasa berhak untuk mengontrol dan menguasai pasangan perempuannya.

Dampak KDRT terhadap korban, khususnya perempuan, sangatlah serius dan multifaset. Berdasarkan penelitian Sonda (2010), perempuan yang menjadi korban kekerasan di lingkungan rumah tangga cenderung mengalami stress berkepanjangan, tekanan emosional yang signifikan, perasaan malu, rendah diri, dan kehilangan rasa berdaya. Dampak ini tidak hanya terbatas pada kondisi mental korban, tetapi juga dapat mempengaruhi kesehatan fisik, termasuk gangguan kesehatan reproduksi, ketidakteraturan siklus menstruasi, dan masalah kesehatan lainnya. Silalahi dan Meinarno (2010) mencatat bahwa perasaan negatif yang dialami korban dapat memperburuk kualitas hidup dan membuatnya semakin terisolasi dari lingkungan sosial. Sebagai bentuk respons terhadap trauma, beberapa korban KDRT mungkin akan menjauhi pelaku kekerasan untuk melindungi diri, sementara yang lain bahkan mempertimbangkan tindakan balas dendam sebagai bentuk ekspresi kemarahan dan luka batin yang dialami (Puspita Dewi & Hartini, 2017). KDRT tidak selalu berkaitan dengan tindakan kekerasan fisik, namun juga banyak hal yang berkaitan dengan kekerasan psikologis, misalnya tidak dilibatkannya anak perempuan dalam diskusi dan penentuan hal tertentu dalam rumah tangga (Aminuddin dkk., 2024).

Teoretis mengenai KDRT dapat dijelaskan melalui perspektif feminisme dan teori psikososial. Dalam perspektif feminisme, perempuan sering diposisikan sebagai korban dari struktur sosial yang tidak adil, dimana ketimpangan gender menjadi akar dari penindasan dan eksploitasi. Zastrow dan Browker (1984) dalam Wahab (2010) mengemukakan tiga teori utama terjadinya kekerasan: teori biologis yang menyatakan manusia memiliki naluri agresif sejak lahir; teori frustrasi-agresi yang menjelaskan kekerasan sebagai pelampiasan frustrasi; dan teori kontrol yang menyebutkan individu tanpa hubungan sosial yang sehat cenderung sulit mengendalikan dorongan agresif. Bonaparte (2012) mengidentifikasi hambatan dalam penanganan KDRT, antara lain korban yang mencabut pengaduan karena alasan mempertahankan keutuhan keluarga, ketergantungan ekonomi, ketakutan terhadap ancaman, atau campur tangan keluarga serta alasan budaya atau agama.

Karya sastra sebagai refleksi realitas sosial sering mengangkat isu KDRT sebagai bentuk kritik terhadap ketimpangan gender dan struktur patriarki. Novel "The Bread The Devil Knead" karya Lisa Allen-Agostini, yang diterbitkan pada tahun 2021 oleh Peepal Tree Press, merupakan salah satu karya yang mengeksplorasi tema ini secara mendalam. Allen-Agostini, seorang jurnalis dan penulis asal Trinidad yang lahir pada tahun 1970-an, telah menciptakan narasi yang berfokus pada kekerasan dalam rumah tangga dan perjuangan seorang perempuan untuk mengatasi siklus kekerasan tersebut. Novel ini menceritakan perjalanan Alethea Lopez, seorang perempuan Karibia yang menghadapi kekerasan dalam hubungan asmaranya dengan Leo Naples, terjebak dalam siklus kekerasan dengan adanya sistem patriarki dan ketimpangan gender di dalamnya. Meskipun kesadaran masyarakat terhadap masalah KDRT semakin meningkat di era modern, stigma dan kurangnya

pemahaman tentang isu ini masih sangat melekat. (Maulia *et al.*, 2023) menekankan pentingnya kesadaran kolektif dari seluruh elemen masyarakat untuk menghapus segala bentuk kekerasan, khususnya terhadap perempuan dan anak, serta menjadikan berbagai media, termasuk karya sastra, sebagai sarana refleksi dan edukasi tentang dampak destruktif dari KDRT. Novel "The Bread The Devil Knead" tidak hanya menyajikan kisah yang menyentuh dan emosional, tetapi juga menjadi sarana edukasi bagi masyarakat untuk lebih memahami realitas KDRT dari perspektif psikologis dan emosional yang sering terabaikan.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, kekerasan dalam rumah tangga merupakan isu sosial yang kompleks dan sering dialami secara tersembunyi oleh banyak perempuan dalam relasi yang tidak setara. Novel "The Bread The Devil Knead" karya Lisa Allen-Agostini menyajikan gambaran nyata tentang pengalaman perempuan yang hidup dalam bayang-bayang kekerasan melalui tokoh utama Alethea Lopez. Untuk memahami kompleksitas permasalahan ini, penelitian ini merumuskan dua pertanyaan utama yang akan dijawab: Pertama, bagaimana bentuk-bentuk kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) yang dialami oleh tokoh utama Alethea Lopez dalam novel "The Bread The Devil Knead" karya Lisa Allen-Agostini? Kedua, bagaimana dampak psikologis dan emosional akibat KDRT terhadap Alethea Lopez, serta upaya yang dilakukannya untuk membebaskan diri dari siklus kekerasan tersebut dalam novel tersebut?

Penelitian ini bertujuan untuk memberikan pemahaman mendalam mengenai pengalaman kekerasan dalam rumah tangga yang dialami oleh tokoh utama dalam karya sastra, serta dampak dan upaya terhadap pengalaman tersebut. Secara spesifik, penelitian ini bertujuan mengidentifikasi bentuk-bentuk kekerasan dalam rumah tangga yang dialami oleh Alethea Lopez dalam novel "The Bread The Devil Knead" karya Lisa Allen-Agostini, dengan fokus pada manifestasi kekerasan fisik, psikologis, emosional, dan ekonomi yang tergambar dalam narasi. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan menganalisis dampak psikologis dan emosional akibat KDRT terhadap Alethea Lopez, termasuk trauma, stress berkepanjangan, dan hilangnya rasa berdaya, serta mengkaji upaya yang dilakukan tokoh untuk membebaskan diri dari siklus kekerasan tersebut, baik melalui dukungan sosial maupun proses rekonsiliasi dengan diri sendiri.

Penelitian ini memberikan manfaat teoritis dan praktis yang signifikan dalam memahami fenomena kekerasan dalam rumah tangga. Secara teoritis, penelitian ini memperkaya kajian sastra yang mengeksplorasi isu sosial kontemporer, khususnya dalam konteks kekerasan gender dan representasi perempuan dalam karya sastra Karibia. Analisis terhadap novel "The Bread The Devil Knead" memberikan perspektif baru dalam memahami bagaimana karya sastra dapat menjadi medium untuk menyuarakan realitas sosial yang sering terabaikan, sejalan dengan pandangan (Santoso, 2019) bahwa penanganan KDRT harus dilakukan secara komprehensif dengan keberpihakan terhadap korban untuk menciptakan tatanan sosial yang lebih adil dan setara bagi perempuan. Secara praktis, penelitian ini memberikan wawasan mendalam mengenai dampak psikologis dan emosional kekerasan dalam rumah tangga yang sering kurang mendapat perhatian di masyarakat dan pihak hukum. Melalui analisis tokoh Alethea Lopez, penelitian ini menunjukkan bahwa KDRT tidak hanya meninggalkan luka fisik, tetapi juga menciptakan luka psikologis dan emosional yang mendalam, termasuk trauma, ketakutan, dan tekanan emosional yang dapat membentuk ulang

pandangan korban terhadap diri sendiri dan hubungan interpersonal. Temuan ini sejalan dengan penelitian (Alimi & Nurwati, 2021) yang menekankan pentingnya pemahaman budaya kesetaraan dalam kehidupan keluarga dan masyarakat untuk mengurangi tekanan budaya patriarki. Penelitian ini juga berfungsi untuk meningkatkan kesadaran sosial dalam menangani kekerasan terhadap perempuan dengan memberikan pemahaman yang lebih baik mengenai pentingnya dukungan psikologis dan emosional bagi korban. Dengan memahami dampak multidimensi dari KDRT, masyarakat diharapkan dapat lebih peka terhadap tanda-tanda kekerasan dalam hubungan pribadi dan memberikan dukungan yang lebih efektif kepada korban. Selain itu, penelitian ini berkontribusi dalam pengembangan studi lanjutan mengenai kekerasan dalam rumah tangga, khususnya dampaknya terhadap kesehatan psikologis dan mental korban, serta dapat menjadi dasar untuk merumuskan kebijakan yang lebih baik dalam menanggulangi KDRT melalui pendekatan holistik yang melibatkan aspek psikologis, emosional, dan sosial korban.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode deskriptif analitis untuk mengeksplorasi representasi kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) dan dampak psikologis yang dialami tokoh utama dalam novel *The Bread the Devil Knead* karya Lisa Allen-Agostini. Menurut Subagyo yang dikutip oleh Syamsul Bahry dan Fakhry Zamzam (2015:3), metodologi penelitian merupakan suatu cara atau langkah sistematis yang digunakan untuk menemukan solusi atas permasalahan yang diajukan dalam suatu penelitian, yang tidak hanya berkaitan dengan proses teknis tetapi juga mencakup strategi ilmiah untuk memperoleh data yang relevan dan valid. Pendekatan kualitatif deskriptif analitis dipilih karena memungkinkan peneliti untuk mengeksplorasi serta memahami fenomena sosial secara kontekstual, dengan menekankan pada makna, persepsi, dan pengalaman yang dimiliki subjek penelitian (Sugiono, 2009: 29). Metode ini bertujuan untuk memberikan gambaran menyeluruh dan mendalam mengenai objek penelitian berdasarkan data yang telah dikumpulkan, tanpa bermaksud untuk menggeneralisasi hasil, melainkan berfokus pada pemaparan kondisi nyata secara objektif dan sistematis (Harun *et al.*, 2022).

Objek penelitian ini adalah novel *The Bread the Devil Knead* karya Lisa Allen-Agostini yang diterbitkan pada tahun 2021, dengan fokus analisis pada tokoh utama Alethea Lopez yang mengalami kekerasan dalam rumah tangga dari pasangannya, Leo Naples. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif yang, seperti dijelaskan oleh Moelong (2007: 6), merupakan prosedur yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang diamati. Melalui pendekatan ini, peneliti dapat menggambarkan secara detail karakteristik individu, kondisi, serta dinamika fenomena yang terjadi dalam kelompok tertentu, dengan menekankan pemahaman secara menyeluruh terhadap konteks sosial dan makna subjektif yang melekat pada pengalaman subjek penelitian (Sauri, 2020). Analisis deskriptif dilakukan untuk mengeksplorasi tokoh utama, latar, konflik, serta aspek psikologis dan emosional dalam cerita, dengan menggunakan teori siklus kekerasan Lenore Walker (1979) yang menyoroti bagaimana korban KDRT mengalami

"learned helplessness" yang membuat mereka terjebak dalam hubungan abusif yang terjadi secara berulang.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kombinasi data primer dan sekunder untuk memperoleh pemahaman yang komprehensif tentang representasi KDRT dalam novel. Data primer diperoleh secara langsung dari novel *The Bread the Devil Knead* karya Lisa Allen-Agostini, meliputi kutipan-kutipan, dialog, dan narasi yang menggambarkan bagaimana Alethea mendapatkan perlakuan kekerasan secara fisik, serta dampak psikologis dan emosional yang dialaminya, termasuk stress berkepanjangan, perasaan rendah diri, dan perasaan tidak berdaya akibat kekerasan yang dialaminya. Data sekunder diperoleh dari sumber-sumber lain yang relevan, seperti artikel ilmiah, buku, dan kritik sastra yang membahas tentang isu-isu KDRT untuk memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang pentingnya dukungan psikologis dan emosional bagi korban kekerasan. Proses analisis data dilakukan secara sistematis dengan mengidentifikasi, mengklasifikasi, dan menginterpretasi elemen-elemen naratif yang berkaitan dengan kekerasan dalam rumah tangga dan dampak psikologisnya, dengan harapan dapat meningkatkan kesadaran dan empati masyarakat terhadap masalah KDRT serta mendorong langkah-langkah yang lebih efektif dalam penanganannya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Bentuk-Bentuk Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT) yang Dialami oleh Tokoh Utama

Dalam novel *The Bread the Devil Knead*, Alethea Lopez mengalami kekerasan fisik yang sangat brutal dari pasangannya, Leo. Dalam narasi awal, Alethea menggambarkan tubuhnya yang penuh memar berwarna hitam, biru, merah, dan hijau. Warna memar ini menunjukkan luka-luka dalam berbagai tahap penyembuhan, menandakan bahwa kekerasan tidak hanya terjadi sekali, tetapi berulang secara sistemik dan kronis. "I have a small waist and a flat belly, but right now that belly was black and blue and red and green..." (Allen-Agostini, 2021:9). Kalimat ini memberikan gambaran nyata bahwa tubuh Alethea telah menjadi tempat akumulasi kekerasan yang terus-menerus, dengan luka lama belum sembuh ketika luka baru kembali muncul. Ini menunjukkan bahwa relasi antara Alethea dan Leo telah dibentuk oleh siklus kekerasan yang mengakar dalam dinamika kekuasaan dan dominasi yang tidak setara antara laki-laki dan perempuan dalam rumah tangga. Kekerasan fisik terhadap Alethea tidak berdiri sendiri, tetapi tumpang tindih dengan kekerasan seksual. Dalam satu narasi, Alethea menjelaskan bahwa setelah dipukul dan ditendang, ia dipaksa oleh Leo untuk berhubungan seksual. "...where Leo cuff and kick me the night before, the places where he hold me down and force me to do what he does call making love" (Allen-Agostini, 2021:11). Kata "force me" menunjukkan tidak adanya persetujuan dari Alethea, menjadikan tindakan tersebut sebagai pemerkosaan dalam konteks rumah tangga. Ini menunjukkan keterjalinan antara kekerasan fisik dan seksual sebagai bentuk kontrol total atas tubuh perempuan. Leo tidak hanya menyakiti, tetapi juga mengobjektifikasi Alethea, memperlakukan tubuhnya

sebagai milik yang bebas dipakai. Dalam hal ini, tubuh perempuan bukan hanya menjadi lokasi kekerasan, tetapi juga alat dominasi, di mana hubungan seksual kehilangan makna cinta dan menjadi instrumen penyiksaan.

Selain fisik dan seksual, Alethea juga mengalami kekerasan verbal yang secara psikologis melumpuhkan. Leo merendahnya secara terbuka dengan menyebutnya bodoh ketika Alethea mengungkapkan keinginan untuk membuka bisnis: “You? Stupidee like you could start any business?” (Allen-Agostini, 2021:11). Penghinaan ini disampaikan dalam suasana yang seharusnya menyenangkan, namun tetap digunakan Leo untuk menunjukkan superioritasnya. Alethea tidak membalas karena takut akan memicu amarah Leo. Frasa “I didn’t want to get him vex” menunjukkan bahwa kekerasan verbal itu tidak terpisah dari kekerasan fisik, melainkan saling mendukung dalam menciptakan rasa takut dan ketundukan. Kekerasan verbal berfungsi sebagai peringatan konstan yang membatasi gerak dan pikiran korban, merusak harga diri dan keyakinan diri perempuan dalam menjalani hidup secara mandiri. Kekerasan verbal ini menjadi alat dominasi psikologis yang bekerja dengan sangat efektif. Saat Alethea mulai mengekspresikan ketidaknyamanan atau opini, ia segera menyesuaikan sikap untuk menghindari kemarahan Leo. Kekerasan verbal yang merendahkan seperti “stupidee” tidak hanya melukai harga dirinya, tetapi juga mempertegas posisi subordinat Alethea dalam relasi mereka. Ketika Alethea menyatakan bahwa ia tidak melawan karena “we was having a nice day”, ini menunjukkan bahwa setiap momen damai dalam hubungan itu bersyarat: hanya bisa berlangsung jika Alethea patuh. Maka, kekerasan verbal tidak berdiri sendiri, tetapi menjadi pengingat akan kekuasaan mutlak Leo atas keputusan dan perasaan Alethea. Narasi ini menampilkan bahwa dalam relasi kekuasaan yang tidak sehat, perempuan terjebak dalam kondisi serba salah baik diam maupun bersuara tetap membawa risiko kekerasan.

Dalam relasi kekerasan ini, Alethea sering merasionalisasi perlakuan Leo. Ketika temannya Tamika menyebut Leo sebagai “monster”, Alethea membela Leo: “No, he’s not no monster. He take care of me. He put me in house...” (Allen-Agostini, 2021:15). Pernyataan ini mencerminkan strategi bertahan hidup yang dikenal sebagai *trauma bonding*, yakni ketika korban tetap setia pada pelaku karena terjebak dalam siklus cinta dan kekerasan. Bahkan, Alethea menyebut bahwa “he love me”, lalu menyambung dengan “the way he love me does make me hate myself”. Ini menjadi titik balik yang menunjukkan bahwa bentuk cinta yang diberikan oleh Leo adalah cinta yang manipulatif, bersyarat, dan berakar pada dominasi serta kontrol. Dalam konteks ini, kekerasan tidak hanya melukai secara fisik, tetapi juga secara emosional, memporak-porandakan persepsi korban terhadap cinta, hubungan, dan dirinya sendiri. Kekerasan yang dialami Alethea bersifat sangat sistemik dan tidak hanya berupa tindakan sesaat. Dalam adegan lain, Leo melompat ke tubuh Alethea, menindihnya, memegang pergelangan tangan dan meremas payudaranya dengan kasar: “...he jump on top of me and pin me... grab a breast and squeeze hard” (Allen-Agostini, 2021:46-47). Alethea menahan rasa sakit tanpa suara sebagai bentuk resistensi pasif. Dalam tindakan ini, terlihat bahwa Leo menggunakan kekerasan seksual untuk menegaskan kepemilikan dan kontrol

mutlak. Pernyataan “You go behave?” adalah bentuk ancaman yang menunjukkan bahwa kekerasan digunakan sebagai hukuman atas ketidaktaatan. Narasi ini menggambarkan bahwa kekerasan tidak hanya terjadi saat Leo marah, tetapi merupakan instrumen struktural dalam menjaga dominasi dalam relasi. Tubuh perempuan menjadi ladang kekuasaan yang terus dieksploitasi tanpa henti.

Puncak kekejaman Leo terjadi saat ia memukul perut Alethea lalu memperkosanya sambil mengeluarkan kata-kata penghinaan: “Take prick, cunt... You’s mine. You hear? You’s mine” (Allen-Agostini, 2021:47). Ucapan ini tidak hanya menyakitkan secara verbal, tetapi juga mempertegas bahwa Leo menganggap Alethea sebagai properti miliknya. Bahkan setelah tindakan seksual itu, Leo mencium Alethea dengan air mata di bibirnya. Adegan ini menunjukkan paradoks relasi kekerasan: setelah menyakiti, pelaku menunjukkan tanda kasih sayang yang membingungkan korban. Ini merupakan bagian dari *cycle of abuse* di mana kekerasan dan afeksi saling tumpang tindih, membuat korban sulit lepas karena terus berharap pada sisi baik pelaku. Leo memperkosa bukan karena kehilangan kendali, tetapi justru sebagai wujud penuh dari dominasinya, membuat cinta dan kekerasan hadir bersamaan dalam satu tarikan napas yang menyesakkan. Kekerasan Leo tidak hanya terjadi dalam ruang privat, tetapi juga muncul dalam situasi domestik yang tampak sepele. Ketika Alethea tidak mau membersihkan kamar mandi, ia berkata: “If he beat me, he beat me” (Allen-Agostini, 2021:9). Kalimat ini mencerminkan sikap pasrah sebagai bentuk *learned helplessness*, yaitu kondisi di mana korban merasa tidak bisa keluar dari situasi menyakitkan meski tahu dirinya sedang dalam bahaya. Alethea tahu bahwa sikapnya akan berujung pada pemukulan, tetapi ia tetap memilih mempertahankan sedikit martabatnya. Ini menunjukkan bahwa kekerasan sudah menjadi bagian dari rutinitas harian yang bahkan keputusan sederhana pun harus ditimbang berdasarkan kemungkinan kekerasan. Dengan demikian, kekerasan terhadap Alethea bukan hanya bentuk dominasi, tetapi juga pengatur pola hidup, ruang, dan tindakan sehari-hari, hingga ia kehilangan otonomi atas tubuh dan pilihannya.

Pola kekerasan ini juga menyebabkan Alethea mengalami *disosiasi*, yaitu keterputusan antara dirinya dengan tubuhnya sendiri. Ketika bercermin, ia menyikat mulutnya tanpa benar-benar mengenali wajahnya: “...looking in the mirror but not really seeing...” (Allen-Agostini, 2021:9). Hal ini menggambarkan kerusakan identitas yang disebabkan oleh kekerasan kronis. Ia tidak lagi merasakan kepemilikan atas tubuhnya, karena tubuh itu terlalu sering disakiti dan dihina. Tubuh menjadi tempat yang asing, bukan rumah, tetapi penjara. Ini menjadi bukti bahwa kekerasan dalam rumah tangga tidak hanya merusak secara fisik, tetapi juga menghancurkan identitas dan hubungan seseorang dengan dirinya sendiri. Ketika seseorang tidak lagi dapat merasakan atau mengenali dirinya, maka kekerasan telah bekerja secara menyeluruh membentuk luka yang tak hanya tampak di kulit, tetapi membekas dalam jiwa. Narasi terakhir dalam subbab ini memperkuat betapa luka fisik dan emosional telah menyatu dalam tubuh Alethea. Ketika ia berdiri di depan cermin, ia melihat tubuhnya penuh dengan bekas luka hitam, biru, coklat, merah “where he kick me, cuff me, slap me, grab me” (Allen-Agostini, 2021:113). Tubuhnya menjadi arsip kekerasan. Setiap warna luka menjadi

simbol dari tindak kekerasan yang berbeda. Dalam refleksi tersebut, Alethea tidak menangis atau marah ia hanya melihat, menerima, dan terdiam. Ini menunjukkan tingkat trauma yang ekstrem: ketika korban tidak lagi bereaksi terhadap penderitaan, itu bukan karena kekuatan, tetapi karena kelelahan emosional. Kekerasan dalam relasi Alethea dan Leo telah membentuk sistem yang menghancurkan tubuh, pikiran, dan jiwanya, menjadikan Alethea tidak lagi sebagai subjek dalam hidupnya, tetapi objek kekuasaan yang dipakai, dikuasai, dan dibungkam.

Analisis Dampak Psikologis dan Emosional Akibat KDRT terhadap Alethea Lopez, serta Upaya yang Dilakukannya untuk Membebaskan Diri dari Siklus Kekerasan

Dampak psikologis dari kekerasan yang dialami Alethea sangat mendalam dan kompleks. Salah satu bentuknya adalah keputusan yang menyatu dalam sikap pasrah terhadap penderitaan. Dalam kutipan, Alethea berkata, “If he beat me, he beat me” (Allen-Agostini, 2021:9), yang mencerminkan kondisi mental *learned helplessness*, yaitu ketidakberdayaan yang dipelajari akibat kekerasan berulang. Alethea tidak lagi berharap bisa keluar dari situasi berbahaya; ia menerima kekerasan sebagai bagian dari rutinitas. Meskipun terdengar seperti bentuk perlawanan, narasi ini menunjukkan betapa dalamnya luka batin yang ia alami hingga tidak ada lagi ruang untuk memperjuangkan diri sendiri. Bahkan tindakan kecil seperti menolak membersihkan kamar mandi menjadi simbol perlawanan yang muncul dari keputusan, bukan kekuatan. Dengan demikian, kekerasan tidak hanya membentuk relasi eksternal yang tidak setara, tetapi juga merusak persepsi korban terhadap harapan, pilihan, dan makna hidup itu sendiri. Gejala disosiasi menjadi salah satu reaksi psikologis utama Alethea terhadap kekerasan. Saat ia melihat ke cermin dan menyikat mulutnya, ia berkata bahwa ia “not really seeing” wajahnya sendiri (Allen-Agostini, 2021:9). Ini menunjukkan keterputusan antara kesadaran dan tubuh, di mana ia tidak lagi mengenali dirinya secara utuh. Tubuh yang ia lihat bukanlah refleksi dirinya, melainkan ruang yang penuh luka, trauma, dan rasa jijik. Disosiasi adalah strategi bertahan hidup yang umum terjadi pada korban kekerasan berat: ketika penderitaan terlalu besar untuk ditanggung secara sadar, pikiran menciptakan jarak terhadap tubuh. Dengan menyikat mulutnya secara keras, Alethea seolah ingin menghapus semua bekas kekotoran, rasa malu, dan trauma yang ia rasakan. Narasi ini memperlihatkan bahwa luka yang dialami tidak hanya fisik, tetapi menyebar ke struktur identitas diri, membuat Alethea kehilangan koneksi emosional dengan tubuh dan realitasnya.

Trauma Alethea juga tergambarkan melalui penggunaan metafora “black hole” saat menggambarkan kehampaan emosionalnya: “Everything get suck down inside that black hole” (Allen-Agostini, 2021:11). Lubang hitam tersebut melambangkan kehancuran batin, kehampaan, dan perasaan terserap dalam penderitaan tanpa ujung. Ketika Alethea memandang halaman buku namun merasa kosong, ia mengalami *emotional numbness*, atau kebekuan emosi, yang merupakan tanda trauma berat. Kehidupannya telah dipenuhi kekerasan dalam jangka panjang, hingga emosi-emosi dasar seperti gembira, sedih, takut, atau marah menjadi tidak terakses lagi. Ia hanya merasa hampa. Di titik ini, pembaca diperlihatkan

bahwa kekerasan bukan hanya menyakiti, tetapi juga menghilangkan rasa hidup. Alethea tidak lagi bisa terhubung dengan perasaan atau bahkan dengan dunia luar karena pikirannya terus-menerus dipenuhi rasa takut, luka batin, dan kehancuran harga diri. Salah satu bentuk trauma emosional lainnya yang dialami Alethea adalah *trauma bonding*. Dalam narasi, ia berkata, “Leo want me. Leo love me. Leo need me” (Allen-Agostini, 2021:12), yang menunjukkan bahwa ia masih meyakini bahwa Leo mencintainya, meskipun kekerasan terus berlangsung. Ini adalah hasil dari siklus kekerasan yang diselingi dengan afeksi semu setelah kekerasan terjadi, Leo menunjukkan kasih sayang, sehingga Alethea tetap merasa terikat. Pengalaman ini memperkuat hubungan secara emosional dalam cara yang membingungkan, membuat korban merasa tidak bisa hidup tanpa pelaku. Bahkan ketika Leo menyakitinya, Alethea menganggap itu sebagai bagian dari cinta. Bentuk relasi seperti ini membuat korban merasa bersalah ketika mencoba lepas, dan pada akhirnya kembali ke pelaku karena rasa kasih yang sudah dipelintir menjadi alat kontrol. Trauma bonding memperlihatkan bagaimana cinta dan kekerasan bisa menyatu dalam relasi destruktif yang memenjarakan korban secara psikologis.

Keterikatan emosional yang merusak ini kemudian berkembang menjadi ketumpulaan emosi. Saat Alethea menunjukkan luka di tubuhnya kepada Tamika, ia berkata: “You see? Leo give me”, lalu mengangkat bahu dan mengancingkan bajunya kembali (Allen-Agostini, 2021:14). Nada naratif ini datar, seolah-olah luka yang terlihat di tubuhnya adalah sesuatu yang biasa dan tidak layak diratapi. Reaksinya menunjukkan *emotional exhaustion* kelelahan batin yang membuat korban tidak lagi bereaksi terhadap penderitaan. Ini bukan tanda kekuatan, tetapi hasil dari trauma kronis yang membuat emosi korban mati rasa. Bahkan saat Tamika terlihat syok, Alethea tetap tidak menunjukkan reaksi emosional. Ia sudah terlalu terbiasa menanggung rasa sakit, hingga tidak lagi mengenal batas antara yang wajar dan menyimpang. Sikap ini memperlihatkan bahwa kekerasan telah menghancurkan kapasitas Alethea untuk merasa terluka, menjadikannya individu yang asing terhadap dirinya sendiri. Ketakutan menjadi salah satu dampak psikologis utama dari kekerasan yang dialami Alethea. Saat Tamika menyarankan untuk memanggil polisi, Alethea langsung menghentikannya: “If Leo only know I call police for he, is even more licks I go get” (Allen-Agostini, 2021:14). Ketakutan akan pembalasan membuat Alethea tidak berani mencari bantuan, meskipun dirinya sadar bahwa ia sedang berada dalam bahaya. Rasa takut ini bukan irasional, tetapi hasil dari pengalaman berulang, di mana setiap bentuk perlawanan justru dibalas dengan kekerasan yang lebih parah. Akibatnya, Alethea membatasi dirinya sendiri agar tidak terlihat sebagai perempuan yang “membangkang”. Kondisi ini menciptakan isolasi psikologis yang dalam Alethea merasa tidak punya siapa-siapa, tidak bisa mempercayai sistem, dan bahkan tidak berani berharap pada keselamatan. Ketakutan menjadi mekanisme kontrol Leo yang paling efektif, karena kekerasan fisik dapat berhenti, tetapi rasa takut terus tinggal di benak Alethea.

Selain itu, Alethea juga mengalami tekanan sosial yang memperparah trauma psikologisnya. Dalam percakapan, ia berkata, “I hear it from doctor and nurse already... like I want to get licks” (Allen-Agostini, 2021:14). Masyarakat lebih sering bertanya mengapa

korban bertahan, bukan mengapa pelaku terus menyakiti. Hal ini menunjukkan adanya budaya menyalahkan korban (*victim blaming*), di mana perempuan seperti Alethea dipaksa menanggung rasa bersalah atas kekerasan yang dilakukan kepada mereka. Ini memperparah beban emosional yang sudah berat, karena korban merasa disalahkan, dituduh, bahkan dianggap menikmati penderitaan. Bukannya mendapat perlindungan dan empati, Alethea justru merasa terisolasi secara sosial. Tekanan ini memperkuat pandangan bahwa kekerasan adalah sesuatu yang wajar dalam relasi, selama perempuan “memilih” untuk bertahan. Maka, narasi ini menunjukkan bahwa lingkungan sosial turut memperkuat trauma dengan menormalisasi kekerasan dan memarginalisasi suara korban. Sebagai bentuk pertahanan diri, Alethea meromantisasi masa lalu ketika Leo masih bersikap manis: “He doesn’t always be so... If you see that man. That smile...” (Allen-Agostini, 2021:15). Ingatan ini menjadi bentuk pelarian emosional dari realitas pahit yang ia alami saat ini. Meskipun Leo telah menyakitinya berkali-kali, Alethea tetap menyimpan memori indah, berharap bahwa versi lama Leo akan kembali. Mekanisme ini umum terjadi pada korban KDRT sebagai cara untuk bertahan. Harapan palsu ini menjebakannya dalam relasi yang tidak sehat. Dengan mengenang masa lalu yang indah, Alethea menciptakan narasi bahwa kekerasan ini hanya sementara. Namun hal ini justru memperpanjang penderitaan karena ia terus memberi kesempatan pada pelaku untuk berubah, meskipun tidak ada bukti nyata. Ini menandakan bahwa trauma bukan hanya hasil kekerasan, tetapi juga berasal dari harapan yang terus-menerus dikhianati oleh orang yang dicintai.

Namun, di balik trauma dan luka yang mendalam, terdapat benih-benih perlawanan yang mulai tumbuh dalam diri Alethea. Ia mulai mengenali pola kekerasan dan mempertanyakan narasi yang sebelumnya ia percayai. Dalam momen-momen tertentu, Alethea menunjukkan ketegasan, seperti menolak untuk membersihkan kamar mandi, menyembunyikan luka, atau bahkan diam dalam kebencian. Meskipun kecil, tindakan-tindakan ini menandakan kesadaran bahwa ia tidak pantas diperlakukan demikian. Perjuangan Alethea bukanlah perlawanan besar yang dramatis, melainkan perlawanan sunyi yang perlahan-lahan membangun kembali rasa keberhargaan diri. Novel ini menampilkan bahwa jalan menuju kebebasan tidak selalu langsung, tetapi penuh ketakutan, keraguan, dan luka. Namun setiap langkah, sekecil apa pun, adalah bentuk upaya melawan dominasi dan mengambil kembali agensi sebagai perempuan yang selama ini dirampas. Kesimpulannya, dampak psikologis dan emosional dari KDRT yang dialami Alethea dalam novel ini sangat luas: dari rasa takut kronis, keputusasaan, disosiasi, trauma bonding, hingga kehilangan identitas diri. Namun, di tengah penderitaan itu, ada upaya untuk bertahan, melawan, dan menemukan kembali martabatnya. Lisa Allen-Agostini menghadirkan Alethea bukan hanya sebagai korban, tetapi sebagai perempuan yang perlahan belajar mengenali nilai dirinya. Dengan menunjukkan kekerasan dari berbagai sisi fisik, verbal, seksual, psikologis novel ini mengungkap bahwa luka terdalam tidak selalu tampak di kulit, tetapi tertanam dalam batin. *The Bread the Devil Knead* bukan sekadar kisah penderitaan, tetapi juga kisah keberanian seorang perempuan yang bertahan di tengah kehancuran, dan akhirnya mulai melangkah menuju kebebasan, meski jalan itu panjang dan menyakitkan.

SIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa novel *The Bread The Devil Knead* karya Lisa Allen-Agostini menyajikan representasi yang mendalam dan kompleks tentang kekerasan dalam rumah tangga (KDRT) melalui pengalaman tokoh utama Alethea Lopez, yang mengalami berbagai bentuk kekerasan secara sistemik dan berulang dari pasangannya Leo Naples. Analisis terhadap novel ini mengungkapkan bahwa KDRT yang dialami Alethea tidak terbatas pada kekerasan fisik semata, melainkan mencakup spektrum kekerasan yang saling terkait dan memperkuat satu sama lain: kekerasan fisik yang meninggalkan bekas luka berwarna-warni di tubuhnya, kekerasan seksual berupa pemerkosaan yang dilakukan setelah tindak kekerasan fisik, kekerasan verbal melalui penghinaan dan pelecehan yang merusak harga diri, serta kekerasan psikologis yang menciptakan ketakutan dan ketergantungan emosional. Dampak psikologis yang dialami Alethea mencakup *learned helplessness* yang membuatnya pasrah terhadap penderitaan, disosiasi sebagai mekanisme bertahan dari trauma, *trauma bonding* yang membuatnya tetap terikat dengan pelaku, kehilangan identitas diri, dan isolasi sosial yang diperkuat oleh *victim blaming* dari lingkungan. Namun, di balik trauma yang mendalam, novel ini juga menggambarkan upaya Alethea untuk bertahan dan melawan dominasi Leo melalui perlawanan-perlawanan kecil yang simbolis, seperti menolak membersihkan kamar mandi dan mulai mempertanyakan narasi cinta yang selama ini ia percayai. Dengan demikian, novel ini tidak hanya berfungsi sebagai cermin realitas sosial yang mengungkap kompleksitas KDRT, tetapi juga sebagai medium literatur yang memberikan suara kepada korban dan menunjukkan bahwa jalan menuju kebebasan dari siklus kekerasan, meskipun panjang dan menyakitkan, tetap mungkin dicapai melalui kesadaran diri dan keberanian untuk melawan struktur dominasi patriarki yang mengakar dalam relasi personal dan sosial.

DAFTAR PUSTAKA

- Alimi, R., & Nurwati, N. (2021). Faktor Penyebab Terjadinya Kekerasan Dalam Rumah Tangga Terhadap Perempuan. *Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat (JPPM)*, 2(2), 211. <https://doi.org/10.24198/jppm.v2i2.34543>
- Aminuddin, A. T., Nuraisyiah, S. F., Wardani, Y. S., & Azzahra, L. (2024). Siblings Gender: Fulfillment of Rights, Role Allocation, and Responsibilities of Children in The Family. *Paradigma*, 21(2), 321-336.
- Harun, A., Triyadi, S., & Muhtarom, I. (2022). Analisis Nilai-Nilai Sosial dalam Novel Ancika Karya Pidi Baiq (Tinjauan Sosiologi Sastra). *Jurnal Onoma: Pendidikan, Bahasa, Dan Sastra*, 8(2), 466–474. <https://doi.org/10.30605/onoma.v8i2.1778>
- Maulia, S. T., Anderson, I., & Purnama, M. (2023). Analisis Faktor Penyebab Kekerasan Dalam Rumah Tangga. *Bhineka Tunggal Ika: Kajian Teori Dan Praktik Pendidikan PKN*, 10(1), 77–86. <https://doi.org/10.36706/jbti.v10i1.20546>
- Puspita Dewi, I. D. A. D., & Hartini, N. (2017). Dinamika Forgiveness pada Istri yang Mengalami Kekerasan dalam Rumah Tangga (KDRT). *INSAN Jurnal Psikologi Dan*

Kesehatan Mental, 2(1), 51. <https://doi.org/10.20473/jpkm.v2i12017.51-62>

Santoso, A. B. (2019). Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) Terhadap Perempuan: Perspektif Pekerjaan Sosial. *Komunitas*, 10(1), 39–57. <https://doi.org/10.20414/komunitas.v10i1.1072>

Sauri, S. (2020). Salah satu bentuk sastra yang mendapat banyak perhatian masyarakat adalah novel. Aziez dan Hasim (2015:7) menyatakan bahwa novel merupakan sebuah genre sastra yang memiliki bentuk utama prosa, dengan panjang. *Jurnal Bahasa, Sastra Dan Pengajaran*, 6(1), 1–8.