

CINEMA THERAPY DAN FOCUS GROUP DISCUSSION: UPAYA PREVENTIF INTERNALIZED SEXISM TERHADAP BUDAYA PATRIAKI

Lisbet Situmorang¹, Mentari Nadia Widyanta², Lisna Mardiana³, Kholifatur Rosidah⁴
^{1,2,3,4}Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Mulawarman, Indonesia
lisbetsitumorang14@gmail.com¹, mentarinadiaw@gmail.com², lysn.23@gmail.com³,
kholifaturrosidah86@gmail.com⁴

ABSTRAK

Abstrak: Dalam kehidupan bermasyarakat, laki-laki mendapatkan peran yang asimetris daripada perempuan. Sehingga, bermunculan ungkapan ketidaksetaraan dalam keinginan untuk berkontribusi untuk lingkungan sekitar dari perempuan. Masyarakat menanggapi sebuah hal ini “tidak sesuai” dengan norma-norma yang ada karena laki-laki dianggap sebagai individu paling utama, paling unggul, dan dominan dalam masyarakat. Ketidaksetaraan antara peran laki-laki dan perempuan menjadi salah satu hambatan struktural yang menyebabkan individu dalam masyarakat tidak memiliki akses yang sama. Permasalahan yang diangkat di program ini adalah ketidaksetaraan gender dalam beraktivitas sebagai perempuan di Kota Samarinda. Program Pengabdian kepada Masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan pentingnya kesetaraan gender dalam kehidupan. Program unggulan *Cinema Therapy* dan *Focus Group Discussion*, program edukasi kesetaraan gender ke masyarakat sebagai metode penyelesaian masalah. Langkah-langkah dalam menyelesaikan masalah yaitu (1) edukasi perilaku *internalized sexism* dan budaya patriaki, (2) Menonton Film Kartini, (3) berdiskusi makna dari film. Setelah materi dan film diperlihatkan, masyarakat mengalami penurunan tingkat *internalized sexism*. Sehingga, para remaja dapat memahami kesetaraan gender.

Kata Kunci: Budaya Patriaki; Internalized Sexism; *Cinema Therapy*; *Focus Group Discussion*.

Abstract: *In social life, men get asymmetrical roles than women. Thus, there are expressions of inequality in desire to contribute to environment from women. Society considers this matter "incompatible" with existing norms because men are considered the important, superior, and dominant individuals in society. Inequality between the roles of men and women is one of the structural barriers that causes individuals in society to not have equal access. The problem raised in this program is gender inequality in activities as women in Samarinda City. This Community Service Program aims to increase knowledge about the importance of gender equality in life. Cinema Therapy and Focus Group Discussion flagship programs, gender equality education programs community as a method of problem solving. The steps in solving the problem are (1) educating the behavior of internalized sexism and patriarchal culture, (2) watching Kartini, (3) discussing the meaning of the film. After the materials and films were shown, society experienced a decrease in the level of internalized sexism. So, young people can understand gender equality.*

Keywords: *Patriarchal Culture; Internalized Sexism; Cinema Therapy; Focus Group Discussion*



Article History:

Received: 15-06-2021
Revised : 26-06-2021
Accepted: 28-06-2021
Online : 01-08-2021



*This is an open access article under the
CC-BY-SA license*

A. LATAR BELAKANG

Kesetaraan gender merupakan suatu bahasan yang santer terdengar akhir-akhir ini di berbagai belahan bumi manapun, menurut Komisi Nasional Perempuan (2019) persoalan kesetaraan gender tidak hanya terjadi di satu daerah atau wilayah, tetapi juga berlangsung hampir di setiap bagian dunia, termasuk negara-negara di wilayah Asia Pasifik, meskipun memiliki pertumbuhan ekonomi yang sangat kuat, kemajuan perempuan dalam partisipasi ekonomi di kawasan Asia Pasifik sangat lambat selama 20 tahun terakhir. Salah satu bentuk dari minimnya kesetaraan gender yaitu adanya budaya patriarki.

Budaya patriarki adalah budaya yang mengacu pada kondisi sosial budaya yang memberikan pandangan bahwa laki-laki adalah superior (Yusilia. H, 2014) adapun secara istilah patriarki berasal dari kata patriarkat yang berarti struktur yang menempatkan peran laki-laki sebagai penguasa tunggal sentral dan segala-galanya (Rokhmansyah, 2016). Bahkan kerap kali hal ini memunculkan ketidaksukaan terhadap kaum wanita yang ditandai dengan merendahkan wanita secara sosial dan kepribadian, kekerasan terhadap wanita, serta diskriminasi seksual. Hal ini sesuai dengan dilansir oleh IDN Time Kaltim bahwa Kota Samarinda menduduki peringkat pertama tertinggi untuk kasus kekerasan perempuan di Kalimantan Timur. Sehingga, wanita dipandang tidak memiliki *power* atau kuasa dibandingkan laki-laki. Pandangan ini melekat pada sebagian masyarakat Kota Samarinda dan membentuk sebuah *stereotype*.

Stereotype yang melekat pada perempuan mendapatkan dampak negatif yang dialami perempuan salah satunya mendapatkan perilaku yang tidak menyenangkan seperti adanya diskriminasi dalam kehidupan bermasyarakat. Hal ini dapat dikatakan lumrah karena perempuan dianggap tidak sanggup menghadapi hal yang dilakukan sebagaimana pada laki-laki. Hal-hal ini sering disebut juga sebagai *Internalized Sexism* (Salama, 2013).

Internalized sexism adalah suatu bentuk prasangka atau diskriminasi kepada kelompok lain karena adanya perbedaan jenis kelamin, serta biasanya dialami oleh perempuan karena dianggap lemah yang bersumber dari *stereotype* di masyarakat (David, 2013). Oleh karena itu *internalized sexism* menjadi hal yang tidak menyenangkan apabila dialami oleh perempuan, namun hal ini sering sekali terjadi di berbagai belahan dunia. *Internalized sexism* yang ditampilkan dapat berupa kekerasan pada perempuan, pelecehan seksual pada perempuan, dan segala bentuk diskriminasi seksual yang mayoritas dapat dilakukan baik oleh laki-laki dan perempuan. Hal ini sejalan dengan data yang dihimpun oleh Komnas Perlindungan Anak dan Perempuan dimana pada tahun 2018 terdapat 406.178 kasus kekerasan terhadap perempuan, angka tersebut naik sekitar 14% dibandingkan catatan tahun 2017 yaitu sebanyak 348.446 kasus.

Perilaku *internalized sexism* lebih banyak dialami oleh perempuan. Hal ini diperkuat oleh survei yang dilakukan University College London (Mutiah, 2019), bahwa terdapat bahwa perempuan yang mengalami *internalized sexism* sebanyak lebih dari tiga kali dapat memungkinkan mengalami depresi karena mendapatkan kritikan yang berlebihan. Dari survei tersebut, memiliki keterkaitan dengan aspek *internalized sexism* oleh Baermen, dkk (2009) yaitu perasaan ketidakberdayaan serta ketidakmampuan, persaingan antar wanita, objektifias, dan penghinaan serta kritik.

Adapun *internalized sexism* terjadi hampir di seluruh jenjang sosial di masyarakat tanpa terkecuali. Berdasarkan hasil *screening* penelitian yang telah dilakukan terhadap 113 responden masyarakat Kota Samarinda berusia 19 – 23 tahun, berdasarkan hasil *screening* tersebut terdapat 41 responden dengan kategori tingkat *internalized sexism* tinggi dengan skor pengkategorisasian diatas 6-7, sebanyak 21 orang responden dengan kategori tingkat *internalized sexism* sedang dengan skor pengkategorisasian 4-5, sebanyak 50 responden dengan kategori tingkat *internalized sexism* rendah dengan skor pengkategorisasian 2-3, dan 1 responden dengan kategori tingkat *internalized sexism* sangat rendah dengan skor pengkategorisasian kurang dari 2.

Untuk itu diperlukan upaya preventif untuk menghilangkan atau mengurangi munculnya perilaku *internalized sexism* yang dilakukan oleh masyarakat Kota Samarinda berusia 19 – 23 tahun. Salah satu bentuk upaya preventif yang dapat dilakukan adalah melakukan *cinema therapy*. *Cinema Therapy* adalah teknik terapeutik yang melibatkan film untuk klien menonton secara individual atau kelompok yang bertujuan untuk mencapai tujuan terapeutik tertentu (Portadin, 2006). *Cinema Therapy* digunakan untuk membantu mengedukasi individu dan kelompok orang untuk mengatasi masalah di kehidupan nyata. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Gregerson, 2010) yaitu *cinema therapy* merupakan alat atau teknik dalam terapi, konseling, dan pembinaan untuk membantu individu atau sekelompok orang agar menjadi sadar dan dapat mengatasi masalah kehidupan nyata dengan merefleksi dan berdiskusi tentang karakter, gaya bahasa, atau arketipe dalam film atau video. Sedangkan diskusi tentang karakter dapat menjadi bahan untuk treatment selanjutnya yang dapat memperkuat perilaku yaitu FGD.

Focus Group Discussion adalah suatu bentuk diskusi yang didesain sedemikian rupa agar dapat memunculkan informasi mengenai keinginan, sudut pandang, kebutuhan, kepercayaan, dan pengalaman yang dikehendaki peserta (Paramita & Kristiana, 2013). Oleh karena itu metode FGD berbeda dari diskusi-diskusi lainnya karena lebih terfokus mengenai permasalahan yang terjadi dan memunculkan informasi yang baru, serta membantu peserta diskusi untuk mendalami permasalahan yang disajikan

dari sudut pandang yang berbeda, sehingga dapat digunakan sebagai penguat *treatment cinema therapy*.

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan program kerja perlu dilakukan untuk menurunkan tingkat kekerasan terhadap perempuan bahkan gender di Kota Samarinda dan memberi edukasi kepada masyarakat pentingnya menghargai manusia tanpa memandang gendernya ini ditujukan seluruh masyarakat Kota Samarinda berusia 19 – 23 tahun. Tujuan dari program kerja ini untuk menurunkan perilaku *internalized sexism* terkait budaya patriaki.

B. METODE PELAKSANAAN

Solusi terkait masalah meningkatkan kekerasan terhadap perempuan adalah dengan melakukan *Focus Group Discussion* (FGD) dan *Cinema Therapy* kepada masyarakat Kota Samarinda berusia 19 sampai 23 tahun. Dalam pelaksanaan program kerja dilakukan secara *online*. Kelompok sasaran yang dipilih karena pelaku dan korban dari kekerasan perempuan yang terjadi ialah berusia remaja akhir menuju dewasa awal.

Metode pendekatan yang digunakan dalam program pengabdian masyarakat ini adalah metode pendekatan kuantitatif dengan desain eksperimen. Metode kuantitatif merupakan suatu cara yang digunakan untuk menjawab masalah penelitian yang berkaitan dengan data berupa angka dan program statistic (Muhammad et al., 2020). Desain eksperimen yang dikembangkan untuk mempelajari fenomena dalam kerangka hubungan sebab-akibat, yang dilakukan dengan memberikan perlakuan oleh tim pengabdian masyarakat kepada subyek penelitian untuk kemudian dipelajari atau diobservasi efek perlakuan tersebut. Pada program pengabdian masyarakat ini, tim menggunakan sekelompok subyek dari suatu populasi tertentu (Latipun, 2006).

Teknik pengumpulan data yang digunakan survei pengumpulan data melalui survei untuk mengumpulkan data dan melihat masalah di lokasi dari opini dan sikap masyarakat. Survei yang mengambil sampel dari satu populasi dan menggunakan kuesioner sebagai alat pengumpulan data yang pokok (Adiyanta, 2019).

Instrumen survei yang digunakan dalam penelitian berbentuk kuesioner berbasis *online* menggunakan *Google Form*. Instrumen survei terdiri dari karakteristik responden dan penyampaian informasi *internalized sexism* serta budaya patriaki. Dimana penulis mengembangkan sendiri instrumen yang akan digunakan untuk mengumpulkan data penelitian.

Program Pengabdian Masyarakat dilakukan di Kota Samarinda dengan metode-metode yang akan dilakukan untuk memberikan solusi atas permasalahan tersebut sebagai berikut:

1. Melakukan *screening* dilakukan untuk mendapatkan subyek penelitian (sampel) dari populasi penelitian. 60 subyek yang termasuk ke dalam

kategori *internalized sexism* tinggi dan budaya patriarki sedang akan dipilih sebagai subyek program pengabdian masyarakat.

2. Pemberian *pre-test* dilakukan untuk mengetahui tingkat *internalized sexism* dan budaya patriarki subyek. Adapun *pre-test* yang kami gunakan ada tiga skala *internalized sexism*, skala budaya patriarki, skala *cinema therapy* dan *focus group discussion*. Dari hasil *pre-test*, subyek akan dikategorikan sesuai dengan norma masing-masing skala, kemudian akan dibandingkan dengan hasil *post-test*.
3. Sebelum diberikan perlakuan (*treatment*) melalui *zoom meeting*, terlebih dahulu kami menjelaskan mengenai maksud dan tujuan diadakannya program pengabdian masyarakat dan membagikan *informed consent* kepada subyek penelitian sebagai bukti bahwa subyek bersedia mengikuti program pengabdian masyarakat dengan sukarela dan tanpa paksaan apapun dari peneliti.
4. Perlakuan (*treatment*) diberikan kepada subyek yang dieksperimen, berupa *cinema therapy* dan melakukan *focus group discussion*, yang dimaksudkan untuk menurunkan *internalized sexism* dan menurunkan tingkat budaya patriarki pada subyek program pengabdian masyarakat. Dalam pelaksanaan *treatment*, kami akan memberikan penjelasan kepada subyek terkait dengan *cinema therapy* yang akan dilanjutkan dengan *focus group discussion*. Pelaksanaan perlakuan (*treatment*) dilakukan sebanyak 60 subyek.
5. Melakukan *post-test* yang di sebar melalui *Google Form* kepada kelompok sasaran (remaja Kota Samarinda berusia 19 -23 tahun). *Post – test* dilakukan setelah berakhirnya kegiatan *Cinema Fordisc (Cinema Therapy & Focus Group Disscusion)* dengan menggunakan pertanyaan yang sama dengan soal *pre test*.

Adapun langkah – langkah yang ditempuh dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini mencakup beberapa tahap, yaitu:

1. Tahap persiapan yaitu melakukan koordinasi internal, membuat proposal pengabdian masyarakat, pembagian *job description*, dan membuat instrument yang dibutuhkan (lembar *pretest & post-test*, *link* presensi, materi, dan pemilihan film).
2. Tahap pelaksanaan yaitu training secara *online* melalui *Zoom Meeting* yang telah disesuaikan dengan teori – teori yang digunakan. Detail pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat di lapangan secara *online (Zoom Meeting)* dapat dilihat dalam Tabel 1 berikut.

Tabel 1. Proses Pelaksanaan Kegiatan

No.	Durasi	Kegiatan	Keterangan
1.	5 jam	Pertemuan pertama (pembuka, pemaparan materi, dan pemberian perlakuan <i>cinema therapy</i>)	Tim pengabdian masyarakat membangun <i>rapport</i> , membagikan <i>informed consent</i> , skala penelitian (<i>pre-test</i>), pemaparan materi

No.	Durasi	Kegiatan	Keterangan
			tentang <i>internalized sexism</i> , dan pemberian perlakuan <i>cinema therapy</i> menggunakan film Kartini (2017).
2.	3 jam	Pertemuan kedua (pemberian perlakuan <i>focus group discussion</i> , dan penutup/ <i>closing</i>)	Tim pengabdian masyarakat membagi subyek kedalam kelompok kecil kemudian memberikan tugas pada subyek untuk melakukan <i>focus group discussion</i> yang difasilitatori oleh satu orang dari tim. Setelah itu subyek dalam kelompok kecil berdiskusi dalam kelompok besar untuk mencapai kesimpulan akhir yang disampaikan oleh fasilitator kelompok besar. Kemudian tim membagikan <i>post-test</i> dan evaluasi pada subyek serta melakukan <i>closing</i> .

3. Tahap akhir yaitu analisis *feedback*, pembuatan laporan, evaluasi kegiatan untuk melihat pencapaian tujuan kegiatan dan pembuatan luaran berupa artikel untuk dipublikasikan di jurnal pengabdian masyarakat.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

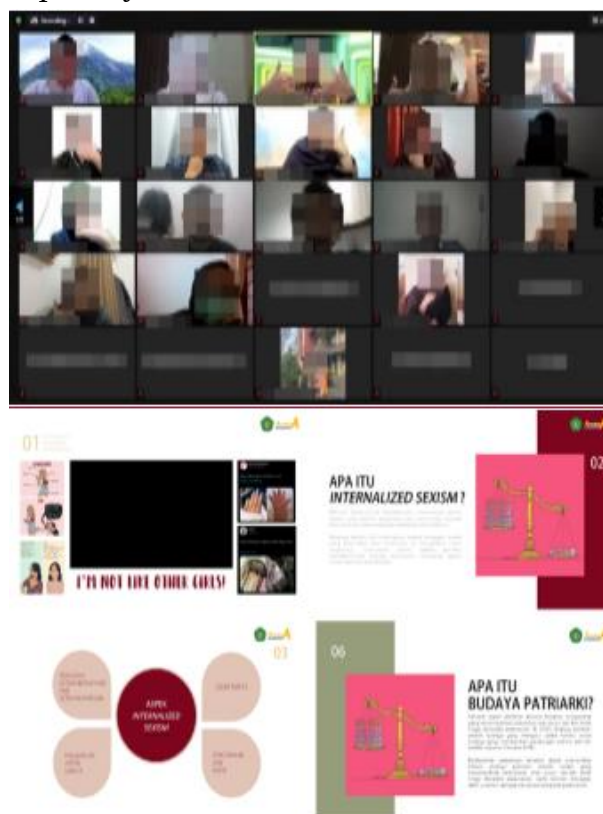
Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berlangsung di Kota Samarinda, Provinsi Kalimantan Timur. Langkah pertama yang dilakukan adalah melakukan *screening* selama sekitar 1 minggu. Kegiatan ini terdapat 60 subyek yaitu masyarakat Kota Samarinda berusia 19 sampai 23 tahun bersedia menjalani program pengabdian masyarakat ini dengan kategori *internalized sexism* tinggi dan budaya patriarki sedang. Kegiatan ini dibagi menjadi dua pertemuan.

Pada pertemuan pertama yaitu meliputi pembukaan, membangun rapport pada sasaran subyek (Remaja Kota Samarinda berusia 19 sampai 23 tahun), pemberian skala *pre-test*. Setelah itu dilakukan pemaparan mengenai gambaran kesetaraan gender di Kota Samarinda, *internalized sexism* dan budaya patriarki pada subyek serta diberikan perlakuan pertama yaitu *cinema therapy* menggunakan film kartini. Pada film Kartini menjelaskan biografi kehidupan RA Kartini dalam memperjuangkan kesetaraan gender perempuan dan laki-laki pada masa penjajahan Belanda.

Pelaksanaan perlakuan (*treatment*) dilakukan sebanyak 60 subyek. Alasan kami menggunakan *cinema therapy* sebagai salah satu *treatment* dalam program pengabdian masyarakat ini berdasarkan pernyataan yang

dikemukakan oleh Gregerson (2010) dimana *cinema therapy* merupakan alat atau teknik terapi, konseling, dan pembinaan untuk membantu individu atau sekelompok orang agar menjadi sadar dan dapat mengatasi kehidupan nyata. Selain itu, *cinema therapy* merupakan metode penggunaan film untuk memberikan efek positif pada konseli seperti mampu untuk memengaruhi kehidupan seseorang (Rob & Nina, 2007). Pelaksanaan kegiatan ini seperti pada Gambar berikut.

Selain itu Solomon (2011) mengemukakan bahwa *cinema therapy* menjadi intervensi terapeutik yang memungkinkan individu menilai secara visual karakter-karakter yang ada dalam film, berinteraksi dengan orang lain, lingkungannya dan masalah-masalah pribadi. Berdasarkan pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa *cinema therapy* dapat membantu individu atau kelompok untuk mengatasi masalah-masalah di kehidupan nyata serta memahami lingkungannya dengan memvisualisasikan karakter yang ada di film dengan kehidupan nyata, untuk itu perlakuan *cinema therapy* dengan film yang tepat dapat menurunkan tingkat *internalized sexism* pada kehidupan nyata.

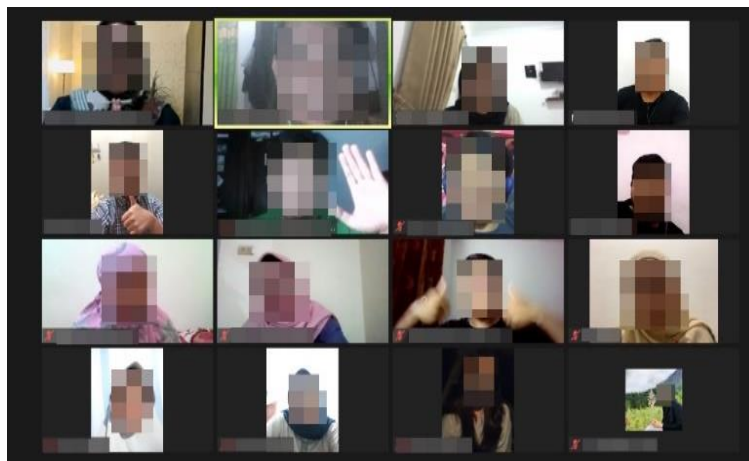


Gambar 1. Materi pemaparan untuk Masyarakat Pada Sesi Pertama

Selanjutnya pertemuan kedua program pengabdian masyarakat ialah memberikan perlakuan kedua (*treatment*) melalui *zoom meeting* diberikan kepada subyek yang dieksperimen melakukan *focus group discussion*, yang dimaksudkan untuk menurunkan *internalized sexism* dan menurunkan tingkat budaya patriarki pada subyek program pengabdian masyarakat. Pada sesi *focus group discussion*, para subyek diminta untuk menjelaskan

makna-makna yang di dapat dari film Kartini dan dikaitkan apa yang terjadi di kehidupan para subyek sebagai laki-laki maupun perempuan.

Selain itu, alasan kami menggunakan *focus group discussion* menjadi *treatment* kedua dalam program pengabdian ini ialah merujuk pada pendapat yang dikemukakan oleh Afiyanti (2008), bahwa *focus group discussion* bertujuan untuk memperoleh interaksi data yang dihasilkan dari suatu diskusi sekelompok partisipan atau responden dalam hal meningkatkan kedalaman informasi menyingkap berbagai aspek suatu fenomena kehidupan sehingga fenomena tersebut dapat didefinisikan dan diberikan penjelasan. Sedangkan menurut Speziale dan Carpenter (2003) menjelaskan bahwa metode *focus group discussion* merupakan metode pengumpulan data yang hemat biaya atau tidak mahal, fleksibel, praktis, elaboratif serta dapat mengumpulkan data yang lebih banyak dalam waktu yang singkat.



Gambar 2. *Focus Group Discussion*

Kemudian, setelah satu minggu diberikan *cinema therapy* dan *focus group discussion*, para partisipan diberikan skala *follow-up* untuk melihat perbandingan antara *pre-test* dan *post-test* serta persepsi baru dalam diri partisipan dalam berkehidupan sehari-hari. Pada tahap ini mengalami kendala dalam menghubungi para partisipan karena padatnya aktivitas yang dijalani.

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa *focus group discussion* dapat membantu individu atau kelompok untuk memahami fenomena di kehidupan dengan meningkatkan kedalaman informasi dalam waktu yang lebih singkat dan diskusi yang lebih fleksibel, untuk itu *focus group discussion* dapat menurunkan tingkat *internalized sexism* yang juga merupakan fenomena yang ada di kehidupan. Jenis perlakuan yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cinema therapy* dan *focus group discussion*. Kombinasi metode ini merupakan inovasi baru yang peneliti kembangkan dari aspek-aspek *internalized sexism* yaitu aspek perasaan

ketidak berdayaan dan ketidakmampuan, aspek persaingan antar wanita, aspek objektivitas, serta aspek penghinaan dan kritik.

Perlakuan (*treatment*) *cinema therapy* dan *focus group discussion* diberikan kepada subyek 30 dalam dua pertemuan yaitu sesi pertama diberikan perlakuan *cinema therapy* dan sesi kedua subyek diminta melakukan *focus group discussion*. Adapun subyek dipilih berdasarkan hasil *screening* yang telah dilakukan sebelumnya.

Berdasarkan data analisis yang dibahas pada sub bab sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa perlakuan *cinema therapy* dan *focus group discussion* mampu memberikan perubahan menurunkan tingkat *internalized sexism*. Artinya, jika perlakuan diberikan kepada masyarakat Kota Samarinda secara teratur, maka masyarakat Kota Samarinda akan mengalami penurunan tingkat *internalized sexism* dengan signifikan. Hal ini tentunya dapat membantu masyarakat Kota Samarinda dalam menghadapi fenomena budaya patriarki.

D. SIMPULAN DAN SARAN

Cinema therapy dan *focus group discussion* merupakan program yang dimana memberikan informasi terkait upaya preventif perilaku *internalized sexism* pada budaya patriarki di Kota Samarinda dengan media zoom meeting ke masyarakat sebagai metode penyelesaian masalah. Dari hasil program *cinema therapy* dan *focus group discussion* didapatkan beberapa outcome antara lain (1) masyarakat mendapat informasi akan pentingnya kesetaraan gender dalam kehidupan sehari-hari. (2) masyarakat menjadi tahu pentingnya meminimalisir perilaku *internalized sexism* antar gender. (3) Masyarakat maupun semua pihak yang ada di dalam *zoom meeting* ini mendapat pengetahuan atau informasi yang bermanfaat mengenai bagaimana kondisi kesetaraan gender skala nasional, lingkup Kota Samarinda, dan apa saja upaya yang telah dilakukan berbagai pihak untuk mengedepankan kesetaraan gender.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih diucapkan kepada seluruh masyarakat Kota Samarinda, Provinsi Kalimantan Timur beserta masyarakatnya dan Universitas Mulawarman yang telah mendukung kegiatan ini beserta mahasiswanya.

DAFTAR RUJUKAN

- Adiyanta, F. C. S. (2019). Hukum dan Studi Penelitian Empiris: Penggunaan Metode Survey sebagai Instrumen Penelitian Hukum Empiris. *Administrative Law & Governance Journal*, 2(4), 697–709.
- Afiyanti, Y. (2008). Focus Group Discussion (Diskusi Kelompok Terfokus) Sebagai Metode Pengumpulan Data Penelitian Kualitatif. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 12(1), 58–62.
- David, E. J. R. (2013). *Internalized Oppression: The Psychology Of Marginalized Groups*. Internalized Oppression: The Psychology Of Marginalized Groups.

- Gregerson, M. (2010). *The Cinematic Mirror for Psychology and Life Coaching*. Germany: Springer Science & Business Media.
- Komisi Nasional Perempuan. (2019). *Catatan Tahunan Kekerasan terhadap Perempuan Tahun 2019*. <https://www.komnasperempuan.go.id/read-news-catatan-tahunan-kekerasan-terhadap-perempuan-2019>
- Latipun. (2006). *Psikologi Eksperimen*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang Press.
- Muhammad, H., Murtinugraha, R. E., & Musalamah, S. (2020). Pengembangan media pembelajaran e-learning berbasis moodle pada mata kuliah metodologi penelitian. *Jurnal Pensil: Pendidikan Teknik Sipil*, 9(1), 54–60.
- Mutiah, R. (2019). Sistem patriarki dan kekerasan atas perempuan. *Komunitas*, 10(1), 58–74.
- Paramita, A., & Kristiana, L. (2013). Teknik Focus Group Discussion Dalam Penelitian Kualitatif (Focus Group Discussion Tehnique in Qualitative Research). *Buletin Penelitian Sistem Kesehatan*, 16(2), 117–127.
- Portadin, M. (2006). *The Use of Popular Film in Psychotherapy-is there a Cinematherapy? Dissertation*. Newton: Massachusetts School of Professional Psychology.
- Rob, A., & Nina, K. (2007). *Dramatic Psychological Storytelling Using The Expressive Arts and Psychotheatrics*. Palgrave Macmillan: Martin's Press.
- Rokhmansyah, A. (2016). *Pengantar Gender dan Feminisme*. Yogyakarta: Garudhawaca.
- Salama, N. (2013). Seksisme Dalam Sains. *Sawwa: Jurnal Studi Gender*, 8(2), 311–322.
- Solomon, G. (2011). *Reel Therapy: How Movies Inspire You to Overcome Life's Problems*. New York: Lehar Friedman Books.
- Yusilia, H. (2014). Pengarus utamaan gender (PUG) dalam tantangan budaya patriarki. *Wardah*, 28(15), 195–201.