

Bagaimana Pekerja Kemanusiaan terpapar Emosi “Rasa Bersalah Penyintas”

Apa itu Kerja Kemanusiaan?

Amoz JY Hor & Azharul Husna

Kerja kemanusiaan adalah hal baik, mulia dan positif. Tetapi, apakah semua kerja-kerja yang dilakukan untuk menolong orang lain dapat disebut sebagai kerja kemanusiaan? Di luar sana, terdapat banyak sekali orang yang mengklaim bahwa yang dilakukannya adalah kerja kemanusiaan. Apakah definisi kerja kemanusiaan sesederhana itu sehingga sebegitu mudahnya seseorang mengklaim bahwa dirinya adalah pekerja kemanusiaan hanya karena pekerjaan yang dilakukannya menyangkut hal yang bersifat menolong orang lain? Tentu tidak segampang itu.

Untuk dapat disebut sebagai kerja kemanusiaan, maka sepatutnya apa yang mereka sebut sebagai "kerja-kerja kemanusiaan" itu mesti memenuhi unsur yang menjadi prinsip dasar paling penting dalam kerja-kerja kemanusiaan itu sendiri. Yaitu partisipasi. Adapun partisipasi itu sendiri baru dapat dikatakan terjadi jika penerima manfaat terlibat sebagai subjek aktif dalam pembuatan keputusan dalam pekerjaan yang sedang digarap tadi. Lantas, bagaimana caranya memastikan bahwa yang sedang dikerjakan tadi sudah memenuhi standar partisipasi? Tentu saja ini mesti dipastikan terlebih dulu sebab sering sekali terjadi masalah dalam proses penentuan dan pelibatan partisipan yang akhirnya akan berdampak pada pekerjaan tersebut. Artinya, unsur partisipasi yang kita maksud ini tidak akan semudah itu dipenuhi.

Salah satu yang dapat ditarik sebagai contoh ketika World Bank membangun bendungan Narmada di India. Tujuannya untuk menurunkan angka kemiskinan, penyediaan air minum yang layak, sumber daya listrik, serta irigasi. World Bank menggunakan berbagai macam alat bantu guna mendukung serta memastikan adanya unsur partisipasi di dalam proyek tersebut melalui diskusi kelompok terfokus serta menggunakan kerangka berpikir logis untuk memetakan tingkat kemiskinan atau kelaparan dalam proyek tersebut.

Namun, yang disayangkan alat bantu partisipasi yang digunakan cenderung tidak mendalam atau menyentuh permasalahan yang sebenarnya. Tatkala diskusi kelompok terfokus berlangsung, boleh jadi pertanyaan-pertanyaan seperti apa yang menjadi kebutuhan para penerima manfaat sempat dilontarkan, akan tetapi, para penanya mungkin saja tidak benar-benar ingin mencari tahu lebih dalam atau bagaimana para partisipan seharusnya bisa berpikir dan menganalisis sendiri masalah yang mereka alami. Kenyataannya, proyek Narmada tidak menggeser fakta bahwa pembangunan tersebut juga mengancam 140 ribu orang yang berpotensi mengungsi karena banjir. Kuat kemungkinan, kesalahan ini diakibatkan adanya anggapan bahwa penerima manfaat tidak memiliki pengetahuan tentang dirinya sendiri, kondisi yang mereka hadapi, serta apa yang seharusnya mereka butuhkan.

Contoh lainnya ialah program rekonstruksi pascabencana tsunami di Aceh. Saat itu banyak bangunan dan fasilitas umum yang hancur serta meninggalkan puing-puing. Perekonomian juga hancur. Banyak lembaga kemanusiaan berbondong-bondong

datang dari luar melakukan observasi dan asesmen lalu melahirkan berbagai program. Di antaranya program yang dikenal dengan sebutan *cash for work*. Skema *cash for work* yakni membayar warga yang menjadi korban gempa dan tsunami untuk membersihkan lingkungan sekitarnya dengan jumlah upah yang besar bahkan untuk ukuran upah kekinian. Secara perlahan dan tanpa disadari program ini telah menggeser budaya kerja kolektif (gotong royong).

Jika dilihat dari cangkangnya, program ini seolah mengajak masyarakat untuk berpartisipasi dalam membangun dirinya sendiri. Akan tetapi, muncul pertanyaan apakah dalam program ini korban terlibat secara bermakna? Menurut penulis, *cash for work* tidak membawa suatu manfaat jangka panjang. Ia bahkan menyampingkan sisi-sisi kearifan lokal yakni gotong royong secara sukarela. Secara programatik, masyarakat mungkin dilibatkan oleh lembaga kemanusiaan tersebut akan tetapi, secara filosofis lembaga kemanusiaan tadi telah mencabut bagian paling merdeka dari warga itu sendiri yakni hak untuk tahu. Hak untuk tahu mengenai dampak dan manfaat dari program *cash for work* tersebut. Partisipasi dilakukan dan menjadi penting bukan cuma agar program berhasil tetapi juga karena program itu dibuat dan diterima manfaatnya oleh mereka sendiri!

Contoh lainnya yakni kasus yang lazim terjadi pada pengungsi atau bekas pengungsi. Seperti yang diketahui, terdapat banyak sekali proyek pemberian makanan kepada pengungsi sebagai intervensi terhadap malnutrisi yang terjadi di kamp pengungsian. Padahal, pemberian makanan hanya salah satu dari sekian banyak lapisan masalah yang

dialami oleh pengungsi atau yang terjadi di kamp pengungsian. Kebanyakan proyek salah sasaran ini secara tidak sadar telah melupakan aspek penting yang ada dalam diri manusia itu sendiri yakni harga diri serta aspirasi yang membersamainya. Proyek yang hanya berfokus pada peningkatan nutrisi malah menyiratkan bahwa seolah bantuan kemanusiaan hanya melulu soal pemberian makan saja. Niat yang baik tak serta-merta menjamin hasil yang baik pula.

Saat seseorang menganggap bahwa orang yang ingin dibantu tidak mengerti bagaimana caranya mengelola sesuatu, maka peluang partisipasi mereka untuk andil dalam proyek tersebut otomatis jadi terbatas bahkan hilang sama sekali. Hal yang sama juga terjadi saat pekerja kemanusiaan berpikir bahwa penerima manfaat adalah mereka yang merupakan golongan para korban (pasif) yang mesti diselamatkan.

Emosi “Rasa Bersalah Penyintas”

Hal lain yang patut disorot ketika para pekerja kemanusiaan bersikap apriori saat aspirasi penerima manfaat justru dipinggirkan melalui stereotip. Kembali pada premis awal, jikalau kerja kemanusiaan mensyaratkan partisipasi, lantas mengapa stereotip ini terbentuk?

Setelah melakukan riset penulis menemukan bahwa salah satu alasan mengapa stereotip terhadap orang yang hendak dibantu sulit dihilangkan diakibatkan karena sulitnya mengelola emosi dalam kerja kemanusiaan. Emosi itu dinamakan “rasa bersalah penyintas” atau “*survivor’s guilt*”. Istilah ini mengacu pada munculnya rasa

bersalah seorang penyintas ketika dirinya selamat sementara korban tidak. Hal ini telah menciptakan perasaan bahwa kehidupan yang dijalani oleh penyintas pada hari ini menjadi sebab kematian atau penderitaan bagi orang lain.

Contoh yang serupa dalam kasus ini yaitu ketika seorang dokter kemanusiaan seringkali merasa bersalah setiap kali ada pasien yang meninggal dunia. Mereka berpikir bahwa kematian para pasien tadi diakibatkan ketidakmampuan mereka dalam menolong sehingga nyawa orang lain menjadi taruhannya meski pada kenyataannya kematian tadi dapat berasal dari keterbatasan-keterbatasan seperti ketiadaan peralatan atau jumlah tenaga medis yang tidak cukup memadai.

“Rasa bersalah penyintas” hadir sebagai dampak dari perasaan tak berdaya dalam melakukan sesuatu untuk membantu mengurangi penderitaan orang lain. Perasaan bersalah ini menjadi semakin besar ketika sebagai penyintas, anda tidak saja hidup, tetapi juga hidup dengan nyaman. Perasaan ini bahkan dapat berbentuk penderitaan yang menuding serta menyalahkan penyintas sepanjang waktu seolah mengatakan “Anda bisa hidup nyaman karena penderitaan saya! Jadi, anda harus bertanggung jawab untuk penderitaan saya.”

Emosi “rasa bersalah penyintas” ini bisa juga hadir dalam diri pekerja kemanusiaan manakala kerja-kerja kemanusiaan menjadi pekerjaan yang dilakukan orang-orang yang merasa (relatif) lebih beruntung dan ingin membantu mereka yang dianggap tidak beruntung. Penting dicatat bahwa perasaan bersalah adalah hal yang lumrah dan manusiawi. Yang penting adalah cara seseorang dalam mengelola emosi. Jika tidak

berhati-hati, maka perasaan bersalah akan melahirkan sikap negatif yang akan berdampak buruk tidak hanya bagi diri mereka sendiri, akan tetapi juga orang yang mereka bantu. Hasilnya, yang akan menderita bukan cuma para pekerja kemanusiaan itu saja, tetapi juga orang yang hendak mereka bantu. Kekhawatiran pada fakta bahwa kita mungkin sebenarnya bukan orang yang baik seringkali membuat kita terjebak. Bahkan tanpa disadari kita sering memosisikan diri kita sendiri sebagai pahlawan dalam cerita kita (atau setidaknya bukan penjahat), yang telah menyebabkan kita lupa pada suara-suara orang lain yang ada di luar kita.

Cerita sebagai Contoh

Contoh dari salah seorang pekerja kemanusiaan yang saya wawancarai, sebut saja Kirstin. Begini pengakuannya:

“Saat saya masih muda, saya tidak melihat manusia sebagai bagian dari balik target program. Jadi, misalnya dalam program kami menargetkan katakanlah 1000 orang untuk dibantu maka fokus kami untuk mencapainya.”

Pertanyaannya, mengapa Kirstin tidak melihat sisi kemanusiaan alih-alih hanya angka?

Alasan di balik pikiran Kirstin tersebut terjelaskan dalam kalimat selanjutnya, yaitu:

“Saya tahu bahwa anak merupakan kelompok rentan. Namun, saat itu saya tidak benar-benar paham maksudnya sampai setelah saya menjadi seorang tante. Saya tidak sanggup membayangkan jika harus melihat keponakan saya menjadi salah seorang anak-anak yang meninggal dalam bencana.”

Pernyataan Kirstin memberi tahu kita bahwa berfokus pada jumlah dan bukan pada kemanusiaan adalah cara lain untuk mengalihkan diri dari penderitaan korban supaya

Kirstin dapat menghindari perasaan “rasa bersalah penyintas.” Perasaan ini semakin kuat dan membuat pekerja kemanusiaan berpikir bahwa dirinya mesti melakukan sesuatu. Apa pun itu, dengan atau tanpa partisipasi penerima manfaat.

Pekerja kemanusiaan yang lain ikut menjelaskan:

“Pekerja kemanusiaan perlu merasa bahwa ia telah membuat perbedaan. Termasuk melawan perasaan bersalah saat menyadari bahwa sebuah program yang menghabiskan dana yang besar sekali dan tidak membuat perubahan apa pun. Banyak pekerja kemanusiaan yang pulang dari lokasi dengan perasaan hancur karena merasa segala pengorbanan baik harta bahkan dalam kasus tertentu nyaris nyawa ternyata tidak berarti apa-apa.”

Terus bergelut dalam kesibukan dan fokus pada program adalah cara untuk melindungi atau mencegah hadirnya perasaan “rasa bersalah penyintas”. Kirstin bercerita bahwa ketika dirinya sedang sibuk bekerja untuk merespons bencana Topan Haiyan di Filipina, ia mampu menahan emosi tersebut. Pertahanannya malah hancur saat ia pulang ke rumah tepatnya ketika dirinya menonton berita tentang bencana tersebut di televisi. “Mungkin itu pertama kalinya saya membiarkan diri saya menangis.”

Ketika pekerja kemanusiaan mengalami hal tersebut, boleh jadi akan muncul perasaan bukankah lebih baik kalau kita tidak terlalu sibuk dengan capaian proyek atau sibuk dengan urusan birokrasi? Dengan demikian, ada peluang menimpakan kesalahan kepada diluar diri kita. Misalnya dalam wawancara penulis dengan Jessica Alexander yang merupakan seorang pekerja kemanusiaan. Ia menceritakan betapa dirinya tidak suka terhadap aktivitas “*voluntourists*”, yaitu orang-orang yang datang berkunjung ke

kamp pengungsi namun sebagai bagian dari wisata atau mengisi liburan. Ia mengatakan:

“Orang yang benar-benar pekerja kemanusiaan sangat membenci orang seperti itu. Sebab kesukarelawanannya sejak awal bukan ditujukan untuk membantu orang yang lain, tapi untuk kepuasan sendiri saja.”

Namun demikian, Penting untuk digarisbawahi bahwa dalam proses mengalihkan perasaan “rasa bersalah penyintas” kepada orang lain (*voluntourists*) telah membuat aspirasi orang yang ingin kita bantu menghilang. Jessica juga mengakui bahwa:

“Saya menemukan diri saya di dalamnya, bahwa tujuan saya untuk datang ke sini membantu tidak jauh berbeda dari mereka. Sehingga, saat lembaga bantuan mengeluh tentang “*voluntourists*,” sebenarnya di saat yang bersamaan sedang membuat alasan untuk meyakinkan diri sendiri bahwa apa yang saat ini kami lakukan murni kerja kemanusiaan.”

Apa yang Sebaiknya Kita Lakukan?

Berdasarkan pemaparan di atas, apa yang harus kita lakukan? Memutuskan untuk tidak membuat program kemanusiaan lagi? Tentu saja tidak! Tidak ada yang salah dalam membuat program kemanusiaan. Begitu pula dengan orang-orang yang melakukan ‘*voluntourist*’. Kesalahan malah patut ditimpakan kepada kita ketika dalam kerja-kerja kemanusiaan kita sibuk bergulat dengan program itu sendiri atau malah mengeluhkan para ‘*voluntourist*’ sehingga pada batasan tertentu, kita lupa bagaimana menghargai kemanusiaan orang lain.

Mari kembali kepada pertanyaan di awal: mengapa begitu sulit rasanya untuk mendapatkan partisipasi yang bermakna dari orang yang akan dibantu? Perlu dicatat

bahwa proses partisipasi tidak akan mudah karena ada banyak emosi yang cukup sulit di sana. Dengan demikian, pertanyaan pentingnya kita ubah menjadi, “bagaimana caranya agar kita bisa mengelola emosi dalam kerja-kerja kemanusiaan?”

Pelajaran dari Aceh

Salah satu hal yang penulis pelajari dari Aceh yaitu sikap *peumulia jamee* atau memuliakan tamu. Prinsip ini begitu terasa ketika orang Aceh memutuskan untuk menolong para pengungsi Rohingya yang sedang terkatung-katung di lautan serta membawa mereka ke kamp pengungsian. Tidak seperti kamp pengungsi lainnya yang cenderung terlihat seperti penjara, kamp pengungsi di Aceh justru sangat terbuka. Orang Aceh menciptakan hubungan yang baik nan dalam dengan para pengungsi. Maka tidak heran ketika ada di antara para pengungsi memutuskan untuk pergi meninggalkan Aceh dengan cara naik kapal laut, banyak di antara para pekerja kemanusiaan Aceh yang tahu hal tersebut. Sementara informasi seperti itu malah luput dari tangkapan lembaga kemanusiaan yang jauh lebih besar.

Mengapa masyarakat Aceh mengerti hal-hal yang demikian? Apakah itu disebabkan karena mereka pernah menjadi pengungsi? Mungkin itu menjadi salah satu faktor, tetapi bukan satu-satunya. Sebab, tidak semua orang Aceh pernah melewati konflik bersenjata atau bencana gempa dan tsunami. Menurut penulis, orang Aceh memiliki kekuatan lain yakni daya resiliensi yang berasal dari kekuatan spiritual. Kekuatan ini merupakan refleksi dari ajaran agama. Sebagai contoh, salah seorang pekerja kemanusiaan bernama Faridah bercerita bahwa suatu hari dirinya pernah sangat kesal

dan marah terhadap seseorang. Namun, dia berusaha untuk meredam amarahnya bahkan mencoba duduk dengan orang tersebut dan mulai mendengarkan, untuk mencari tahu akar permasalahan yang membuatnya marah. Faridah menggambarkan bagaimana proses emosinya dapat dikendalikan:

“Nggak ada yang abadi di dunia ini. Ketika kita ingat bahwa apa pun yang kita miliki itu pada dasarnya bukan milik kita, kita harus ikhlas membantu. Kita harus mencoba untuk mengesampingkan ego kita dan kembali kepada niat awal kita. Jangan sampai kita juga terpancing marah. Sabar untuk melakukan sesuatu dan menghargai orang lain sehingga kita bisa menerima orang apa adanya. Karena semua itu hanya titipan Allah buat kita.”