

**PENDAMPINGAN PASTORAL YANG  
MEMBERDAYAKAN PENYINTAS SINABUNG  
YANG MENGALAMI TRAUMA**

**Indah Sriulina**

**Abstract**

Hidden trauma within the survivors of an erupting Mount Sinabung has made it difficult for survivors to think objectively about the future—a limitation that has "contaminated" them, with regard to the past. Concerning this disaster, ongoing from 2010 until now, the urgency for physical relocation is clear. Nevertheless, this remains an unheeded warning. To address this issue, the author articulates here a method of pastoral care with intent to effect physical relocation. Rather than rushing ahead to the end result, the author instead forwards an alternative approach, namely, the relocation of memory. Relocation of memory describes a method of pastoral care that assists in recognizing the danger to come, if survivors remain unwilling to undergo physical relocation. Relocation of memory thus helps survivors to realize that life moves on, even with certain trauma.

Keyword: Relocation of memory, pastoral care, Sinabung, trauma, empowerment.

**Abstrak**

Trauma yang berkembang secara terselubung dalam diri penyintas erupsi gunung Sinabung membuat penyintas tidak dapat berpikir akan masa depan secara objektif. Keterbatasan ini membuat mereka terkontaminasi dengan masa lalu. Bencana yang terjadi sejak tahun 2010 hingga sekarang, mengharuskan relokasi fisik terjadi. Namun, himbauan itu tidak didengar. Oleh karena itu, dalam makalah ini, penulis menawarkan suatu usaha pendampingan pastoral yang bertujuan terjadinya relokasi fisik. Tidak terburu-buru pada tujuan tersebut, penulis menawarkan suatu alternatif lain yakni relokasi memori. Relokasi memori adalah bagaimana pendampingan pastoral membantu penyintas menyadari bahaya yang akan terjadi di masa depan jika mereka enggan relokasi fisik. Relokasi memori membantu

penyintas menyadari bahwa kehidupan bergerak ke depan bersama dengan trauma tersebut.

Kata-Kata Kunci: relokasi memori, pendampingan pastoral, Sinabung, trauma, pemberdayaan

### **Relokasi Fisik: Himbauan yang Tak Didengar**

Bencana erupsi Gunung Sinabung terjadi sejak Agustus 2010 yang mengharuskan evakuasi 12.000 warga di sekitar delapan lokasi. Sinabung aman selama kurang lebih sebulan sampai akhirnya pada bulan September 2010 kembali meletuskan lava. Semenjak saat itu, gunung Sinabung tidak lagi meletuskan lava dan status gunung menjadi aman. Kondisi ini bertahan 3 tahun hingga pada pertengahan bulan September 2013 ketika Sinabung kembali meletuskan lava. Letusan memuncak hingga pada bulan November 2013 sehingga status gunung menjadi “awas.” Akibatnya, penduduk dari 21 desa diungsikan. Letusan tidak berhenti hingga November 2015. Selama dua tahun, para penyintas berpindah-pindah posko. Februari hingga Mei 2016, Sinabung kembali mencuri perhatian. Kali ini, letusan itu menelan sembilan korban jiwa.

Bencana yang belum berhenti hingga sekarang, membuat pemerintahan selalu menghimbau para penyintas untuk relokasi. Himbauan ini dilakukan semenjak tahun 2013 seiring dibangunnya rumah sementara di desa Siosar, yang rampung pada Agustus 2015. Rumah sementara yang sudah siap huni masih diperuntukkan bagi sebagian warga desa, sedangkan yang lain masih harus tinggal di posko-posko pengungsian dan di Hunian Sementara (Huntara), yang merupakan sumbangan seorang dermawan.<sup>1</sup> Dalam proses relokasi yang bertahap, pemerintah memusatkan perhatian pada pembangunan rumah, sedangkan ladang menjadi perhatian kemudian. Hal ini dilakukan karena Siosar adalah kawan hutan lindung sehingga masih kontroversial. Perhatian yang terpusat pada pembangunan rumah, dan bukan ladang, membuat para penyintas enggan untuk relokasi.

Keengganan untuk relokasi, tidak menjadikan mereka tinggal diam selama berada di posko-posko maupun Huntara. Salah satu contoh, penyintas desa Gurukinayan yang masih memiliki lahan pertanian di radius 3-4 kilometer dari kaki gunung Sinabung, selalu

---

<sup>1</sup> Kompas, “Relokasi Pengungsi Sinabung ke Hutan Lindung Mengundang Reaksi,”

<http://regional.kompas.com/read/2015/06/24/10122171/Relokasi.Pengungsi.Sinabung.ke.Hutan.Lindung.Mengundang.Reaksi>, diakses pada tanggal 6 Juni 2016.

menyempatkan diri untuk berladang setiap harinya.<sup>2</sup> Ketika melakukan percakapan dengan beberapa penyintas, mereka lebih memilih pergi berladang untuk menyegarkan pikiran dan melupakan sejenak penderitaan yang mereka hadapi.

### **Kehidupan Netta Sembiring sebagai Contoh Kasus**

Netta beru Sembiring,<sup>3</sup> lahir dan besar di Desa Gurukinayan, Tanah Karo, Sumatera Utara. Netta memiliki lima saudara kandung, walau satu saudara perempuannya, sudah lebih dulu meninggal. Orangtuanya masih hidup dan tinggal di Kabanjahe. Ia adalah seorang janda dan memiliki dua orang anak, Yenni dan Dipo. Suaminya meninggal awal tahun 2011 karena sakit dan dua anaknya merantau ke Batam. Ia hidup di Huntara bersama seorang janda lain yang juga adalah seorang penyintas.

Netta sudah mulai mengungsi sejak awal tahun 2010, kemudian kembali ke desa lagi, karena status gunung Sinabung kembali aman, dan kembali mengungsi selama delapan bulan yang berawal dari bulan November 2013. Pertengahan tahun 2014, ia kembali ke persimpangan Desa Gurukinayan, yang adalah desa tempat Netta lahir dan besar, yang sudah habis terbakar karena erupsi gunung Sinabung. Selama di persimpangan, ia tinggal dengan para penyintas lain, di sebuah tenda yang disiapkan oleh Pemerintah Daerah. Mereka sementara tinggal di tenda karena saat itu sedang dibangun Huntara, yang merupakan sebuah sumbangan dari seorang dermawan, Pak Jengala; begitu panggilan para penyintas. Awal tahun 2015, Huntara sudah selesai dibangun secara bergotong royong, dan beberapa penyintas yang adalah janda menempati Huntara tersebut (terdiri dari 12 unit dan ditempati 24 keluarga). Tanggal 3 Juni 2015, status gunung kembali naik, menjadi “siaga.” Semenjak itu, Netta kembali mengungsi di Posko *Lau Buah*, di Desa Batu Karang.

Desa Gurukinayan berada di arus luncuran awan panas dan abu. Oleh sebab itu, Desa Gurukinayan mengalami kerusakan yang parah. Hampir seluruh rumah warga mengalami kebakaran. Selain kerusakan rumah warga, ladang pertanian yang adalah sumber penghasilan juga habis lenyap “dimakan api.” Kehilangan yang sangat

---

<sup>2</sup> Penulis memperhatikan kenyataan ini ketika melakukan observasi di Posko *Lau Buah*, desa Batu Karang, yang dihuni oleh penyintas Sinabung dari desa Gurukinayan, bulan Juni-Juli 2015.

<sup>3</sup> Netta Sembiring, wawancara oleh penulis, Sumatera, Indonesia, 12 Juli 2015.

besar ini menjadikan Netta hidup seorang diri. Sebelumnya Netta hidup di *waluh jabu*<sup>4</sup> bersama dengan tujuh keluarga lainnya.

Sebagai seorang petani, ia kehilangan segalanya. Mulai dari rumah adat, rumah pribadi, dan satu ladang yang habis terkena lahar panas. Ia masih memiliki satu ladang lain dan ladang tersebut memiliki jarak radius 4 km dari gunung. Di ladang itu, ia menguburkan suami dan nenek dari suaminya serta menghabiskan waktu setiap harinya. Kuburan berada di tengah ladang bukanlah hal yang aneh. Banyak masyarakat Karo yang melakukan hal ini sebagai wujud identitas. Tanah menjadi sebuah identitas yang tidak dapat dipisahkan dari pribadi masyarakat Karo. Masyarakat Karo menyakini pepatah, *ingan pusung dabuh*.<sup>5</sup> Ketika tanah menjadi sebuah identitas bagi masyarakat Karo dan tanah itu direnggut, maka harga diri masyarakat Karo akan turun. Mereka akan menganggap diri mereka tidak ada artinya. Hal ini menjadi salah satu alasan bagi Netta untuk tidak pernah pergi meninggalkan desa Gurukinayan.

Bencana ini tidak membuat Netta ingin keluar dari desa Gurukinayan, bahkan ia masih suka berladang. Baginya, berladang adalah satu-satunya sumber kehidupan. Netta berpendapat,

*Gini, biar pun aku keluar dari Gurukinayan ini ke mana tujuannya kalau ngga ada ladang kita mau dikerjain. Itu makanya selalu keke waktu itu datang hari itu, tim Jokowi itu maunya kami keluar dari Gurukinayan, terutama yang di lepar (lahan). Maunya dikasih lahan kami, biar kami bisa beraktivitas. Ini keluar kami bilang, bisa kami ngontrak di Kabanjahe, ke mana kami?! Hidup di kota tidak mungkin lama-lama. Uang sewa rumah aja, uang kontrakan saja enam juta satu tahun. Belum lagi lampu, belum lagi air. Ke mana kita harus naik transport (kendaraan). Kalau di sini kan, bisa kita petik di sawah. Kalau di pajak (pasar) sana, mana mungkin? Memang yang tinggal sebagian di sini yang ada ladangnya di lepar ini.*

Keluar dari desa bukanlah isu baru yang ditekankan kepada penyintas. Sudah banyak pihak (gereja dan pemerintah) yang

---

<sup>4</sup> Rumah *Waluh Jabu* adalah rumah Adat Karo. *Waluh* berarti delapan; *Jabu* berarti delapan. Jadi, *waluh jabu* adalah rumah yang didiami oleh delapan keluarga. Kedelapan keluarga tersebut masih mempunyai hubungan kekeluargaan. Henry Guntur Tarigan, *Percikan Budaya Karo* (Bandung: Yayasan Merga Silima, 1990), 1.

<sup>5</sup> *Ingan* yang berarti tempat, *pusung* yang berarti tali puser, dan *dabuh* yang berarti jatuh, adalah sebuah keyakinan filosofis masyarakat Batak Karo pada umumnya. Tanah Karo diyakni sebagai tempat tali puser mereka jatuh atau, secara sederhana, tanah kelahiran. Keyakinan filosofis ini mengindikasikan tanah sebagai sebuah identitas masyarakat Batak Karo.

menyarankan warga desa Gurukinayan untuk keluar dari zona merah, tetapi tidak mendapat respons baik. Justru mereka semakin kuat dan teguh untuk tetap tinggal di sekitaran desa (*lepar*). Itulah sebabnya saat menjelaskan pernyataan di atas, kemarahan nampak jelas dalam wajah Netta. Sese kali ia menatap sinis dan tajam pada penulis.

Di sisi lain, berladang dapat menghibur Netta dalam penderitaannya. Aktivitas berladang tampaknya menjadi sebuah rutinitas yang tidak bisa ditinggalkan. Netta mengatakan,

Dua jam saja kami bisa ke ladang, pikiran sudah tenang. Kalau terus-terusan kami duduk di posko sana, apa *ngga* sakit tahu *kam*? Sakit pasti! Waktu di Zentrum ada satu bulan kami *ngga* dikasih keluar? *Ngga* bisa. Karena di situ Sinabung lagi *ngamuk-ngamuknya*. Tahu *kam*? Sakit semua. Makan pun *ngga* enak.

Dari pernyataan di atas, terlihat bahwa berladang menjadi sebuah aktivitas yang menenangkan karena memberi dampak positif bagi diri penyintas. Hal ini memperkuat kenyataan bahwa tanah menjadi sebuah identitas bagi masyarakat Karo. Penulis juga meyakini bahwa berladang menjadi sebuah aktivitas yang tidak bisa begitu saja ditinggalkan mengingat petani adalah pekerjaan turun menurun.

Keengganan untuk relokasi, tidak menjadikan Netta acuh akan himbuan untuk pindah dari *zona merah*. Netta sadar bahwa berada di *zona merah* adalah hal yang berbahaya. Tetapi, sebagai seseorang yang mengalami peristiwa traumatis, ia hanya ingin ketenangan. Trauma itu melumpuhkan kemampuannya untuk berpikir secara kritis dan objektif, dan ini juga terjadi terhadap para penyintas Sinabung lainnya. Bencana yang belum berhenti hingga sekarang, membuat mereka hanya ingin bertahan hidup dan merasakan ketenangan, dan hal tersebut hanya didapatkan ketika mereka berladang.

Sebagai seorang Kristiani, Netta menganggap bencana ini sebagai sebuah teguran. Ia meyakini bahwa selama ini masyarakat Karo sudah diberi kelimpahan oleh Allah. Kelimpahan tersebut terlihat dari kesuburan tanah dan panen dalam bertani. Tetapi, kesuburan ini menjadikan masyarakat Karo kurang bersyukur dan enggan menoleh ke sekitar. Masyarakat Karo tidak menjadi berkat bagi masyarakat sekitar yang terkena bencana. Salah satu contoh yang diungkapkan Netta adalah saat terjadi bencana tsunami di Aceh tahun 2004 silam. Netta menganggap inilah teguran yang diberikan Allah bagi masyarakat Karo dan juga teguran baginya.

Keyakinan ini menjadikan Netta tetap memiliki pengharapan kepada Allah. Netta sangat yakin bahwa “badai pasti akan berlalu.” Namun, tidak jarang keyakinan tersebut, yang ia jelaskan secara verbal,

bertolak-belakang dengan bahasa tubuh – non-verbal. Seringkali percakapan terhenti karena Netta tidak bisa lagi menyuarakan apa yang ia rasa. Tidak jarang ia menundukkan kepala, menghela nafas, dan mata yang terus berkaca-kaca. Peristiwa ini menunjukkan adanya konflik nurani dalam diri Netta. Secara emosional, ia (ingin) terus berharap bahwa suatu saat Allah memberikan kelegaan atas penderitaan mereka. Namun, secara badani, tidak dapat dipungkiri bahwa ia memberontak dan mengeluhkan kondisi ini. Tubuh Netta memberontak, bahkan secara kasat mata ingin mengatakan bahwa ia tidak menerima penderitaan ini. Trauma yang ia alami melampaui kemampuannya untuk menyadari apa yang sesungguhnya terjadi.

### Trauma dan Dampaknya

Apa sebenarnya yang dimaksud dengan trauma? Trauma berarti luka (*wound*) pada tubuh karena suatu tindakan kekerasan.<sup>6</sup> Trauma berarti terpukul oleh kekuatan eksternal (*a hostile external force*) yang dapat menghancurkan.<sup>7</sup> Citra visual ini menyoroti karakter trauma yang kerap kali menyerang; penyerangan terjadi terhadap tubuh yang rentan, yang menimbulkan luka.<sup>8</sup>

Walaupun pengertian trauma berfokus pada luka fisik, studi trauma yang berkembang zaman sekarang mulai merambah ke luka pikiran dan luka emosi, memberi perhatian pada dampak kekerasan yang mempengaruhi jiwa manusia.<sup>9</sup> John P. Wilson mengatakan bahwa “trauma impacts the psychic core of the very soul of survivor and

---

<sup>6</sup> Catty Caruth, *Unclaimed Experience: Trauma, Narrative, and History* (Maryland: The Johns Hopkins University Press, 1996), 3. Lihat juga Serene Jones, *Trauma and Grace: Theology in a Ruptured World* (Louisville: Westminster John Knox Press, 2009), 12.

<sup>7</sup> Jones, *Trauma and Grace*, 12.

<sup>8</sup> Ibid.

<sup>9</sup> Catty Caruth, yang terinspirasi Sigmund Freud, menambahkan bahwa peristiwa trauma melebihi sebuah patologi atau penyakit yang mengakibatkan luka fisik. Trauma selalu berbicara tentang luka yang “berteriak,” menceritakan kebenaran yang pada awalnya tidak diketahui, namun menguak dan tetap tinggal pada diri penyintas. Freud menggunakan terminologi trauma sebagai luka yang memberikan pengaruh bukan hanya pada tubuh, tetapi juga pada pikiran. Caruth, *Unclaimed Experience*, 3. Penekanan yang serupa juga diungkapkan oleh John P. Wilson dengan menggunakan metafora *Broken Spirit*, yang menggambarkan kehancuran jiwa, diri, dan identitas. Trauma dikatakan sebagai sebuah tindakan kejahatan yang “mematahkan/merusak” roh seseorang. John P. Wilson and Boris Droždek, eds. *Broken Spirit: The Treatment of Traumatized Asylum Seekers, Refugees, War, and Torture Victims* (New York: Brunner-Routledge, 2004), 110.

generates a search for meaning as to why the event had to happen.”<sup>10</sup> Luka atau kerusakan itu dapat menghancurkan kehidupan manusia, terlebih karena luka itu tidak terlihat sehingga dapat menjalar secara terselubung. Perkembangan studi trauma menunjukkan bahwa manusia pada dirinya sendiri adalah makhluk yang memiliki kerentanan. Kerentanan ini diakibatkan karena peristiwa traumatis menyerang intrafisik manusia; fungsi ego yang terpecah belah (*rupture*), identitas, *self-structure*, sistem makna, dan ideologi. Judith L. Herman menambahkan bahwa pengalaman traumatis menyerang sistem kontrol, koneksi, dan makna dalam diri penyintas.<sup>11</sup> Herman mengatakan bahwa peristiwa traumatis adalah sebuah peristiwa yang luar biasa, bukan karena jarang terjadi, tetapi karena menyerang kemampuan manusia beradaptasi dalam hidup.

Luka yang ditimbulkan mengakibatkan trauma menjadi suatu peristiwa yang tak tertahankan dan tidak bisa ditoleransi,<sup>12</sup> mendadak dan tidak pernah diharapkan.<sup>13</sup> Fakta ini mendukung apa yang Shelly Rambo katakan, “Trauma is the suffering that does not go away,”<sup>14</sup> sehingga para penyintas didorong untuk menjalani kehidupan barunya, walau masih terkontaminasi oleh masa lalu.<sup>15</sup> Jon G. Allen juga mengemukakan hal yang serupa, yakni kesedihan yang ditimbulkan oleh pengalaman traumatis adalah sebuah kehilangan yang permanen.<sup>16</sup> Walau begitu, Peter Levine meyakini bahwa trauma memiliki potensi untuk menjadi alat pendorong perubahan dan evolusi secara psikologis, sosial, dan spiritual.<sup>17</sup> Bagi Levine, menanggulangi (misalnya: pemulihan) trauma dengan cara yang baik dan relevan akan memberikan pengaruh pada kualitas hidup seseorang.<sup>18</sup>

Penjelasan dari para ahli terkait dengan definisi trauma, membuat penulis menyimpulkan bahwa trauma adalah sebuah derita yang tak disadari keberadaanya. Trauma yang menjalar secara

---

<sup>10</sup> Wilson and Droždek, *Broken Spirit*, 111.

<sup>11</sup> Judith L. Herman, *Trauma and Recovery* (New York: Basic Books, 1992), 33.

<sup>12</sup> Bessel A. van der Kolk, *The Body Keeps The Score: Brain, Mind, and Body in the Healing of Trauma* (New York: Viking Penguin, 2014), 1.

<sup>13</sup> Richard G. Tedeschi and Lawrence G. Calhoun, *Trauma & Transformation: Growing in the Aftermath of Suffering* (USA: Sage Publication, Inc., 1995), 16.

<sup>14</sup> Shelly Rambo, *Spirit and Trauma: A Theology of Remaining* (Kentucky: Westminster John Knox Press, 2010), ch. 1.

<sup>15</sup> van der Kolk, *The Body Keeps The Score*, 53.

<sup>16</sup> Jon G. Allen, *Coping with Trauma: Hope through Understanding* (USA: American Psychiatric Publishing, Inc., 2005), 75.

<sup>17</sup> Peter Levine, *Waking the Tiger: Healing Trauma* (Berkeley: North Atlantic Books, 1997), 16.

<sup>18</sup> Ibid.

tersebutlah membuat penyintas merasa sakit dan gelisah akan kehidupan yang sedang dan akan dijalani kedepannya, bahkan membuat penyintas mengalami perubahan yang tidak pernah diekspetasikan sebelumnya.

### Dampak Pengalaman Traumatis

Bencana alam adalah peristiwa yang mengakibatkan trauma. Allen menyebutkan bahwa bencana alam merupakan peristiwa traumatis yang dikategorikan sebagai *single-blow* trauma yang bersifat tiba-tiba, memberi dampak yang besar, dan memberi hantaman yang besar. Dalam perkembangan studi trauma, gejala-gejala yang diakibatkan dari bencana alam sangat beragam.<sup>19</sup> Gejala-gejala itu harus dilihat berdasarkan kehancuran yang dialami oleh penyintas. Gejala yang ditimbulkan berkepanjangan dan berulang (*repeated*), bahkan bertahun-tahun.<sup>20</sup>

Pengalaman traumatis yang dihadapi oleh penyintas mempengaruhi diri penyintas secara menyeluruh. Pengaruh ini dapat dikatakan sebagai gangguan yang bisa berujung pada penyakit (*disorder*). Pengaruh yang diakibatkan oleh pengalaman traumatis mengubah diri penyintas secara holistik. Sebelum lebih jauh menelaah dampak pengalaman traumatis, terlebih dahulu dibedakan antara *stress*, *traumatic stress*, *posttraumatic stress* (PTS), dan *posttraumatic stress disorder* (PTSD). *Stress* berarti sebuah respons yang melemahkan secara psikis, emosi, dan sikap akibat penilaian terhadap sebuah situasi dan penilaian berkaitan dengan kepercayaan yang kurang memadai sebagai bentuk usaha pemulihan.<sup>21</sup> Stres yang berbahaya adalah stres yang timbul akibat peristiwa traumatis – *traumatic stress*.<sup>22</sup> Sedangkan, *posttraumatic stress* (PTS) adalah stres yang muncul setelah peristiwa traumatis terjadi. Stres yang ditimbulkan cenderung akan berkembang menjadi sebuah *posttraumatic stress disorder* (PTSD) ketika terdeteksi gejala-gejala sesuai dengan DSM-IV.<sup>23</sup>

---

<sup>19</sup> Allen, *Coping with Trauma*, 6.

<sup>20</sup> John N. Briere and Catherine Scott, *Principle of Trauma Therapy: A Guide to Symptoms, Evaluation, and Treatment* (USA: SAGE Publications, Inc., 2013), 9.

<sup>21</sup> *Dictionary of Pastoral Care and Counseling*, s.v. “Stress and Stress Management”.

<sup>22</sup> Babette Rothschild, *The Body Remembers: The Psychophysiology of Trauma and Trauma Treatment* (New York: W. W. Norton & Company, 1957), 7.

<sup>23</sup> DSM merupakan singkatan dari *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder*. DSM-IV dibuat oleh *American Psychiatric Association* (APA) pada tahun 2000. Briere and Scott, *Principle of Trauma Therapy*, 7. Lihat juga Rothschild, *The Body Remembers*, 7-8.



Terdapat lima variasi dalam PTSD terkait dengan gejala yang muncul. Pertama, *Peritraumatic Symptoms*, yakni gejala yang muncul saat peristiwa traumatis masih berlangsung dan sesaat setelah peristiwa traumatis terjadi. Kedua, *Acute Stress Disorder* yakni gejala yang muncul dua hari sampai satu bulan setelah peristiwa traumatis terjadi.<sup>24</sup> Ketiga, *Acute PTSD* yakni gejala yang muncul satu sampai tiga bulan setelah peristiwa traumatis terjadi. Keempat, *Chronic PTSD* yakni gejala yang muncul tiga bulan atau lebih setelah peristiwa traumatis terjadi. Dan kelima, *Delayed PTSD* adalah gejala yang muncul setidaknya enam bulan setelah peristiwa traumatis terjadi.<sup>25</sup> Walaupun penulis tidak melakukan studi lebih mendalam perihal variasi PTSD, namun, berdasarkan variasi ini, menjadi memilukan ketika penyintas bencana erupsi gunung Sinabung berada dalam *Peritraumatic Symptoms* sekaligus *Delayed PTSD* jika merunut pada ukuran waktu terjadinya peristiwa traumatis. Kondisi ini sangat memungkinkan bahwa trauma akan terus berkembang.

Dampak pengalaman traumatis terlihat dari gangguan yang terjadi pada diri penyintas secara holistik. Salah satu gejala yang sering muncul adalah ketakutan (*fear*).<sup>26</sup> Perasaan takut menjadi pusat perhatian, karena PTSD terqualifikasi sebagai sebuah penyakit ketakutan atau kegelisahan (*anxiety*) yang berlebih,<sup>27</sup> bahkan penyintas memiliki kecenderungan depresi.<sup>28</sup> Allen membedakan *fear*, *anxiety*, dan *panic*. *Fear* atau ketakutan adalah respons terhadap peristiwa yang mengancam, secara fisik maupun psikologis.<sup>29</sup> Jika ketakutan adalah sebuah respons terhadap peristiwa yang bersifat masa kini (atau sedang berlangsung), *anxiety* merupakan kegelisahan berkepanjangan terhadap bahaya di masa mendatang. Saat gelisah, perhatian tertuju pada ancaman yang terindikasi dari lingkungan sekitar. Kegelisahan tersebut terkait dengan hal baru, yang tidak diharapkan, dan kehilangan kendali, atau sesuatu yang harusnya berfungsi, sekarang tidak lagi.<sup>30</sup> Kegelisahan berbahaya karena mengakibatkan hukuman, rasa sakit, dan penderitaan di kemudian hari. Jika penyintas merasakan kegelisahan, ia digerakkan untuk menanggulangnya, tetapi tidak tahu bagaimana caranya. Dalam

---

<sup>24</sup> Allen, *Coping with Trauma*, 180.

<sup>25</sup> *Ibid.*, 181.

<sup>26</sup> Ketakutan (*fear*) bukan satu-satunya dampak yang muncul. Masih ada lima dampak yang menyerang emosi penyintas, yakni kemarahan (*anger*), malu (*shame*), merasa bersalah (*guilt*), muak (*disgust*), dan kesedihan (*sadness*). Penjelasan ini terdapat pada *ibid.*, 27. Penulis hanya fokus pada dampak rasa takut karena perasaan itu yang mendominasi penyintas bencana erupsi gunung Sinabung.

<sup>27</sup> *Ibid.*, 58.

<sup>28</sup> Tedeschi and Calhoun, *Trauma & Transformation*, 22.

<sup>29</sup> Allen, *Coping with Trauma*, 58.

<sup>30</sup> *Ibid.*, 59.

kondisi tersebut, penyintas hanya fokus pada masalah dalam dirinya sendiri ketimbang masalah eksternal yang harusnya juga mendapat perhatian.<sup>31</sup> Bessel van Der Kolk juga menekankan bahwa setelah terjadi peristiwa traumatis, mereka menjalani kehidupan dengan kegelisahan berbeda.<sup>32</sup> Energi penyintas terfokus pada *inner chaos*, yang secara spontanitas mempengaruhi kehidupan mereka.<sup>33</sup> Perasaan kegelisahan ini membuat penyintas tidak pernah merasa aman sepenuhnya.<sup>34</sup>

Dampak yang diakibatkan oleh pengalaman traumatis membuat penyintas tidak dapat memikirkan hal lain selain penderitaannya sendiri. Itulah sebabnya, Netta dan banyak penyintas enggan untuk relokasi, karena secara tidak langsung itu menambah kekuatiran mereka. Pertanyaan-pertanyaan mendasar akan muncul dalam benak mereka, seperti *apa yang bisa kukerjakan di Siosar? Bagaimana aku dapat uang untuk makan?* dan sebagainya. Netta dan para penyintas tidak dapat berimajinasi kembali untuk memulai kehidupan baru tanpa adanya pendampingan.

### **Berteologi dan Menjadi Pendamping bagi Penyintas Sinabung**

Pengalaman kehidupan yang dihadapi oleh penyintas erupsi gunung Sinabung menjadi sebuah pengalaman traumatis yang menjadi perhatian bagi teologi dan pendampingan pastoral. Dalam memahami teologi dan pendampingan pastoral, penulis berpijak pada pemikiran Emmanuel Y. Lartey,<sup>35</sup> yang adalah seorang profesor Teologi Pastoral,

---

<sup>31</sup> Ibid., 60.

<sup>32</sup> van der Kolk, *The Body Keeps The Score*, 53.

<sup>33</sup> Ibid.

<sup>34</sup> Allen, *Coping with Trauma*, 60.

<sup>35</sup> Emmanuel Y. Lartey adalah seorang profesor Teologi Pastoral, pendampingan, dan konseling di *Candler School of Theology*, Universitas Emory, Atlanta. Lartey berasal dari Afrika, yang terbentuk dari budaya Kritek barat, terkhusus pengaruh Methodist dan interpretasi terhadapnya, dalam ekspresi yang beragam. Lartey lahir dan besar di Ghana. Ia sangat menyayangi dan memelihara budaya yang kaya, yang diwarisi oleh nenek moyangnya. Latar belakang budaya Afrika ini menjadi akar keberadaan Lartey. Latar belakang Kristen bagi Lartey menjadi “sayap” dalam perjalanan kehidupan Lartey. Tradisi Kristen memberi semangat universal bagi kehidupan Lartey. Budaya Afrika dan Tradisi Kristiani memberi tantangan dan mendorong Lartey dalam perjalanan kehidupannya. Lartey memiliki banyak pengaruh dari berbagai macam budaya. Ia telah memelihara, merangsang, dan menantang untuk menjadi bagian dari ekumenikal ataupun institusi sekuler di Afrika Barat, Inggris, Eropa, dan Amerika Utara. Pemikirannya terbentuk dan terpengaruh oleh pengalaman tradisi dan dari orang yang memiliki iman yang berbeda. Keterlibatan Lartey dalam dialog dan interaksi inter-iman, memperkaya dirinya dalam kehidupan pribadi maupun profesional. Emmanuel Y. Lartey, *Pastoral Theology in an Intercultural World* (USA: The Pilgrim Press, 2006), 6-7.

Pendampingan dan Konseling di *Candler School of Theology*, Universitas Emory, Atlanta. Lartey menjelaskan bahwa teologi pastoral adalah aktivitas refleksi yang membawa aksi dan refleksi secara bersamaan, dengan cara dialog kritis mutual.<sup>36</sup> Ia menekankan bahwa teologi pastoral harus dilihat sebagai refleksi dari aktivitas peduli terhadap Allah dan komunitas manusia.

Teologi pastoral pada dasarnya membahas dua dimensi, yakni manusia dan ilahi (*human and divine*). Dimensi ilahi selalu merujuk kepada Allah. Dilihat dari sejarahnya dan perkembangannya hingga sekarang, seorang teolog pastoral harus sadar bahwa kehadiran Allah bersifat aktif, mencintai, dan peduli. Dimensi Allah juga harus dipahami sebagai sebuah misteri yang melampaui akal manusia.<sup>37</sup>

Dimensi manusia merupakan sebuah pendekatan melalui komunitas untuk dapat melihat hal penting yang terjadi dalam kehidupan pribadi maupun komunitas dari manusia.<sup>38</sup> Manusia pada dasarnya bersifat komunal karena berasal dari komunitas dan terbentuk dalam komunitas. Kepedulian manusia muncul di antara komunitas dari iman, tingkah laku (kebiasaan), dan budaya. Refleksi kehidupan manusia dan aktivitasnya sudah tersusun di dalam struktur komunitas.

Dalam aksi kepedulian tersebut, teologi pastoral membutuhkan usaha interpretasi. Teologi pastoral memberikan cahaya Injil pada situasi dan kehidupan manusia. Cahaya itu membantu dalam usaha pencarian untuk mengerti akan situasi tersebut, dan bertindak sebagai respons yang relevan terhadap situasi tersebut. Cahaya ini yang disebut sebagai usaha interpretasi.<sup>39</sup> Berbagai aktivitas kepedulian dalam teologi pastoral juga diinterpretasi, diterangi, dan dikritisi dalam terang atau naungan Injil. Interpretasi juga memberikan ruang untuk terjadinya dialog antara pengetahuan dan tradisi.

Dalam usaha interpretasi tersebut, Alkitab menjadi sumber dalam teologi pastoral. Sayangnya, Alkitab sebagai sumber tidak dimanfaatkan dengan baik, malah menjadi alat untuk indoktrinasi pada orang yang membutuhkan pendampingan, yang dalam kasus ini adalah penyintas Sinabung. Penerapan langsung tanpa adanya usaha interpretasi merupakan usaha yang sia-sia. Alkitab pada dasarnya harus meliputi interpretasi terhadap teks-teks yang dianggap memiliki relevansi terhadap konteks pastoral yang tengah dihadapi. Dan pada akhirnya, Alkitab juga memberikan pengaruh pada proses refleksi

---

<sup>36</sup> Ibid., 14.

<sup>37</sup> Ibid., 17.

<sup>38</sup> Ibid.

<sup>39</sup> Ibid., 15.

pastoral, yang akan sangat membantu meningkatkan kualitas aktivitas peduli.<sup>40</sup>

### Ratapan 3:1-24 sebagai Dasar Interpretasi

Dalam usaha interpretasi, penulis memberi perhatian pada penyair kitab Ratapan, khususnya Ratapan 3:1-24. Kitab Ratapan berisi ratapan yang berlandas pada kehancuran Yerusalem dan kesedihan orang Israel.<sup>41</sup> Sebagai umat pilihan Allah, orang Israel tidak menyangka bahwa kehancuran akan mereka terima. Kota yang pada awalnya memberi kehidupan,<sup>42</sup> menjadi kota yang kelaparan dan kesakitan, sehingga membutuhkan pertolongan.<sup>43</sup> Kota yang dikenal baik, sekarang menjadi “seseorang yang asing.”<sup>44</sup> Segala dampak yang timbul akibat kehancuran Yerusalem menjadikan orang Israel merasakan ketiadaan Allah.<sup>45</sup> Perasaan ini mendorong orang Israel menyuarkan penderitaan mereka dengan meratap, yang diawali dari ratapan individual hingga ratapan komunal.<sup>46</sup> Seiring dengan menyuarkan penderitaan mereka, ratapan tersebut juga berisikan harapan mereka kepada Allah.

Selain sebagai sebuah suara penderitaan, kitab Ratapan juga berisikan pengakuan dosa.<sup>47</sup> Orang Yahudi mengakui bahwa kehancuran yang dialami merupakan akibat dosa yang diperbuat sebelumnya, sehingga, dalam berharap, mereka kembali sadar akan anugerah Allah yang tak langsung “bekerja” dan mengubah segala keadaan. Dalam keadaan seperti itu – merasakan ketiadaan Allah – orang Yahudi tetap meyakini Allah tetap berkuasa.<sup>48</sup> Kuasa-Nya menjadikan kehadiran Allah penuh dengan misteri. Allah, yang penuh kuasa dan hadir, mengajarkan mereka bahwa dalam berharap selalu ada penantian atas waktu-Nya.<sup>49</sup>

---

<sup>40</sup> Ibid., 37.

<sup>41</sup> R. K. Harrison, *Jeremiah and Lamentations: An Introduction and Commentary* (Leicester: Inter-Varsity Press, 1973), 195.

<sup>42</sup> Delbert R. Hillers, *The Anchor Bible: Lamentations* (Garden City: Doubleday & Company, Inc, 1972), xv.

<sup>43</sup> Wesley J. Furst, *The Books Of Ruth, Esther, Ecclesiastes, The Songs of Songs, Lamentations: The Five Scrolls* (London: Cambridge University Press, 1975), 205.

<sup>44</sup> Hillers, *The Anchor Bible: Lamentations*, xv.

<sup>45</sup> Nancy C. Lee, *Lyrics of Lament: From Tragedy to Transformation* (Minneapolis: Fortress Press, 2010), 162.

<sup>46</sup> Hillers, *The Anchor Bible: Lamentations*, xvi.

<sup>47</sup> Ibid.

<sup>48</sup> Furst, *The Books Of Ruth, Esther, Ecclesiastes, The Songs of Songs, Lamentations*, 206.

<sup>49</sup> Ibid., 207.

Dalam usaha interpretasi, penulis merujuk pada penekanan Nancy C. Lee dalam melihat subjek penyair dalam teks Ratapan 3:1-24. Berikut penjelasannya:

(1) Akulah orang yang melihat sengsara disebabkan cambuk murka-Nya. (2) Ia menghalau dan membawa aku ke dalam kegelapan yang tidak ada terangnya. (3) Sesungguhnya, aku dipukul-Nya berulang-ulang dengan tangan-Nya sepanjang hari. (4) Ia menyusutkan dagingku dan kulitku, tulang-tulangku dipatahkan-Nya. (5) Ia mendirikan tembok sekelilingku, mengelilingi aku dengan kesedihan dan kesusahan. (6) Ia menempatkan aku di dalam gelap seperti orang yang sudah lama mati. (7) Ia menutup segala jalan ke luar bagiku, Ia mengikat aku dengan rantai yang berat. (8) Walaupun aku memanggil-manggil dan berteriak minta tolong, tak didengar-Nya doaku. (9) Ia merintang jalan-jalanku dengan batu pahat, dan menjadikannya tidak terlalui. (10). Laksana beruang Ia menghadang aku, laksana singa dalam tempat persembunyian. (11) Ia membelokkan jalan-jalanku, merobek-robek aku dan membuat aku tertegun. (12) Ia membidikkan panah-Nya, menjadikan aku sasaran anak panah. (13) Ia menyusupkan ke dalam hatiku segala anak panah dari tabung-Nya. (14) Aku menjadi tertawaan bagi segenap bangsaku, menjadi lagu ejekan mereka sepanjang hari. (15) Ia mengenyangkan aku dengan kepahitan, memberi aku minum ipuh. (16) Ia meremukkan gigiku dengan memberi aku makan kerikil; Ia menekan aku ke dalam debu. (17) Engkau menceraikan nyawaku dari kesejahteraan, aku lupa akan kebahagiaan. (18) Sangkaku: hilang lenyaplah kemasyhuranku dan harapanku kepada TUHAN. (19) “Ingatlah akan sengsaraku dan pengembaraanku akan ipuh dan racun itu.” (20) Jiwaku selalu teringat akan hal itu dan tertekan dalam diriku. (21) Tetapi hal-hal inilah yang kuperhatikan, oleh sebab itu aku akan berharap: (22) tak berkesudahan kasih setia TUHAN, tak habis-habisnya rahmat-Nya, (23) selalu baru tiap pagi; besar kesetiaan-Mu! (24) “TUHAN adalah bagianku,” kata jiwaku, oleh sebab itu aku berharap kepada-Nya.

Pada ayat 1-24, Lee mengungkapkan bahwa bagian ini adalah sebuah ratapan individu yang tak terjawab.<sup>50</sup> Ratapan yang tak terjawab bukan mengartikan penyair mengharapkan Allah – YHWH – mengubah situasi, tetapi lebih kepada wujud pergeseran harapan (lih. ayat 21-24). Allah adalah terang, luruh dalam bagian ini (lih. ayat 2-9). Penyair meratapi penderitaannya dengan merasakan Allah yang menghadirkan kegelapan atasnya.<sup>51</sup> Allah menghadirkan kegelapan menjadi metafora Allah yang menghukum Yerusalem atas dosa mereka (lih. ayat 4). Keadaan itu memburuk sampai pada ayat 7, sehingga pada ayat 8 mereka “berteriak” meminta tolong. “Teriakan” itu tidak didengar – menjadi tema ratapan Yeremia di kitabnya. Ratapan yang menjadi sebuah bentuk protes kepada Allah berlangsung hingga ayat ke-17. Pada ayat ke-18 penyair kehilangan harapannya, dan pada ayat inilah untuk pertama kali nama Allah – YHWH – disebutkan dengan jelas.<sup>52</sup> Allah tidak dianggap sebagai sumber pengharapan lagi.

Anggapan itu tidak bertahan lama, penyair kembali mengingat penderitaan dan pengembaraan Yerusalem (lih. ayat 19-20). Lee berpendapat bahwa penyair pada ayat 19-20 itu adalah Yeremia karena hal yang sama juga terlihat pada Ratapan 1:7. Akan tetapi tidak terdapat bukti yang memadai, yang terpenting adalah pada kedua (19-20) ayat tersebut Allah mulai menggerakkan hati penyair dan “mengisinya” dengan harapan, sehingga pada ayat 21-24, penyair mulai kembali yakin akan Allah sebagai sumber kasih. Penyair meyakini ketika ia berharap pada Allah, Allah akan menolong meringankan penderitaan mereka.<sup>53</sup>

### **Ratapan: Ekspresi Iman yang Menyadarkan**

Latar belakang kitab Ratapan menjadi landasan para penyair meratap. Penderitaan dan peristiwa yang tak terduga terjadi dalam kehidupan penyair. Pengenalan atas Yerusalem luruh seiring hancurnya kehidupan umat itu. Umat yang dikenal baik sekarang menjadi begitu asing. Sama halnya dengan para penyintas, mereka semakin tidak “mengenal” Sinabung; Sinabung menjadi begitu asing. Pengenalan akan yang asing menjadikan penyintas maupun penyair terdorong untuk dapat kembali berelasi. Dalam proses itu, mereka membutuhkan keyakinan dan harapan, sehingga mereka boleh menerima kondisi yang terjadi dalam kehidupan mereka.

---

<sup>50</sup> Lee, *The Singer of Lamentations: Cities under Siege, from Ur to Jerusalem to Sarajevo* (Leiden: Brill 2002), 168.

<sup>51</sup> Ibid., 170.

<sup>52</sup> Ibid., 172.

<sup>53</sup> Ibid., 173.

Hal lain yang menarik adalah, pada konteks Ratapan, para penyair bebas menyuarakan penderitaan mereka dan jujur akan apa yang mereka rasakan. Sayangnya, ini tidak terjadi pada penyintas Sinabung. Bencana yang dianggap sebagai sebuah “teguran” membuat mereka mengurung keluhan mereka karena kegelisahan yang mendominasi. Kegelisahan itu menjadikan mereka enggan untuk mengeluhkan (secara verbal) keadaan mereka karena takut Allah tidak akan menolong mereka. Hal ini terlihat dari tubuh yang tak sejalan dengan konsep tersebut: mata berkaca-kaca, terdiam, dan sebagainya. Pesan yang terkandung dalam teks Ratapan ini memberi sumbangsih tersendiri bagi proses pendampingan pastoral. Teks-teks Ratapan sangat membantu dalam mengusahakan suatu proses pendampingan pastoral, terlebih karena teologi pastoral selalu berhadapan dengan depresi, penderitaan, dan duka. Teks-teks Ratapan (khususnya Ratapan 3) menolong pendamping maupun penyintas untuk menelaah penderitaan yang dihadapi.

Meratapi penderitaan bukan berarti menjadikan penyintas maupun penyair menyimpang dari kuasa Allah. Justru dengan meratap, penyintas maupun penyair terbantu untuk mengerti Allah dari sisi yang berbeda.<sup>54</sup> Ratapan menjadi bentuk doa yang meliputi ruang bagi penderitaan agar memiliki “bahasa” sendiri. Ketika penderitaan itu memiliki “bahasa” sendiri, tubuh berperan dan berpartisipasi dalam duka tersebut. Penderitaan itu menubuh sehingga memberi perhatian pada gejala non-verbal menjadi sangat penting. Dengan meratap, penyintas maupun penyair menyadari bahwa mereka adalah manusia yang penuh kerentanan dan membutuhkan pertolongan dan pendampingan.

Di sini penulis bukan mengindikasikan bahwa penyintas tidak meratap, justru penyintas meratap dengan bahasa multivariabel (verbal dan non-verbal). Tetapi, penulis ingin menekankan bahwa ratapan atau meratapi penderitaan akan sangat menolong pendamping maupun penyintas dalam proses pendampingan pastoral. Melalui interpretasi yang dilakukan oleh Lee, penyintas maupun pendamping tertolong untuk melihat pentingnya ratapan dalam proses penerimaan sekaligus pengharapan kepada Allah, ditengah-tengah keraguan berharap. Penulis meyakini bahwa ratapan menjadi sebuah ekspresi iman yang menyadarkan penyintas bahwa Allah tetap hadir dengan penuh misteri.

### **Pendampingan Pastoral bagi Penyintas Sinabung**

---

<sup>54</sup> Kathleen D. Billman dan Daniel L. Migliore, *Rachel's Cry: Prayer of Lament and Rebirth of Hope*, (Ohio: United Church Press, 1999), 109-111.

Dalam melakukan pendampingan pastoral bagi penyintas Sinabung, penulis memberi perhatian pada fungsi menopang berdimensi pemberdayaan. Hal ini mengartikan bahwa penyintas ditolong untuk menjadi pribadi yang lebih baik dari sebelumnya dan berdaya dalam menjalani kehidupan bersama dan dengan trauma. Penopangan yang berdimensi pemberdayaan hanya terwujud ketika pendamping meyakini bahwa penyintas memiliki daya untuk menjadi pribadi yang lebih baik. Memberi perhatian pada bahasa multivariabel dari penyintas, pendamping tertolong untuk melakukan pendampingan pastoral. Bahasa multivariabel akan mendominasi proses pendampingan pastoral. Oleh sebab itu, setidaknya ada dua hal yang perlu diperhatikan dalam proses pendampingan, yakni relokasi memori dan kehadiran yang memberdayakan.

### *Relokasi Memori*

Sebelum para penyintas benar-benar menjalani relokasi fisik, relokasi memori dapat dilakukan pada penyintas. Apa yang dimaksud dengan relokasi memori? Pertama-tama harus dipahami terlebih dahulu apa yang dimaksud dengan kata “relokasi.” Kata “relokasi,” yang dalam bahasa Inggris *relocation*, terdiri dari kata *re-*, *locate*, dan *-ion*. *Locate* memiliki arti *to establish oneself* yang merujuk pada kata *establish*, yang berarti *to gain full recognition or acceptance of*.<sup>55</sup> Dari pengertian ini jelas bahwa kata relokasi tidak hanya terbatas pada makna perpindahan, melainkan keadaan di mana seseorang bisa kembali sadar atau menerima akan kondisi baru yang akan dialami.

Kedua, mengapa harus memori? Karena memori dan emosi selalu bersinggungan. Seseorang yang telah mengalami sebuah peristiwa dan melibatkan emosi di dalamnya, positif maupun negatif, akan sangat mudah diingat.<sup>56</sup> Dalam hal ini, harus dibedakan ingatan akan sebuah peristiwa dan ingatan akan emosi dalam peristiwa tersebut.<sup>57</sup> Ingatan akan sebuah peristiwa bisa memudar, tetapi ingatan akan emosi itu bisa tetap kuat diingat. Berdasarkan hal ini, ingatan akan emosi dari sebuah peristiwa tetap kuat terkenang dalam diri setiap orang.

<sup>55</sup> *Merriam-Webster Dictionary*, s.v. “Locate,” “Establish”.

<sup>56</sup> Daniel Reisberg and Friderike Heuer, “Memory for Emotional Events,” in *Memory and Emotion*, eds., Daniel R. and Paula H. (New York: Oxford University Press, 2004), 4.

<sup>57</sup> Binsar J. Pakpahan, “Mengingat Trauma: Landasan Teologi Perasaan (Emosi) bagi Penanganan Pastoral Korban Peristiwa Traumatis,” dalam *Seputar Pelayanan Pastoral: Buku Kenang-kenangan Emiritasi Pendeta Daniel Susanto*, ed., Panitia Emiritasi Pendeta Daniel Susanto (Jakarta: GKI Menteng, 2016), 206.



Dalam kasus penyintas Sinabung, penulis meyakini bahwa terdapat ingatan akan emosi terhadap peristiwa berladang, yakni membawa ketenangan. Keyakinan filosofis menjadi sebuah ingatan deklaratif<sup>58</sup> yang turun menurun diwariskan oleh leluhur. Ketika bencana terjadi, penyintas yang mengalami kegelisahan hanya mengingat bahwa ketika ia berladang ia akan merasakan emosi positif tanpa memperhatikan realitas kematian sebagai resiko terbesar. Begitu juga dengan ketika ia tidak melakukan apa-apa, maka ia akan merasakan emosi negatif yang ditimbulkan dari ingatan akan peristiwa traumatis – bencana itu sendiri.

Jadi, relokasi memori adalah bagaimana realitas akan bahaya harus kembali muncul dalam diri (secara emosi) dan memori penyintas Sinabung. Dengan memperhatikan ingatan-ingatan yang tertanam, penyintas perlu ditolong dalam proses relokasi memori ini. Salah satu pemicu kesadaran adalah dengan meratap. Dalam Ratapan 3:19-20, penyair kembali berharap karena ia mengingat kembali proses yang dialami sebelumnya. Ketika penyintas diajak untuk mengingat kembali bagaimana relasi mereka dengan Sinabung, yang menjadi rekan hidup yang selalu memberi kehidupan, seyogianya penyintas akan menghargai Sinabung sebagai subjek. Ini bukanlah hal mustahil, karena pada dasarnya para penyintas – yang adalah masyarakat Karo – berkembang dari agama *si pemena*<sup>59</sup> yang meyakini bahwa Sinabung memiliki kuasa gaib yang dapat menghindarkan mereka dari bahaya. Akan tetapi, dengan tidak terjebak dalam paham animisme-mistik, penyintas didorong untuk melihat bahwa Sinabung adalah murni fenomena alam.

Menghargai Sinabung sebagai subjek berarti penyintas memberi ruang bagi Sinabung untuk mengaktualisasikan dirinya sebagai makhluk hidup. Kesetaraan manusia dan alam dalam relasi antar subjek, mendorong penyintas untuk kembali sadar bahwa relokasi fisik adalah solusi terbaik. Proses kesadaran ini juga meliputi sebuah proses

---

<sup>58</sup> Ingatan deklaratif adalah ingatan yang menuntut pencarian kebenaran akan rekaman sebuah peristiwa. Ingatan semantik juga termasuk di dalamnya, di mana ingatan fakta berhubungan dengan informasi yang perlu diketahui untuk memahami apa isi dari ingatan itu. Ingatan ini memengaruhi emosi dan pada akhirnya berhubungan dengan identitas seseorang. Ingatan deklaratif akan memengaruhi bagaimana seseorang memahami dirinya sendiri, memposisikan yang lain, dan melihat dinamika hubungan antara dirinya dan dunia luar. Pakpahan, "Mengingat Trauma," 205.

<sup>59</sup> Agama *Si Pemena* berarti agama *pertama*. Masyarakat suku Karo saat itu meyakini bahwa mereka berhadapan dengan kuasa-kuasa yang mengatur dalam perubahan-perubahan alam. Manusia merasakan bahwa ada yang mengatur musim-musim, keberhasilan panen, peredaran angin, dan awan, hewan dan lain-lain. E. P. Gintings, *Religi Karo: Membaca Religi Karo dengan Mata yang Baru* (Kabanjahe: Abdi Karya, 1999), 8.

internalisasi sehingga pada akhirnya penerimaan itu akan muncul seraya harapan yang semakin menguat.

Sebagai penyintas Kristen, mereka perlu diteguhkan akan keyakinan Allah adalah sang pengasih yang tak terbatas oleh apapun. Allah yang mengisi hati mereka dengan harapan, juga akan membuat penyintas memiliki daya untuk melanjutkan kehidupan di lokasi yang baru bersama dengan trauma yang mereka alami. Mereka butuh diyakinkan bahwa kehidupan akan tetap berjalan walau di luar area Sinabung, dan ini muncul ketika Sinabung diyakini menjadi rekan – subjek – dalam relasinya dengan Allah.

### *Kehadiran yang Memberdayakan*

Dalam mencapai relokasi memori, penyintas membutuhkan rasa aman dan ketenangan. Keduanya hanya dapat diperoleh ketika pendamping hadir bersama-sama dengan penyintas. Dalam tahap ini, pendamping sebaiknya merasakan kehidupan para penyintas dengan menyaksikan apa yang terjadi di posko-posko pengungsian dan Huntara. Ketika turun dan menjadi saksi, pendamping turut merasakan penderitaan yang dialami oleh penyintas Sinabung. Disini pendamping harus berani menelusuri kehidupan penyintas Sinabung dalam kesehariannya. Keberanian juga akan menjadikan pendamping mampu mengendalikan diri akan rasa yang terjadi dalam dirinya. Mengapa demikian? Karena pada tahap ini pendamping akan menyaksikan sebuah kehidupan yang “hidup dalam kematian.”

Tanpa terburu-buru untuk mendorong mereka agar berkenan relokasi fisik, pendamping membutuhkan interaksi mendalam dengan penyintas. Pada proses interaksi tersebut, penyintas akan menceritakan narasi-narasi traumatis yang terjadi dalam kehidupannya. Ketika ini muncul, sangat diharapkan pendamping menjadi seseorang yang mendengarkan dengan empati dan mengobservasi tanpa melakukan evaluasi.<sup>60</sup> Penyintas tidak membutuhkan jawaban “benar” atau

---

<sup>60</sup> Terinspirasi dari Marshall Rosenberg, Hunsinger menggunakan *Non Violent Communication (NVC)* sebagai sebuah sarana untuk mencapai *self-empathy*. Dalam proses ini, pendamping melakukan observasi dengan apa yang dilihat, didengar, dan disentuh, yang memberi pengaruh pada kehadiran. Observasi ini memberi pengaruh pada orang lain, dalam hal ini penyintas Sinabung. Observasi dilakukan tanpa melakukan evaluasi, sehingga pendamping dapat meningkatkan relasi emosional yang berkualitas. Tanpa evaluasi berarti pendamping tidak melakukan penghakiman terhadap apa yang dilakukan penyintas Sinabung. Deborah van Deusen Hunsinger, *Bearing the Unbearable: Trauma, Gospel, and Pastoral Care* (Michigan: William B. Eerdmans Publishing Company, 2015), yang terinspirasi

“tidak,” tetapi mereka sangat membutuhkan peneguhan akan keyakinan. Jelas, ketika berinteraksi, penyintas akan meyakini bahwa berladang menjadi solusi terbaik dalam aspek apapun, terkhusus ekonomi. Di sini, peran pendamping untuk melihat pentingnya relokasi memori terjadi.

Kehadiran pendamping dalam kehidupan akan memberdayakan penyintas. Lartey mengatakan bahwa pemberdayaan hanya terjadi ketika pendamping memperhatikan daya dan potensi dari penyintas.<sup>61</sup> Penyintas dilihat memiliki suatu kekuatan atau kemampuan yang baik, yang dapat diberdayakan, walau ia masih “sakit” atau menderita.<sup>62</sup> Pendamping pastoral ditantang untuk dapat melihat kemampuan tersebut, karena biasanya penyintas tidak menyadarinya. Oleh sebab itu, tugas pendamping adalah “membangun dan menggambarkan” kekuatan dari penyintas tersebut, dengan memperhatikan sumber-sumber yang terkait, orang-orang sekitar penyintas, dan komunitas.<sup>63</sup> Penyintas masih memiliki kekuatan.

## Penutup

Trauma yang dialami oleh penyintas Sinabung harus ditanggulangi dengan seksama. Relokasi fisik tidak akan berjalan ketika penyintas tidak mengalami relokasi memori. Relokasi memori yang meliputi sebuah kesadaran dan proses internalisasi membuat penyintas semakin berdaya dalam menjalani kehidupan, dan ini menjadi esensi dasar dalam melakukan sebuah pendampingan yang memberdayakan. Meratap menjadi pemicu munculnya kesadaran tersebut. Kesadaran itu akan membuat penyintas tetap dapat mengaktualisasikan dirinya di kehidupan di luar area Sinabung, yang juga dipengaruhi oleh relasi antar subjek dengan Sinabung.

## Tentang Penulis

Indah Sriulina lahir di Jakarta tanggal 5 April 1991 dan besar di Depok, Jawa Barat. Menjalani pendidikan strata satu di Fakultas Teologi Universitas Kristen Satya Wacana, Salatiga. Kemudian melanjutkan studi strata dua di Sekolah Tinggi Filsafat dan Theologi Jakarta dengan

---

dari Marshall B. Rosenberg, *Nonviolent Communication: A Language of Life* (USA: Puddledancer Press Book, 2003), 26.

<sup>61</sup> Emmanuel Y. Lartey, *In Living Color: An Intercultural Approaches to Pastoral Care and Counseling* (UK: Jessica Kingsley Publishers, 2003).

<sup>62</sup> *Ibid.*, 58.

<sup>63</sup> *Ibid.*

fokus studi Teologi Pastoral. Sekarang melayani sebagai calon pendeta Gereja Batak Karo Protestan di GBKP Ketaren, Kabanjahe. Minat penelitian di bidang Konseling Pastoral, Teologi dan Pendampingan Pastoral, terkhusus dalam kaitannya dengan trauma.

### Daftar Pustaka

- Allen, Jon G. *Coping with ZTrauma: Hope through Understanding*. USA: American Psychiatric Publishing, Inc., 2005.
- Billman, Kathleen D. & Daniel L. Migliore. *Rachel's Cry: Prayer of Lament and Rebirth of Hope*. Ohio: United Chrch Press, 1999.
- Briere, John N. & Catherine Scott. *Principle of Trauma Therapy: a Guide to Symptoms, Evaluation, and Treatment*. USA: SAGE Publications, Inc., 2013.
- Caruth, Catty. *Unclaimed Experience: Trauma, Narrative, and History*. Maryland: The Johns Hopkins Univeristy Press, 1996.
- Fuerst, Wesley J. *The Books of Ruth, Esther, Ecclesiastes, the Songs of Songs, Lamentations: the Five Scrolls*. London: Cambridge University Press, 1975.
- Gintings, E. P. *Religi Karo: Membaca Religi Karo dengan Mata yang Baru*. Kabanjahe: Abdi Karya, 1999.
- Harrison, R. K. *Jeremiah and Lamentations: an Introduction and Commentary*. Leicester: Inter-Varsity Press, 1973.
- Herman, Judith. *Trauma and Recovery*. New York: Basic Books, 1992.
- Hillers, Delbert R. *The Anchor Bible: Lamentations*. Garden City: Doubleday & Company, Inc., 1972.
- Hunsinger, Deborah van Deusen. *Bearing the Unbearable: Trauma, Gospel, and Pastoral Care*. Michigan: William B. Eerdmans Publishing Company, 2015.
- Jones, Serene. *Trauma and Grace: Theology in a Ruptured World*. Louisville: Westminster John Knox Press, 2009.
- Kolk, Bessel A. van der. *The Body Keeps the Score: Brain, Mind, and Body in the Healing of Trauma*. New York: Viking Penguin, 2014.
- Lartey, Emmanuel Y. *Pastoral Theology in an Intercultural World*. USA: The Pilgrim Press, 2006.
- \_\_\_\_\_. *In Living Color: An Intercultural Approaches to Pastoral Care and Counseling*. UK: Jessica Kingsley Publishers, 2003.
- Lee, Nancy. C. *The Singer of Lamentations: Cities Under Siege, From Ur to Jerusalem to Sarajevo*. Leiden: Brill, 2002.
- Lee, Nancy. C. *Lyrics of Lament: From Tragedy to Transformation*. Minneapolis: Fortress Press, 2010.

- Levine, Peter. *Waking the Tiger: Healing Trauma*. Berkeley: North Atlantic Books, 1997.
- Pakpahan, Binsar J. "Mengingat Trauma: Landasan Teologi Perasaan (Emosi) bagi Penanganan Pastoral Korban Peristiwa Traumatis." Dalam *Seputar Pelayanan Pastoral: Buku Kenang-kenangan Emiritasi Pendeta Daniel Susanto*, ed., Panitia Emiritasi Pendeta Daniel Susanto. Jakarta: GKI Menteng, 2016.
- Rambo, Shelly. *Spirit and Trauma: a Theology of Remaining*. Kentucky: Westminster John Knox Press, 2010.
- Reisberg, Daniel and Friderike Heuer. "Memory for Emotional Events." In *Memory and Emotion*, Eds., Daniel R. & Paula H. New York: Oxford University Press, 2004.
- Rosenberg, Marshall B. *Nonviolent Communication: a Language of Life*. USA: Puddledancer Press Book, 2003.
- Rothschild, Babette. *The Body Remembers: the Psychophysiology of Trauma and Trauma Treatment*. New York: W. W. Norton & Company, 1957.
- Tarigan, Henry Guntur. *Percikan Budaya Karo*. Bandung: Yayasan Merga Silima, 1990.
- Tedeschi, Richard G. & Lawrence G. Calhoun. *Trauma & Transformation: Growing in the Aftermath of Suffering*. USA: Sage Publication, Inc., 1995.
- Wilson, John P. & Boris Droždek., eds. *Broken Spirit: the Treatment of Traumatized Asylum Seekers, Refugees, War, and Torture Victims*. New York: Brunner-Routledge, 2004.

### Website

- Kompas. "Relokasi Pengungsi Sinabung ke Hutan Lindung Mengundang Reaksi." <http://regional.kompas.com/read/2015/06/24/10122171/Relokasi.Pengungsi.Sinabung.ke.Hutan.Lindung.Mengundang.Reaksi>, diakses 6 Juni 2016.

### Kamus

- Hunter, Rodney J., ed. *Dictionary of Pastoral Care and Counseling*. Nashville: Abingdon Press, 1990. S.v. "Stress and Stress Management" (P. J. Peterson).
- Merriam-Webster Dictionary*. S.v. "Locate."
- Merriam-Webster Dictionary*. S.v. "Establish."

### Wawancara

- Wawancara oleh penulis dengan Netta Sembiring, Sumatera, Indonesia, 12 Juli 2015.