

Duka mendalam: Bagaimana keluarga korban tragedi Kanjuruhan manghadapi kehilangan

Do'aul Isma Mufidah

Program Studi Matematika, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang

e-mail: doaulisma8@gmail.com

Kata Kunci:

dampak; emosional;
Psikologis; sosial; strategi

Keywords:

impact; emotional;
Psychological; social;
strategy

ABSTRAK

Tujuan penulisan artikel ini adalah untuk mengkaji dampak emosional psikologis dan sosial yang dialami oleh keluarga korban tragedi Kanjuruhan serta strategi yang digunakan untuk menghadapi kehilangan. Tragedi Kanjuruhan merupakan suatu musibah dalam dunia sepak bola yang tidak hanya membuat empati masyarakat dalam negeri, namun juga Masyarakat internasional. Tragedi yang menyebabkan 135 korban meninggal dan ratusan lainnya mengalami luka tersebut pastilah menjadi pukulan yang sangat berat bagi keluarga korban. Mereka mengalami dampak emosional dan psikologis yang cukup serius. Selain mental, emosional, dan pikiran mereka yang terluka, mereka juga mengalami perubahan dinamika dalam keluarganya. Untuk mengatasi hal-hal tersebut beberapa strategi dapat dilakukan seperti dukungan emosional, layanan konseling terapi, pendekatan spiritual dan agama serta bantuan finansial.

ABSTRACT

The purpose of this article is to examine the psychological and social emotional impact experienced by the families of the victims of the Kanjuruhan tragedy and the strategies used to cope with the loss. The Kanjuruhan tragedy was a disaster in the world of soccer that not only empathized the domestic community, but also the international community. The tragedy that caused 135 deaths and hundreds of injuries must have been a very heavy blow to the families of the victims. They experienced serious emotional and psychological impacts. In addition to their mental, emotional, and mental wounds, they also experienced changes in the dynamics of their families. To overcome these things, several efforts can be made such as emotional support, therapeutic counseling services, spiritual and religious approaches and financial assistance.

Pendahuluan

Hampir dua tahun telah berlalu namun kejadian ini tidak akan pernah terlupakan oleh para keluarga korban, yakni tragedi Kanjuruhan. Tragedi Kanjuruhan terjadi pada tanggal 1 Oktober tahun 2022 yang bertempat di Stadion Kanjuruhan, Kabupaten Malang. Berawal mula dengan berakhirnya pertandingan antara dua klub sepak bola tanah air, yaitu Persebaya dan Arema yang menghasilkan skor 3-2 pada Sabtu malam, 31 Oktober 2022. Pertandingan yang diharapkan dapat menyatukan dua supporter yang telah lama bersetru ini justru menjadi malapetakan yang menewaskan banyak nyawa. Penyebab dari terjadinya tragedi ini masih menjadi perdebatan yang rumit. beberapa faktor yang dinyatakan sebagai penyebab diantara lainnya adalah pengawasan



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

Copyright © 2023 by Author. Published by Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

kemanan dari pihak yang terlibat dirasa kurang, tidak siapnya pihak yang berwenang dalam menangani kejadian yang tak terduga, serta stadion yang dirasa kurang memenuhi standar dalam infrastrukturnya. Selain dari yang telah disebutkan juga terdapat pendapat bahwa kejadian ini berasal dari pihak internal. Insiden ini bukanlah insiden biasa, tidak hanya disoroti oleh seantero nusantara, insiden ini bahkan telah disoroti oleh belahan dunia. Tidak sedikit pihak baik dalam maupun luar negeri yang turut berduka cita atas terjadinya insiden tersebut, khususnya untuk para pecinta sepak bola.

Telah terhitung sebanyak 135 korban meninggal dunia dan ratusan lainnya dinyatakan luka-luka. Individu yang mengalami kehilangan akan berada pada keadaan berduka (Grief). Berduka adalah respon atau reaksi emosional yang berhubungan dengan kehilangan. Dengan terjadinya insiden yang memilukan tersebut tentu saja menimbulkan luka yang mendalam bagi keluarga korban yang ditinggalkan. Mereka yang mengira keluarganya yang berangkat menonton pertandingan bola klub kesayangan dengan pulang dengan kegembiraan dan keselamatan, namun justru naas kare yang terjadi adalah keluarganya yang pulang dengan kondisi tidak bernyawa. Luka tersebut berkemungkinan besar menjadi trauma bagi keluarga yang ditinggalkan khususnya untuk orang tua. Tidak bisa dijelaskan bagaimana rasa sakitnya seorang orangtua yang ditinbggalkan anaknya. Telah menjadi istilah bahwa seorang yang anak yang ditinggalkan ayahnya disebut yatim, seorang anak yang ditinggalkan ibunya disebut piatu, seorang istri yang ditinggalkan suaminya disebut janda, dan seorang suami yang ditinggalkan istrinya disebut duda, namun tidak ada sebutan untuk seorang orangtua yang ditinggalakan anaknya. hal tersebut karena tidak ada yang lebih sakit dari pada kehilangan selain orangtua yang ditinggalkan anaknya. Korban dari tragedi Kanjuruhan ini adalah mayoritas dari para pemuda pecinta sepak bola yang ingin menyaksikan klub kesayangannya bertanding, tentu saja banyak orangtua yang sangat berduka atas kehilangan anak mereka yang sangat mereka sayangi tanpa disangka-sangka. Para keluarga yang telah ditinggalkan khususnya untuk para orangtua memerlukan peningkatan dan perbaikan mental mereka sebagai pemulihan atas hal yang telah menimpamya. Ditulisnya artikel ini bertujuan untuk mengkaji dampak emosional psikologis dan sosial yang dialami oleh keluarga korban serta strategi yang digunakan untuk menghadapi kehilangan.

Pembahasan

Dampak Emosional dan Psikologis

Trauma Psikologis

Tragedi Kanjuruhan telah menjadi luka yang amat dalam bagi keluarga ditinggalkan. Mungkin fisik mereka terlihat baik-baik saja, namun di dalam hati mereka masih tersisa rasa sakit yang tak akan bisa dilupakan. Psikologis mereka terluka secara tak terlihat. Bagaimana tidak, kehilangan orang yang kita cintai secara tiba-tiba dengan keadaan tragis adalah suatu hal yang dapat memicu trauma psikologis yang kompleks. Hal tersebut dijelaskan dalam jurnal “Psychological Trauma: Theory, Research, and Practice” (2017) oleh Bryant & Shaver. Dalam jurnal tersebut dijelaskan trauma

psikologis dapat menyerang seseorang dalam berbagai bentuk, diantaranya seperti gangguan kecemasan, syok, post-traumatic stress disorder (PTSD) dan depresi.

Saat mereka mengetahui tragedi tersebut, rasa syok dan ketidakpercayaan tidak akan bisa dihindari. Pikiran mereka diliputi oleh rasa kebingungan atau bahkan keputus asaan. Beberapa dari mereka bahkan tak mampu menerima kenyataan pahit bahwa anggota keluarga yang dicintainya telah meninggalkannya untuk selamanya. Dibalik rasa ketidak percayaan tersebut munculah rasa bersalah dan penyesalan atas apa yang telah terjadi pada keluarganya. Mereka terus bertanya-tanya hal-hal yang menurut mereka dapat dilakukan untuk mencegah hal itu terjadi. Tak hanya saat mereka baru mengalami musibah tersebut, seterusnya trauma akan menghantui mereka. mereka akan dikelilingi rasa resah dan ketakutan di setiap langkah yang mereka ambil. Bayangan tragedi tersebut akan selalu menghantui mereka. Hal ini berdampak pada kepercayaan diri mereka dalam mengambil suatu langkah dan keputusan. Dalam studi yang dilakukan oleh Hidayat el al dalam jurnalnya “The Indonesia Journal of Public health” dengan judul “Mental Health Impact of the Kanjuruhan Stadion Tragedy: A Cross-Sectional Study” yang menghasilkan fakta bahwa trauma psikologis yang dilama oleh penyintas tragedi Kanjuruhan cukup signifikan. Dalam penelitian tersebut 62,5% dari responden mengalami gejala PTSD, 58,3% diantara mereka mengalami depresi, dan sebanyak 54,2% diantara responden mengalami gangguan kecemasan. Hal di atas menunjukkan bahwa dampak psikologis yang dialami oleh yang bersangkutan merupakan masalah yang cukup serius.

Perubahan Dinamika Keluarga

Tidak hanya dampak psikologis yang dialami oleh keluarga korban, namun perubahan dinamika dalam keluarga juga dialami oleh mereka. Mereka kehilangan salah satu peran penting dalam keluarga yang menyebabkan dinamika harus berubah. Kekosongan peran dalam keluarga yang ditinggalkan oleh korban harus diambil oleh anggota keluarga yang lain. Mereka harus mengambil peran dan tanggung jawab dari korban yang telah tiada. Perubahan ini pastilah memerlukan penyesuaian atau adaptasi yang memerlukan waktu tak singkat. Jika yang meninggalkan adalah kepala keluarga, mereka harus menyusun peran kembali yang mencakup seperti menajemen keuangan dan menajemen anak. Jika yang meninggal adalah ibu rumah tangga, mereka harus mulai beradaptasi dan Menyusun Kembali peran dan tanggung jawab di keluarga terutama di bidang managemen rumah. Jika yang meninggal adalah soerang anak, itu akan menjadi pukulan yang sangat berat untuk orangtuanya. Anak sebagai harapan dari orang tua, hal tersebut menyebabkan mereka harus kehilangan harapannya di masa mendatang. Hal-hal yang terjadi di atas berkesempatan besar dapat memicu terjadinya stress tambahan bagi anggota keluarga. Secara keseluruhan, tragedi Kanjuruhan telah berdampak membuat perubahan yang sangat banyak bagi keluarga di Indonesia. Perubahan-perubahan tersebut mencakup aspek psikologis, emosional, social dan ekonomi.

Strategi Menghadapi Kehilangan

Dukungan Emosional

Emosional dan psikologis para anggota keluraga yang ditinggalkan telah mengalami kerusakan, oleh karena itu mereka perlu dikungan secara emosional agar pulih dari keterpurukan. Dukungan dapat membuat seseorang lebih percaya diri dan lebih baik. Dukungan tersebut dapat berasal dari siapapun terutama keluarga. Pelukane rat dan kekuatan dari keluarga memiliki pengaruh cukup besar, merekan akan selalu mendengarkan tanpa menghakimi, meskipun sebenarnya mereka sama-sama terluka, mereka perlu menguatkan satu sama lain. Dukungan dari keluarga adalah bagaikan cahaya yang menyinari jalan suram untuk melewatu masa-masa sulit. Selain itu para anggota keluarga korban yang lain juga dapat melakukan dikungan yang sama, secara mereka memiliki luka yang sama, rasa empati dari mereka juga akan lebih besar.

Layanan Konseling Terapi

Layanan konseling ini menjadi bagian yang penting bagi keluarga sebagai pemulihan pasca trauma. Bantuan dari seorang yang profesional seperti psikolog dan spiker akan lebih terarah dan berstrategi. Teapi ini dapat dilakukan secara individu maupun berkelompok dengan anggota keluarga korban yang lain. hal ini bertujuan agar mereka dapat mengelola emosi mereka, mengatasi trauma mereka dan menemukan jalan keluar untuk keluar dari ruang kesedihan yang berlarut-larut.

Pendekatan Spiritual dan Agama

Dukungan agama dan spiritual menjadi pelita yang menerangi jalan mereka di tengah kegelapan dan rasa kehilangan ini. Ini memberikan kekuatan dan kedamaian untuk menghadapi situasi yang sulit. Keyakinan adalah kekuatan utama keluarga korban yang beragama. Mereka menggunakan doa, zikir, dan ibadah untuk menenangkan, menenangkan, dan mendapatkan kekuatan dari Tuhan. Keyakinan bahwa orang yang dicintai telah meninggal di tempat yang lebih baik membuat mereka merasa lebih tenang dan lebih siap untuk menerima kenyataan. Pemuka agama dan komunitas keagamaan sangat penting dalam memberikan dukungan spiritual kepada keluarga yang telah mengalami korban. Mereka dapat memperkuat iman mereka, menemukan makna tragedi, dan menjalani hidup yang penuh makna melalui kunjungan, doa bersama, dan ceramah agama. Keluarga korban menemukan penghiburan dalam tradisi dan upacara agama. Cara mereka untuk menunjukkan cinta dan penghormatan kepada orang terkasih yang telah tiada adalah dengan membaca kitab suci, melakukan upacara keagamaan, dan bersedekah. Selain itu, tradisi ini membantu mereka menemukan kedamaian dan ketenangan pikiran. Dukungan agama dan spiritual adalah pelukan hangat bagi keluarga korban Kanjuruhan yang kehilangan orang terkasih mereka. Di tengah duka, dukungan ini membantu mereka menemukan kekuatan dan kedamaian. Ini juga meningkatkan iman mereka dan memberikan harapan untuk masa depan. Dalam menghadapi tragedi yang begitu memilukan, keyakinan dan tradisi keagamaan memberikan kekuatan dan kenyamanan yang tak ternilai.

Bantuan Finansial

Upaya lainnya yaitu dapat berupa bantuan finansial. Karena peristiwa ini adalah musibah yang melibatkan banyak pihak, pemerintah dapat membantu dengan uang. Bantuan finansial pemerintah datang dalam berbagai bentuk, seperti santunan kematian, bantuan hidup, dan bantuan modal usaha. Santunan kematian membantu keluarga korban mengatasi biaya pengurusan jenazah dan kebutuhan mendesak sehari-hari, seperti pakaian, makanan, dan papan. Bantuan modal usaha membantu keluarga korban yang kehilangan pencari nafkah untuk memulai bisnis baru dan bangkit secara ekonomi. Penyaluran bantuan finansial pemerintah dilakukan melalui berbagai instansi, seperti Kementerian Sosial, Dinas Sosial, dan Badan Penanggulangan Bencana Daerah. Proses penyaluran bantuan diupayakan secepat dan semudah mungkin agar keluarga korban dapat segera mendapatkan bantuan yang mereka butuhkan. Bantuan finansial pemerintah bagaikan setitik air di tengah padang pasir bagi keluarga korban tragedi Kanjuruhan. Bantuan ini membantu mereka memenuhi kebutuhan dasar dan meringankan beban finansial yang mereka alami. Meskipun bantuan ini tidak dapat menggantikan kehilangan orang terkasih, namun bantuan ini memberikan harapan dan membantu mereka untuk bangkit dan melanjutkan hidup.

Kesimpulan dan Saran

Tragedi Kanjuruhan merupakan bagaikan guncangan yang tak terduga bagi keluarga korban yang ditinggalkan. Peristiwa tersebut menyebabkan dampak emosional dan sosial yang cukup serius. Mereka mengalami trauma psikologis yang menyebabkan banyak sampak buruk seperti syok, stress, gangguan kecemasan, post-traumatic stress disorder (PTSD), bahkan depresi. Hal tersebut tidak hanya terjadi secara singkat, bahkan mereka masih dapat merasakannya untuk waktu yang cukup lama. Selain psikologis dan mental mereka yang terluka, mereka juga mengalami perubahan dinamika dalam keluarga. Keluarga yang telah memiliki peran dan tanggung jawab masing-masing telah kehilangan salah satu anggota keluarganya. Hal tersebut mengharuskan mereka mengubah dan membagi peran dan tanggung jawab keluarga kembali. Dan hal tersebut tidak dapat terjadi secara singkat. Mereka masih harus beradaptasi dan menyesuaikan perubahan yang terjadi pada keluarga mereka. Ini juga merupakan salah satu faktor yang menyebabkan stress mereka bertambah.

Beberapa upaya dapat dilakukan untuk keluarga korban dapat bertahan dan pulih dari luka yang mereka miliki. Dukungan dari keluarga menjadi salah satu upaya, karena keluarga adalah seseorang yang dapat mengerti situasi kita tanpa harus menghakimi. Mereka juga memiliki rasa empati yang sangat tinggi, pelukan erat dan dukungannya berperan penting dalam mereka menghadapi musibah tersebut. Selain dukungan keluarga mereka juga dapat meminta bantuan dari layanan konseling terapi. Bantuan dari seorang yang profesional seperti psikolog dan spiker akan lebih terarah dan berstrategi. Upaya lain yang dapat dilakukan yaitu dengan pendekatan spiritual dan agama. Mereka dapat memperkuat iman mereka, menemukan makna tragedi, dan menjalani hidup yang penuh makna melalui kunjungan, doa bersama, dan ceramah agama. Selain itu dukungan finansial dari pemerintah juga sangat membantu,

mengingat tragedi ini menyangkut berbagai pihak, sudah semestinya pemerintah ikut turun tangan dalam penyelesaian masalah ini

Atas terjadinya peristiwa ini sudah semestinya dapat dijadikan pelajaran oleh semua pihak. Pihak klub sudah semestinya untuk memperbaiki keamanan dan kelayakan dari naungannya. Pihak pemerintah dapat mengambil pelajaran untuk memperbaiki dan meningkatkan sistem dukungan bagi korban di masa depan jika terjadi hal yang tidak diinginkan terjadi lagi. Masyarakat juga harus dapat lebih berhati-hati dalam mengambil keputusan dan bersikap.

Daftar Pustaka

- Bryant & Shaver. (2017). Psychological trauma: Theory, Research, and Practice.
- Habibi, M. , Handoko, D., Kurniawan, D., Rasman, R., & Anggriani, R. 2023. Tragedi kerusuhan Stadion Kanjuruhan dalam bingkai media. Jurnal Ilmu Komunikasi Politik dan Komunikasi Bisnis, 7(1).
- Hidayah, Rifa , Halida, Hilda and Aghniacakti, Ainindita. (2023). Gambaran proses berduka (griefing) pada perempuan yang ditinggal meninggal oleh suami pada masyarakat Kab. Ende, Nusa Tenggara Timur. Research Report. Psikis Lampung, Psikis Lampung. <http://repository.uin-malang.ac.id/17820/>
- Utama, K. W., Sukmadewi, Y. D., Saraswati, R., & Putrijanti, A. (2022). Tragedi Kanjuruhan dan Penyalahgunaan Wewenang dalam Pelaksanaan Prosedur Administrasi Negara. Jurnal Masalah-masalah Hukum. 51(4), 1-8.
- Wismabratra, M. H. 4 Oktober 2022. Duka keluarga korban Tragedi Kanjuruhan Janji Kapolri Pasca-tragedi Kerusuhan Malang. Diakses pada 2 Juni 2024.
<https://regional.kompas.com/>