

## MODUL PELATIHAN

# PENDAMPINGAN TOKOH AGAMA DALAM PENANGGULANGAN BENCANA



HINDU



---

Modul Pemberian dukungan psikososial bertujuan untuk melengkapi para rohaniawan dan praktisi dari enam (6) agama, dalam mengatasi dampak emosional dari bencana. Izin diberikan untuk meninjau, memperbanyak sebagian dari manual ini, selama tidak untuk dijual atau untuk digunakan dalam hubungannya dengan tujuan komersial. Harap mengakui manual ini sebagai sumber jika menggunakan/ mengutip dari sumber ini.

---



# DAFTAR ISI

---

**5** **DAFTAR ISI**

**II** **KATA PENGANTAR**

**13-14** **Penyusun dan Editor**

1. Tim Penyusun 13
2. Tim Editor 14

**15-17** **Bab I.  
BENCANA DALAM  
PERSPEKTIF AGAMA  
HINDU**

1. Tujuan Umum 15
2. Tujuan Khusus 15
3. Metode 16
4. Perlengkapan 16
5. Tahapan 16
  - a. Persiapan 16
  - b. Pembukaan 16
  - c. Pendahuluan Materi 16
  - d. Pemaparan Materi 17
  - e. Penutup 17

# 19 MATERI

Definisi dan Jenis-Jenis Bencana 19

## 21-25 Kebencanaan dalam perspektif Agama

Catatan Untuk Fasilitator 24

Literatur 25

## 27-29 Bab II. PANDANGAN AGAMA HINDU TERHADAP PENANGANAN BENCANA

1. Tujuan Umum 27
2. Tujuan Khusus 27
3. Metode 28
4. Tahapan 29

## 31-37 MATERI

Catatan Untuk Fasilitator 37

Literatur 37

## 41-43 Bab III. PRINSIP-PRINSIP PANDUAN DALAM KEBENCANAAN BAGI PEMUKA AGAMA HINDU

1. Tujuan Umum 41
2. Tujuan Khusus 41
3. Metode 42
4. Perlengkapan 42

5. Tahapan 42
  - a. Persiapan 42
  - b. Pembukaan 42
  - c. Pemaparan Materi 42
  - d. Penutup 43

## 44 Prinsip Panduan Agama Hindu

## 49-51 Bab IV. CERAMAH EMPATIK DAN KONTEKSTUAL DALAM SITUASI BENCANA

1. Tujuan Umum 49
2. Tujuan Khusus 49
3. Metode 50
4. Tahapan 51

## 52-56 PEMAPARAN MATERI TRI HITA KARANA 53

1. *Parhyangan* 54
2. *Palemahan* 55
3. *Pawongan* 55

Catatan Untuk Fasilitator 56

Literatur 56

# 59-60

## Bab V. MODEL DUKUNGAN PSIKOLOGIS AWAL (DPA ) DENGAN PENDEKATAN AGAMA HINDU

1. Tujuan Umum 59
2. Tujuan Khusus 59
3. Metode 60
4. Perlengkapan 60
5. Tahapan 60

# 62-63

## MATERI

1. *Tri Hita Karana* 62
2. *Tat Twam Asi* 62
3. *Vasudhaiva Kutumbakam* 63

# 63-64

1. Prinsip Utama DPA – 3 M  
(Mengamati, Mendengar,  
Menghubungkan) 63
2. Keterampilan dasar untuk  
mendukung pemberian DPA 64



# 65-72

**Self Care 65**

Catatan Untuk Fasilitator **66**

## **Q&A**

### **Modul Kebencanaan dan Penanggulangan Bencana Dalam Perspektif Hindu 67**

1. Mengapa bencana bisa terjadi di dunia? 67
2. Apakah bencana dapat kita prediksi sebelum bencana terjadi? 68
3. Bagaimana cara kita mengendalikan diri ketika jiwa kita terguncang akibat adanya bencana? 69
4. Bagaimana cara kita mulai membangun hubungan dan dapat membantu sama lain ketika terjadi bencana? 71
5. Bagaimana agar terhindar dari bencana? 72



# KATA PENGANTAR

*Namo budhaya,*

*Om Swasrtyastu,*

Salam sejahtera bagi kita semua.

Puji dan syukur kita panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas restu-Nya dapat tersusun buku “Modul Pendampingan Tokoh Agama dalam Penanggulangan Bencana melalui Pendekatan Dukungan Psikososial dan Spritual” yang disusun oleh Tim WVI. Besar harapan buku modul ini dapat memberikan banyak informasi dan panduan bagi masyarakat khususnya tokoh agama dalam mendampingi para penyintas dalam kebencanaan melalui dukungan psikososial dan spiritual.

Dengan hadirnya buku modul ini, diharapkan bisa memberi pemahaman kepada para tokoh agama khususnya dan masyarakat pada umumnya tentang penguatan psikologis dan mental spiritual bagi para penyintas dalam bencana baik bencana alam maupun non alam, sehingga para penyintas dapat segera bangkit dari kesedihan dan keterpurukan akibat bencana tersebut dan mendapatkan solusi yang terbaik bagi kesejahteraan perempuan dan anak di Indonesia.

Akhirnya, saya ucapkan banyak terima kasih kepada semua pihak khususnya WVI (Wahana Visi Indonesia) sebagai salah satu lembaga masyarakat yang telah menjalin kemitraan dan sinergi dengan Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak dengan baik. Semoga buku modul ini dapat memberikan manfaat bagi banyak pihak terutama para tokoh agama lintas agama dan menjadi sumbangsih nyata dalam memberikan perlindungan yang maksimal kepada perempuan dan anak di Indonesia.

Terima kasih.

Jakarta, Agustus 2021

DEPUTI BIDANG PARTISIPASI MASYARAKAT

Indra Gunawan

# Penyusun dan Editor

## Pelaksana Program

Tim SinerGi – Wahana Visi Indonesia

## Tim Penyusun

### Buddha

**Arya Prasetya, S.M.B., SP.B., M.I.KOM, M.Si**  
(NSI)

**Kustiani**  
(Wanita Theravada Indonesia)

**Trisna Handjaja, S.Pd.B**  
(NSI)

**Dharmika Pranidhi**  
(Wanita Theravada Indonesia)

### Islam

**Repelita Tambunan, MTh**  
PGI

**Rusmiatun**  
(Fatayat NU)

**Imam Mahir**  
LPBI - NU

**H. Muh. Munif Godal, MA**  
(MUI Palu)

**Drs. Ulmudin M.Si**  
(MUI Palu)

**KH Agus Handoko, M.Phil**  
(Majelis Ulama Indonesia DKI Jakarta)

### Katolik

**Rm. A. Eka Aldilanta**  
KKP-PMP KWI

**Sr. M. Natalia OP**  
SGPP KWI

**Justina Rostiawati**  
WKRI

**Ishak Sirilus Sonlai, S.Fil**  
Karina KWI

**Th. Triza Yusino, S. Sos**  
SGPP KWI

**Lily Azali**  
WKRI

**Audra Jovani**  
SGPP KWI

### Kristen

**Pdt. Rindu Hutapea, MPH.**  
(Advent)

**Stephen G.R. Sihombing, MTh**  
GPIB Bethseda

**Pdt. Orbertina Modesta Johanis, M.Th**  
BPN PERUATI

**Pdt. Magyolin Carolina Tuasuun, M.Th.**  
Gereja Kristen Pasundan (GKP)

**Ester Sri Fatimah**  
DPP PKWI

### Hindu

**Tri Nuryatiningsih**  
PHDI

**Anak Agung Ayu Ari Widhyasari**  
(PERHIMPUNAN PEMUDA HINDU  
(PERADAH) INDONESIA)

### Khonghucu

**Inggi Kartika Dewi**  
MATAKIN

**Drs. Uung Sendana, I, Linggaraja, S.H., M.Ag**  
MATAKIN

**Gianti Setiawan**  
PERKIIN

### Penggiat Anak ABK

**Susi Rio Panjaitan**  
Yayasan Rumah Anak Mandiri

**Yeni Krismawati**  
JPA

**Psikolog**

**Noridha Weningsari, M.Psi., Psikolog**  
P2TP2A

**Fanny Elizabeth, S.Psi, Psikolog**  
YBH

**Merlinda Jusak**  
KmerR Counselor & Partners

**Evi Deliviana, M.Psi**  
PSW UKI

**Eustalia Wugunawati, M.A., S.Psi**  
PSW UKI

**Mukhtar, S.Psi**  
Himpunan Psikolog Indonesia DKI  
Jakarta

**KPPPA**

**Dodi M Hidayat**  
KPPPA

**BPBD**

**Ervienia Omega Oryza**  
BPBD DKI Jakarta

**Dadang Nuriawan**  
BPBD DKI Jakarta

**Dinsos**

**Devi Ayu, S. Psi**  
Dinsos DKI Jakarta

**HFI**

**Dear Sinandang**  
Humanitarian Forum  
Indonesia (HFI)

**Widowati**  
Humanitarian Indonesia  
(HFI)

**Islamic Relief**

**Dzikri Insan**  
Islamic Relief

**WVI**

**DR. Anil Dawan**  
Wahana Visi Indonesia

**Agung Gunansyah, MA**  
Wahana Visi Indonesia

**Nofri Yohan Raco, M.Psi**  
Wahana Visi Indonesia

**Tim Editor**

**Rany Mariana Simanjuntak, S. Psi**  
Wahana Visi Indonesia

**Natalia Maria Magdalena, S.Th, MA**  
Wahana Visi Indonesia

**Dwi Yatmoko, ST**  
Wahana Visi Indonesia

**Eva Yustina**  
Wahana Visi Indonesia

**Noridha Weningsari, M.Psi., Psikolog**  
P2TP2A

## BAB

## I

Waktu : 90 menit

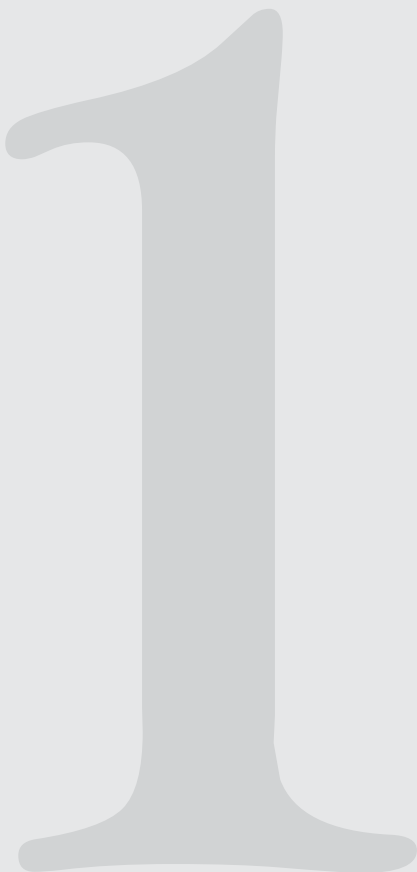
# BENCANA DALAM PERSPEKTIF AGAMA HINDU

## Tujuan Umum

Peserta memahami cara menghadapi bencana terutama setelah bencana terjadi.

## Tujuan Khusus

1. Peserta dapat memahami pengertian dan jenis-jenis bencana.
2. Peserta dapat menjelaskan definisi bencana berdasarkan sloka-sloka dalam Kitab Suci Bhagawad Gita.
3. Peserta memahami bencana dalam perspektif Agama Hindu.
4. Peserta dapat memahami fungsi-fungsi agama: memberikan ketenangan dan kesejukan serta nasihat, posisi agama dalam kerentanan saat bencana, agama memperkuat otoritas nilai, agama sebagai pendekatan dalam menghadapi serta mencari jalan keluar.
5. Peserta dapat memahami prinsip-prinsip panduan tokoh agama dalam merespon situasi bencana.



**Metode** Partisipatif, Ceramah Interaktif, Diskusi kelompok.

**Perlengkapan** *In Focus* dan Materi *powerpoint*, *Flipchart* dan *Spidol*, FC materi ceramah interaktif, Dua ruangan terpisah dalam satu lokasi untuk diskusi kelompok, Koneksi internet, *Post It*, Perlengkapan pemutaran video & lagu.

## Tahapan

### Persiapan

1. Menyiapkan materi yang akan digunakan, materi yang dimaksud adalah materi paparan yang akan disesuaikan dengan usia peserta.
2. Menyiapkan kegiatan game maupun ice breaking yang dapat memberikan secara cepat dicerna oleh peserta.
3. Menentukan ruang dan waktu yang akan digunakan dalam kegiatan ini, disesuaikan dengan keadaan daerah serta kondisi peserta.

### Pembukaan

1. Memperkenalkan diri dimulai oleh narasumber dan dilanjutkan ke peserta baik identitas singkat dan pemahaman mereka tentang bencana
2. Memberikan pemahaman singkat tentang bencana dimulai dari cerita-cerita dalam Hindu yang gampang untuk diingat.

### Pendahuluan Materi

1. Memberikan pemahaman bencana dalam perspektif Hindu
2. Memberikan beberapa cerita-cerita dalam Hindu seperti awatara dan bagaimana *Sang Hyang Widhi Wasa* menyelamatkan dunia
3. Peran manusia dalam menghadapi bencana



### Pemaparan Materi

1. Memberikan beberapa sloka-sloka dalam Hindu tentang bencana serta bagaimana pemahaman kita terhadap isi sloka tersebut
2. Peserta dibagi menjadi beberapa kelompok dan diberikan soal, misalnya diberikan soal tentang satu sloka, lalu diminta untuk memberikan arti dan membuatnya dalam suatu cerita pendek kemudian dipresentasikan dalam bentuk kelompok.

---

### Penutup

1. Narasumber memberikan evaluasi atas semua pemaparan, diskusi dan juga hasil kelompok yang dibuat oleh peserta
2. Terakhir, peserta diminta untuk mengucapkan satu kalimat syukur dan terima kasih kepada Ida Sang Hyang Widhi Wasa.



# MATERI

---

## Definisi dan Jenis-Jenis Bencana

*Purusa evedam sarvam*

*Yadbhutam yacca bhavyam*

*Utamrtatvasyesa no*

*Yadannenati rohati.*

*Rgveda X.90.2.*

Artinya:

(Tuhan sebagai wujud kesadaran agung merupakan asal dari segala yang telah dan yang akan ada. Ia adalah raja di alam yang abadi dan juga di bumi ini yang hidup dan berkembang dengan makanan)

*Tvamagna indro vrsabhah satamasi*

*Tvam visnur urugayo namasyah*

*Tvam brahma rayivid brahmanaspate*

*Tvam vidhartah sacase purandhya (3).*

*Tvam agne raja varuno dhrtavratas*

*Tvam mitro bhavasi dasma idyah,*

*Tvamaryama satpatirasya sambhujam*

*Tvamamso vidhate deva bhajayuh (4).*

*Tvam agne aditir deva disuse*

*Tvam hotra bharati vardhase gira,*

*Tvamila satahimasi daksase*

*Tvam vrtraha vasupate sarasvati (II)*

*Rgveda II. 1.3.4.11.*

Artinya:

(Engkau adalah agni, Indra, pahlawan dari semua pahlawan. Engkau adalah Visnu, yang langkahnya agung yang hamba puja. Engkau adalah Brahmanaspati, brahma yang memiliki seluruh kekayaan, engkau menyangga segala yang hamba cintai dan memohon kebijaksanaan (3)).

Engkau adalah Agni, engkau adalah *maharaja Varuna*, penguasa hukum yang sangat adil. Engkau adalah *Mitra*, pekerja yang mengagumkan yang hamba puja. Engkau adalah *Aryama*, devata para pahlawan yang menambahkan kekayaan kepada semua orang. Engkau Tuhan Yang Maha Esa dalam wujud-Mu sebagai *Amsa* yang bebas dalam persidangan agung (4).

Ya Tuhan Yang Maha Esa , engkau adalah *Agni*, *Aditi devata* yang menerima persembahan kami. Engkau adalah *Hotra Bhatari*, Pandita Agung dan Dewi kebudayaan, engkau adalah yang diagungkan oleh ribuan umat manusia di musim salju. Engkau adalah penganugrah kekayaan, pembunuh raksasa *Vrtra*, dan *Sarasvati*, dewi ilmu pengetahuan dan kebijakan (11).

### Kebencanaan dalam perspektif Agama Hindu

Lontar *Roggha Sanghara Bhumi* secara tekstual merupakan naskah tradisional yang mengandung upacara penyucian bumi sebagai suatu kearifan lokal. Secara intrinsik tergolong lontar tutur yang disusun dalam bentuk teks menggunakan Bahasa Kawi. Dalam Lontar *Roggha Sanghara Bhumi* disebutkan ada beberapa jenis bencana yang terjadi. Dimana, bencana yang akan terjadi berulang pada setiap sasihnya dan bencana yang akan terjadi melihat tanda atau isyarat yang tidak baik (*Durmanggala*).

Dalam lontar juga tersurat, jika gempa bumi yang terjadi secara terus-menerus harus diupacarai atau dipersembahkan caru sesuai dengan sasih pada saat terjadinya gempa tersebut. Sebagian besar gempa yang terjadi merupakan pengundang wabah penyakit atau sebagai suatu pertanda yang mengarah pada hal yang tidak baik.

Dalam Lontar *Roggha Sanghara Bumi* juga berisi tentang bencana alam gempa beserta baik buruknya berdasarkan *sasih* (bulan). Misalnya bila *sasih Kapitu* (Januari) datangnya

---

gempa secara terus-menerus, menandakan akan terjadi perang tidak henti-hentinya. Berbagai penyakit akan menimpa masyarakat. Kemudian bila *sasih Kaulu* (Februari), dan *sasih Katiga* (September) datangnya gempa secara terus-menerus, ramalannya akan terjadi wabah penyakit sampai banyak orang meninggal.

Bila *sasih Kasanga* (Maret) datangnya gempa secara terus-menerus, ramalannya negara tidak akan menentu. Para pembantu meninggalkan tuannya. Bila *sasih Kadasa* (April), ramalannya negara akan menjadi baik. Ini berarti sebagai pengundang *Bhatara* berbelas kasih kepada manusia.

Sedangkan bila *sasih Jyesta* (Mei) dan *sasih Sada* (Juni), ramalannya akan terjadi banyak orang sakit tidak tertolong. Bila *sasih Kapat* (Oktober), *sasih Kalima* (November) ramalannya sebagai pengundang dewata. Para dewa senang tinggal di bumi. Bumi akan mendapat karahayuan. Segala yang ditanam akan hidup subur dan berhasil (*saphala sarwa tinandur*). Raja atau pemimpin bijak dan berbudi rahayu. Begitupun bila *sasih Kanem* (Desember), ramalannya banyak orang akan jatuh sakit tidak tertolongkan. Untuk menetralisasi patut segera dibuatkan upacara persembahan *caru* selamatan.

*Durmangala* dalam *Lontar Roggha Sanghara Bhumi* merupakan tanda-tanda alamat tidak baik yang diberikan oleh *Sanghyang Druwaresi*, yaitu Dewa yang berstana di atas langit sebagai pertanda bahwa malapetaka akan segera datang. Misalnya ada pelangi yang

---

masuk ke keraton dan minum air pada saat hujan. Ini pertanda raja atau pemimpin akan berumur pendek. Untuk mengantisipasi hal seperti itu, harus dibuatkan *caru* (kurban) keselamatan. Ada binatang kijang, menjangan, berlari-lari masuk ke desa, masuk ke rumah-rumah berkeliling.

Begitu juga jika ada *Parahyangan* (tempat pemujaan) ditimpa pohon, terbakar, diterjang angin puyuh, apalagi saat melaksanakan upacara *yadnya*. Ini pertanda buruk dan akan terjadi bencana yang lebih dahsyat. Masyarakat harus segera membuat upacara *prayascita* (penyucian).

Kemudian jika ada fenomena bintang berekor (bintang kukus) di langit. Ini isyarat raja atau pemimpin akan kena musibah besar seperti ajal dalam sebuah pertempuran. Segala hewan piaraan manusia seperti sapi, kerbau, kambing, dan sebagainya terjadi salah pasangan. Artinya terjadi perkawinan bukan sesama hewan sejenis, umpamanya sapi kawin dengan kerbau, ayam dengan itik, anjing dengan babi, dan sebagainya. Hal salah pasangan juga dapat terjadi pada diri manusia, seperti paman kawin dengan kemenakan, ayah dengan anak, saudara kawin dengan saudara. Ini pertanda *bhutakala* telah merasuk ke tubuh manusia. Ini harus segera dinetralisir dengan upacara penyucian jagat agar *bhutakala* kembali ke alamnya.

---

Ada orang melahirkan dengan wujud yang tidak normal atau aneh, pohon kelapa di halaman disambar petir, pintu gerbang juga disambar petir. Apabila terjadi bencana alam secara insidental, dan masyarakat Bali menginginkan *karahayuan jagat*, maka dalam *Lontar Roggha Sangara Bumi* disebutkan ada beberapa jenis upacara keselamatan yang dapat dilakukan, seperti Upacara *Prayascita*, Guru Piduka, dan *Labuh Gentuh*.

Dalam implementasinya terhadap upaya pembersihan bumi dari malapetaka disikapi dengan memanfaatkan kearifan lokal sesuai dengan desa *kala* dan *patra*. Sehingga muncul beberapa sebutan istilah dalam pelaksanaan ritual tersebut yang merupakan terjemahan dari implementasi lontar *Roggha Sanghara Bhumi*, seperti *Peneduh Jagat*, *Pamilayu Bhumi*, dan *Nangluk Merana*.

**Catatan Untuk Fasilitator :**

Fasilitator diharapkan mampu untuk membaca bagaimana kategori peserta dalam kegiatan tersebut baik dari segi umur, pekerjaan, jenis kelamin. Diharapkan bisa berimbang dalam memberikan materi dan tidak memberikan kesan menekan ataupun unsur SARA didalamnya.



## Literatur

<https://baliexpress.jawapos.com/read/2019/07/08/145043/lontar-rogggha-sanghara-bhumi-mitigasi-bencana-orang-bali>



**Pandangan terhadap bencana yang didasari pada pemahaman teologis yang benar akan menuntun pada sikap penanganan bencana yang tepat.**

---

Pemahaman elemen-elemen pokok yang berbeda dalam fisik dan alam-alam fisik ini membantu kita mendapatkan suatu pengertian yang lebih jelas tentang bagaimana satu kejadian dapat dihasilkan lebih dari satu sebab dan bagaimana faktor-faktor penentu yang berbeda dapat dengan serentak terlibat dalam mengkondisikan fenomena serta pengalaman-pengalaman tertentu.



## BAB

## II

Waktu : 90 menit

# PANDANGAN AGAMA HINDU TERHADAP PENANGANAN BENCANA \_

## Tujuan Umum

1. Tokoh agama memahami perspektif penanganan kebencanaan.
2. Tokoh agama termotivasi untuk melakukan edukasi kepada masyarakat tentang penanganan kebencanaan.

## Tujuan Khusus

1. Tokoh agama mampu menjadi penggerak di masyarakat dalam melakukan penanganan kebencanaan.
2. Tokoh agama memiliki referensi materi *dharma wacana* terkait penanganan bencana oleh tokoh agama.
3. Tokoh agama mampu mengajak masyarakat yang terkena dampak bencana untuk bangkit dan mau membantu sesama masyarakat yang terkena dampak.

4. Tokoh agama mampu menjembatani kepentingan–kepentingan masyarakat yang terkena dampak bencana terutama dalam hal keagamaan kepada pihak–pihak terkait yang bertanggung jawab.
5. Tokoh agama mampu memberikan pelatihan–pelatihan kepada masyarakat agar nantinya bisa membantu masyarakat lainnya yang terkena dampak bencana.

---

## Metode

1. *Dharma wacana*, yaitu memberikan cerita–cerita dan pemahaman kepada masyarakat tentang pengertian bencana bagi masyarakat serta bagaimana bersama–sama mampu untuk memulihkan keadaan pasca bencana.
2. Melalui permainan–permainan singkat yang bisa dimainkan dalam segala umur dengan menggunakan perlatan–peralatan sederhana yang mampu menimbulkan rasa kebersamaan dan kekeluargaan (contoh: permainan *meong* dan *bikul\**).
3. Melalui grup diskusi. Pada grup diskusi yang terdiri dari beberapa orang (5–10 orang), para tokoh agama akan memberikan pemahaman sederhana tentang bencana dan bagaimana sikap masyarakat ketika bencana datang dan pasca bencana.

## Tahapan

1. Melihat dan meninjau kondisi tempat bencana terjadi dan memikirkan apakah kegiatan tersebut aman dan bisa dilaksanakan atau tidak.
  2. Pengenalan para tokoh agama.
  3. Mengumpulkan para tokoh agama pada satu tempat yang cukup memadai dan aman.
  4. Memberikan pemahaman sederhana kepada tokoh agama tentang bencana melalui metode *dharma wacana* dan diselingi dengan diskusi ringan.
  5. Mencoba beberapa permainan yang ringan dan gampang oleh tokoh agama dengan melihat keadaan lapangan.
  6. Melakukan diskusi grup.
-



# MATERI

---

Bencana alam merupakan sebuah kehendak alam ketika terjadi suatu ketidakwajaran dalam sistem alam itu sendiri. Hal tersebut sama ketika tubuh kita ini mengalami ketidakwajaran akan sesuatu yang menyebabkan sistem tubuh ini bereaksi. Timbullah gangguan atau penyakit yang membuat kita harus berobat (melakukan pemulihan). Ada kesamaan diantara reaksi kedua sistem tersebut. Berdasarkan hal tersebut itulah orang Hindu sering mengatakan bahwa tubuh kita (*Bhuwana Alit*) adalah selalu identik dengan alam semesta (*Bhuwana Agung*). Maka hal yang perlu kita lakukan juga sama. Menetralisir, mengharmoniskan kembali, mengobati atau mengembalikan baik *sekala* maupun *niskala*. Tindakan *Pre-emptif*, *Preventif* dan *Kuratif*.

Secara *sekala* sudah banyak kita ketahui dan lakukan secara nyata. Baik perbaikan fisik maupun antisipasi secara konsep pembangunan yang meminimalkan resiko bencana. Namun untuk *niskala*, di jaman modern ini sudah jarang orang menyentuhnya, apalagi keyakinan mereka sudah mengabaikan kearifan leluhur mereka. Hanya mereka yang paham akan spiritual Nusantara yang masih memahami akan konsep aturan energi alam.

Bahwa dalam konsep energi alam, akan selalu ada kompetisi antara energi positif dan negatif untuk saling mendominasi. Ketika salah satu mendominasi maka alam ini tak akan seimbang atau stabil. Namun ketika kedua energi seimbang maka akan saling

menguatkan sehingga harmonisasi terjadi (kondisi stabil). Ketika kestabilan terjadi maka sistem alam ini akan berjalan tanpa ada gangguan. Inilah kondisi ideal yang kita inginkan. Hukum sebab akibat, aksi reaksi atau hukum karma itu sendiri akan selalu mengikuti semesta. Percaya tidak percaya, harus diakui adanya.

Dengan melakukan ritual alam. Baik itu permohonan maaf (guru piduka) atas ketidakseimbangan alam oleh ulah kita (manusia), maupun karena energi semesta itu sendiri yang berebut saling mendominasi saat celah itu muncul. Konsep *Bedawang Nala* dengan dua naga penjaganya adalah konsep pengikatan energi semesta itu sendiri. Dimana ada gesekan atau gerakan energi yang ingin saling bereaksi dan beraksi. Seperti dalam ilmu fisika atom, bahwa proton dan elektron serta neutron menjadi penentu kestabilan sebuah atom.

Masyarakat Hindu di Bali meyakini bahwa Tuhan menciptakan alam dengan mempergunakan lima benih unsur tenaga yang disebut *panca tanmatra* terdiri dari, *Gandhatanmatra* adalah benih unsur *pertiwi*, *Rasatanmatra* adalah benih unsur *apah*, *Rupatanmatra* adalah benih unsur *teja*, *Sparsatanmatra* adalah benih unsur *bayu*, *Sabdatanmatra* adalah benih unsur *akasa*. Kelima jenis-jenis unsur yang disebut *pancatanmatra* itu kemudian masing-masing berubah menjadi atom-atom yang



disebut *Paramanu*. Dari *Paramanu* itu muncullah unsur-unsur benda yang disebut *Pancamahabhuta* (lima unsur yang maha ada) yaitu, *pertiwi* adalah unsur zat padat, *apah* adalah unsur zat cair, *teja* adalah unsur sinar atau panas, *bayu* adalah unsur udara, *akasa* adalah unsur *ether*.

Bisa dikatakan antara *bhuana alit* dan *bhuana agung* tercipta melalui unsur-unsur yang sama yakni *Pancamahabhuta*. Interaksi *bhuana agung* dan *bhuana alit* ini terperantarai melalui tubuh manusia.

Dalam *Roga Sanghara Bhumi* dibabarkan bahwa yang menyebabkan hancurnya dunia adalah marahnya *Bhatara Druwaresi* yang *berstana* di atas langit dan *Sanghyang Anantasana* yang *berstana* di *Sapta Petala*. Beliau sangat marah dengan manusia di dunia. Tanda bumi mengalami kehancuran; api membesar, segala golongan *bhuta pisaca* menjelma sebagai manusia, dunia menjadi kacau balau, orang tidak berkesadaran, bermusuhan dengan saudara, orang-orang yang menjalani *dharma* mendapat celaan.

Bentuk kelahiran binatang yang tidak biasa muncul (salah timpal) karena anjing bersetubuh dengan sapi babi, kerbau bersetubuh dengan sapi, sering terjadi gempa, mantra tidak manjur, racun merajalela, bumi dipenuhi kekotoran, ternodai sampai ke dunia bawah. Marahlah *Sanghyang Anantabhoga* diinjak punggungnya oleh manusia kotor

sehingga punggung beliau panas. Kemudian bergeraklah ekor beliau sehingga bumi bergetar. Ini sebagai isyarat akan terjadi bencana buruk di bumi – termasuk gempa bumi. Di sini umat manusia harus melaksanakan upacara '*Bhumi Suddha*' penyucian dunia.

*Roga Sanghara Bhuzz* menjelaskan tanda-tanda wabah berdasarkan perhitungan *sasih*. Bila pada *sasih kaenem* datangnya gempa secara terus-menerus, itu sebagai pengundang wabah penyakit. Datangnya penyakit diawali dengan panas, gelisah, menggigil. Penyakit itu datang dari *Bhatara Luhuring Akasa*.

Maka manusia patut mempersembahkan *caru* di pinggir selatan desa. Bila pada *sasih kepitu* datangnya sakit, bermacam-macam penyakit, itulah *Bhatara Guru* yang menyebarkan penyakit. Patut mempersembahkan *caru*. Selanjutnya, bila pada *sasih kaulu* dan *katiga* datangnya gempa secara terus menerus, sebagai pengundang penyakit dan wabah pada desa-desa di tepi pantai, itu wabah yang disebarkan oleh *Bhatara Surya*, *Bhatara Baruna*, maka patut melaksanakan upacara guru piduka di *segare*. Begitu pula dengan *sasih-sasih* yang lainnya. Ketika terjadi bencana dalam bentuk wabah penyakit atau bencana alam, maka *Roga Sanghara Bumi* menawarkan penyelesaian ritual dengan cara *mecaru* dan melakukan upacara *guru piduka*.

## Veda Vakya

*Sādhibhūthadhi daivarṁ mām*

*Sadhi yajñam cha ye viduh*

*Prayāna-kāle pi cha mām*

*Te vidur yukta-cetasah.*

## Terjemahan

Mereka yang mengetahui Aku sebagai Yang Tunggal, yang mengatur aspek material dan ilahi serta segala upacara kurban, dengan pikiran yang diselaraskan, mereka dapat pengetahuan tentang Aku, meskipun di saat keberangkatan mereka (dari dunia ini).

*(Bhagavadgita VII. 30)*

*Narayana evedam sarvam*

*Yadbhutam yacca bhavyam,*

*Niskalanko niranjano nirvikalpo*

*Nirakhyatah suddho deva eko*

*Narayano na dvitiyo'sti kascit.*

## **Narayana Upanisad 2.**

Artinya:

(Ya Tuhan Yang Maha Esa, dari engkaulah semua ini berasal dan kembali yang telah ada dan yang akan ada di alam raya ini. *Hyang Widhi* Maha Gaib, mengatasi segala kegelapan, tak termusnahkan, maha cemerlang, maha suci (tidak ternoda), tidak terucapkan, tiada duanya).

Ulasan:

Dari pengertian diatas apapun yang ditujukan untuk memberikan batasan kepada Tuhan Yang Tidak Terbatas itu tidaklah menjangkau kebesaran-Nya, maka dari itu ada yang menyebutkan yang tepat untuknya yakni *Neti-Neti (Na+iti, na+iti)* Bukan ini bukan itu. Semua yang ada dan yang tiada itu hanya bisa kembali ke Tuhan. Dengan demikian *Sang Hyang Widhi* adalah Tuhan sebagai pencipta alam semesta. Tuhan sebagai *Widhi* disebut bersthana di *luhuring akasa*, yakni di atas angkasa, nan jauh di sana, Tuhan yang maha suci, beliau akan selalu memerciki sinar sucinya terhadap insan yang benar-benar memujanya. Memberikan cahaya terang atau jalan yang baik bagi umat yang memujanya. Tuhan yang selalu memberikan kecemerlangan pikiran agar senantiasa pikiran yang tertuju terhadap beliau selalu jernih tanpa ada hal-hal yang kotor menyelimuti pikiran kita.

### Catatan Untuk Fasilitator :

1. Fasilitator diharapkan mampu untuk menjembatani kebutuhan para tokoh agama sehingga terjadi ikatan yang kuat dan mampu menolong masyarakat.
2. Fasilitator mampu melihat faktor pendukung seperti lingkungan, psikologis peserta ketika mengikuti kegiatan ini.

### Literatur

I Gusti Agung Paramita, Bencana, Agama Dan Kearifan Lokal, Jurnal *Dharmasmrti*, Nomor 18 Vol. I Mei 2018: 1 – 134

*Bhagawad Gita*

**\*Lirik lagu** *meong – meong*

*Meong meong alih je bikule Bikul gede gede Buin mokoh mokoh Kereng pesan*

*ngerusuhin 2x Juk Meng Juk Bikul*

*Juk Meng Juk Bikul*

Tahapan permainan *meong–meong*:

Misalnya jumlah peserta: 20 orang

1. Membentuk suatu lingkaran
2. Memperkenalkan diri satu persatu (nama, umur dan hobi)
3. Saling berpegangan tangan dengan teman sebelahnya
4. Sebelum memulai permainan ditentukan dahulu siapa yang akan jadi *meong* (kucing) dan *bikul* (tikus)

5. Penentuan bisa melalui *system suit* atau *hompimpa* maupun kerelaan dari peserta
6. Setelah ditentukan makan si *meong* berada diluar lingkaran dan *bikul* berada didalam lingkaran
7. Lalu peserta yang lain yang berada dalam lingkaran mulai menyanyikan *meong-meong* sambil berjalan dengan tetap dilingkaran
8. Setelah lagu selesai, maka si *meong* berusaha untuk menangkap si *bikul* dan para peserta tetap memainkan lagu *meong – meong*

Tujuan permainan *meong-meong*:

1. Saling mengenal satu sama lain
2. Menumbuhkan keakraban
3. Saling menolong sesama dan menjaga *sesame*
4. Menghibur dan memberikan suasana yang bahagia





**Bagi pemuka dan pemimpin agama, menaati prinsip panduan dalam penanganan bencana akan menjadi motivasi untuk meningkatkan kompetensi individu maupun komunitas.**





## BAB



Waktu : 120 menit

# PRINSIP-PRINSIP PANDUAN DALAM KEBENCANAAN BAGI PEMUKA AGAMA HINDU

## Tujuan Umum

1. Peserta memahami pengertian bencana.
2. Peserta mengetahui secara umum bagaimana pandangan agama Hindu terhadap bencana.

## Tujuan Khusus

1. Peserta dapat memahami prinsip panduan pertama kebencanaan yakni kemanusiaan adalah prioritas utama.
2. Peserta dapat memahami prinsip panduan kedua kebencanaan yaitu prioritas bantuan ialah kebutuhan semata-mata.
3. Peserta dapat memahami panduan ketiga kebencanaan adalah tindakan dan sikap terhadap sesama manusia.
4. Peserta dapat memahami prinsip panduan keempat adalah kebencanaan yakni pentingnya melakukan upaya penyadaran dan pembelaan.

## Metode

1. *Dharma Wacana* atau ceramah keagamaan.
2. Pendekatan personal melalui kelompok – kelompok kecil yang terdampak bencana.

## Perlengkapan

*In Focus* dan Materi *powerpoint*, *Flipchart* dan *Spidol*, *Photocopy* materi ceramah interaktif, Dua ruangan terpisah dalam satu lokasi untuk diskusi kelompok, *Post It*, Media Pembelajaran.

## Tahapan

### Persiapan

1. Menyiapkan materi yang akan digunakan dalam pemaparan atau ceramah dan disesuaikan kondisi lapangan yang akan dituju.
2. Mempersiapkan semua peralatan yang akan digunakan dalam proses pendekatan kepada masyarakat yang terkena dampak bencana melalui proses diskusi kelompok.

### Pembukaan (5 menit)

1. Memberikan salam kepada tokoh agama.
2. Memberikan penjelasan mengapa tokoh agama hadir di tempat itu.
3. Menjelaskan secara singkat pengertian bencana dan bagaimana manusia sesungguhnya.

### Pemaparan Materi (60 menit)

1. Memberikan pemahaman bahwa tokoh agama mampu mengetahui dasar tentang pengertian bencana (bisa melalui proses dua arah).
2. Memberikan penjelasan bahwa tokoh agama mengetahui tentang peran manusia dalam proses bencana terutama pasca bencana terjadi.

3. Memberikan penjelasan bahwa tokoh agama mengetahui manusia wajib menolong sesama dan juga mampu memberikan motivasi kepada peserta.
  4. Tokoh agama mampu memberikan beberapa contoh bagaimana memotivasi masyarakat lainnya agar bangkit setelah bencana terjadi.
- 

### **Penutup (10 menit)**

1. Tokoh agama mampu memberikan beberapa sloka/doa yang bisa menenangkan perasaan masyarakat yang terdampak bencana
  2. Tokoh agama mampu Memberikan beberapa kalimat motivasi kepada masyarakat yang terdampak bencana
-

### Prinsip Panduan Agama Hindu

#### I. Kemanusiaan adalah prioritas utama

Hubungan tata kemasyarakatan Hindu dibagi menjadi empat tingkat kehidupan yang dikenal dengan Catur Asrama. Catur Asrama adalah empat lapangan atau tingkatan hidup manusia atas dasar keharmonisan hidup. Tiap-tiap tingkat kehidupan manusia diwarnai oleh adanya ciri- ciri tugas kewajiban yang berbeda antara satu masa (asrama) dengan masa lainnya, tetapi merupakan kesatuan yang tak dapat dipisahkan. Sebagai contoh adanya perbedaan sifat tugas dan kewajiban seorang bapak dengan ibu dengan anak- anaknya.

Menurut agama Hindu pembagian tingkat kehidupan manusia sesuai dengan sistem Catur Asrama, ialah sebagai berikut:

1. Brahmacari Asrama adalah tingkat kehidupan berguru/ menuntut ilmu. Setiap orang harus belajar (berguru). Diawali dengan upacara Upanayana dan diakhiri dengan pengakuan dengan pemberian Samawartana/ Ijazah. Dalam kegiatan belajar mengajar ini siswa/ Snataka harus mengikuti segala peraturan yang telah ditetapkan bahkan kebiasaan untuk mengasramakan siswa sangat penting guna memperoleh ketenangan belajar serta mempermudah pengawasan.

Brahmacari juga mengandung makna yaitu orang yang tidak terikat/ dapat mengendalikan nafsu keduniawian, terutama nafsu seksual. Segala tenaga dan pikirannya benar- benar diarahkan kepada kemantapan belajar, serta upaya pengembangan keterampilan sebagai bekal hidupnya kelak.

2. Grehasta Asrama adalah tingkat kehidupan berumahtangga. Masa Grehasta Asrama ini adalah merupakan tingkatan kedua setelah Brahmacari Asrama. Dalam memasuki masa Grehasta diawali dengan suatu upacara yang disebut Wiwaha Samskara (Perkawinan) yang bermakna sebagai pengesahan secara agama dalam rangka kehidupan berumahtangga (melanjutkan keturunan, melaksanakan

	<p>yadnya dan kehidupan sosial lainnya). Oleh karena itu penggunaan Artha dan Kama sangat penting artinya dalam membina kehidupan keluarga yang harmonis dan manusiawi berdasarkan Dharma.</p> <p>3. <i>Wanaprastha</i> Asrama adalah tingkat kehidupan ketiga dengan menjauhkan diri dari nafsu-nafsu keduniawian. Pada masa ini hidupnya diabdikan kepada pengamalan ajaran <i>Dharma</i>. Dalam masa ini kewajiban kepada keluarga sudah berkurang, melainkan ia mencari dan mendalami arti hidup yang sebenarnya, aspirasi untuk memperoleh kelepaan/ moksa dipraktikkannya dalam kehidupan sehari-hari.</p> <p>4. Sanyasin (<i>bhiksuka</i>) Asrama adalah merupakan tingkat kehidupan di mana pengaruh dunia sama sekali lepas. Yang diabdikan adalah nilai-nilai dari keutamaan <i>Dharma</i> dan hakekat hidup yang benar. Pada masa ini banyak dilakukan kunjungan (<i>Dharma yatra, Tirtha yatra</i>) ke tempat suci, di mana seluruh sisa hidupnya hanya diserahkan kepada Sang Hyang Widhi Wasa untuk mencapai Moksa.</p>
2. Prioritas bantuan ialah kebutuhan sematamata	<p>Dalam konsep Hindu, manusia pertama adalah <i>Svambhu</i>, yang artinya makhluk berpikir pertama yang menjadikan dirinya sendiri. Secara etimologi kata manusia berasal dari kata manu yang artinya pikiran atau berpikir, dalam bentuk genetif menjadi kata "<i>manusya</i>", artinya ia yang berpikir atau menggunakan pikirannya. Menurut konsep Hindu, manusia adalah kesatuan antara badan jasmani dan jiwa (<i>atman</i>) menjadikan ia secara psikofisik terus berkembang. Secara kosmologis, manusia (yang berupa kesatuan jiwa badan jasmaninya) yang sering disebut <i>mikrokosmos</i> (<i>bhuana alit</i>) yang merupakan perwujudan dari <i>makrokosmos</i> (<i>bhuana agung</i>).</p> <p>Manusia juga dikatakan sebagai makhluk Tri Pramana karena memiliki tiga kemampuan utama yaitu berpikir, berkata dan berbuat, yang menyebabkan ia berbeda dengan makhluk lainnya. Dengan kemampuan berpikir, berkata dan berbuat, manusia melakukan perbuatan baik dan perbuatan buruk yang disebut <i>subha asubha karma</i>. Dengan mengutamakan perbuatan baik</p>

	<p>yang disebut subha karma inilah manusia mampu menolong dirinya sendiri, mengangkat dirinya dari kesengsaraan. Inilah keistimewaan lahir menjadi manusia.</p> <p>Dimana tidak dimiliki oleh makhluk lain selain manusia. Secara umum manusia senang pada keindahan, baik itu keindahan alam maupun seni, dan yang merupakan musuh besar manusia menurut agama Hindu yang disebut Sad Ripu. Sad Ripu ini berada di dalam diri setiap manusia dimana sifat-sifat tersebut akan mempengaruhi watak dan perilaku manusia. Itulah sebabnya watak dan perilaku manusia berbeda antara satu dengan yang lainnya. <i>Sad Ripu</i> tidak bisa kita hilangkan karena begitu melekat dalam diri manusia. Satu-satunya cara adalah dengan mengendalikannya. Untuk itu, kita harus bisa mengendalikan sifat tersebut agar nantinya kita mendapat ketenangan di dalam diri. Jika hati kita tenang, maka pikiran pun akan tenang untuk menghasilkan pemikiran-pemikiran yang jernih. Dari pemikiran yang jernih kita senantiasa akan berkata dan berbuat yang baik.</p>
3. Tindakan dan sikap terhadap sesama manusia	<p>Umat Hindu mengajarkan mengenai konsep Tri Hita Karana yang artinya tiga penyebab kesejahteraan yaitu Parhyangan, Pawongan, Palemahan. Parhyangan artinya manusia hendaknya menjaga keharmonisan dengan Tuhan dapat diimplementasikan melalui upacara-upacara keagamaan, sembahyang, beryajna, dan lain-lain. Pawongan artinya manusia hendaknya menjaga keharmonisan antar sesama manusia, seperti yang kita ketahui bahwa manusia merupakan makhluk sosial yang membutuhkan satu sama lain melalui interaksi saling toleransi dan komunikasi yang baik dalam masyarakat. Palemahan artinya bahwa manusia hendaknya menjaga keharmonisan kepada alam atau lingkungan hidup misalnya menjaga kelestarian alam agar tetap terjaga keasriannya.</p>
3. Kebencanaan yakni pentingnya melakukan upaya penyadaran dan pembelaan	<p>Dalam Lontar Roggha Sanghara Bhumi disebutkan ada beberapa jenis bencana yang terjadi. Dimana, bencana yang akan terjadi berulang pada setiap sasihnya dan bencana yang akan terjadi melihat tanda atau isyarat yang tidak baik (<i>Durmangala</i>).</p>

Dalam Lontar Roggha Sanghara Bumi juga berisi tentang bencana alam gempa beserta baik buruknya berdasarkan sasih (bulan). Misalnya bila sasih Kapitu (Januari) datangnya gempa secara terus-menerus, menandakan akan terjadi perang tidak henti-hentinya. Berbagai penyakit akan menimpa masyarakat. Kemudian bila sasih Kaulu (Februari), dan sasih Katiga (September) datangnya gempa secara terus-menerus, ramalannya akan terjadi wabah penyakit sampai banyak orang meninggal.

Bila sasih Kasanga (Maret) datangnya gempa secara terus-menerus, ramalannya negara tidak akan menentu. Para pembantu meninggalkan tuannya. Bila sasih Kadasa (April), ramalannya negara akan menjadi baik. Ini berarti sebagai pengundang Bhatawa berbelas kasih kepada manusia.

Sedangkan bila sasih Jyesta (Mei) dan sasih Sada (Juni), ramalannya akan terjadi banyak orang sakit tidak tertolong. Bila sasih Kapat (Oktober), sasih Kalima (November) ramalannya sebagai pengundang dewata. Para dewa senang tinggal di bumi. Bumi akan mendapat karahayuan. Segala yang ditanam akan hidup subur dan berhasil (saphala sarwa tinandur). Raja atau pemimpin bijak dan berbudi rahayu. Begitupun bila sasih Kanem (Desember), ramalannya banyak orang akan jatuh sakit tidak tertolongkan. Untuk menetralisasi patut segera dibuatkan upacara persembahan caru selamatan.

Apabila terjadi bencana alam secara insidental, dan masyarakat Bali menginginkan karahayuan jagat, maka dalam Lontar Roggha Sanghara Bumi disebutkan ada beberapa jenis upacara keselamatan yang dapat dilakukan, seperti Upacara Prayascita, Guru Piduka, dan Labuh Gentuh.

Sehingga dengan demikian sangat diperlukan sekali kerjasama antar umat manusia untuk mulai mencintai alam sekitar serta bersyukur atas segala limpah karunia Hyang Widhi Wasa.



**Hal paling sederhana yang dapat dilakukan adalah mempersiapkan diri untuk menjadi saluran harapan bagi sesama yang sedang dalam derita. Menambahkan empati dalam aksi tanpa mengabaikan konteks yang relevan, akan menopang dan memulihkan kehidupan ini.**





**BAB  
IV**

Waktu : 90 menit

# CERAMAH EMPATIK DAN KONTEKSTUAL DALAM SITUASI BENCANA

## Tujuan Umum

1. Tokoh agama mampu memberikan pemahaman bagaimana mengatasi bencana dari segi psikologis secara umum.
2. Tokoh agama mampu memberikan contoh bagaimana memberikan rasa empati dan saling menolong dan menghargai antar masyarakat yang terkena dampak bencana.
3. Tokoh agama mampu memberikan pemahaman bencana dan bagaimana pemahaman bencana secara kontekstual namun sederhana kepada masyarakat pasca bencana terjadi.

## Tujuan Khusus

1. Mampu merangkul masyarakat yang terkena bencana agar mau memahami satu sama lain dan tumbuhnya rasa saling tolong menolong.

2. Melalui kata-kata yang diberikan oleh tokoh agama yaitu melalui cerita yang disajikan dalam *dharma wacana*. Masyarakat mampu memahami situasi yang mereka alami terutama pasca bencana.
3. Tokoh agama mampu menjadi teman bagi masyarakat yang terkena bencana sehingga masyarakat mau memberikan semua hal yang menurut mereka berat untuk dihadapi.

---

## Metode

1. Tokoh agama melalui metode *dharma wacana* yang mengambil konsep cerita Hindu yang mampu menggugah rasa masyarakat saling memahami satu sama lain ketika bencana terjadi
  2. Tokoh Agama membuat sesi konseling atau *Dharma tula* dengan membuat simulasi dengan grup diskusi kecil dan mampu memberikan rasa empati kepada keadaan masyarakat.
  3. Tokoh Agama mampu membuat permainan tentang saling tolong menolong dan menghargai sesama masyarakat (bermain peran) tentunya dengan melihat kondisi dan lapangan masyarakat yang akan dituju.
-

## Tahapan

1. Tokoh Agama mencari materi atau sumber yang sesuai dengan keadaan masyarakat tempat bencana terjadi.
  2. Tokoh Agama membuat materi *dharma wacana* yang ringan namun berisi tentang bagaimana bumi, manusia dan *Sang Hyang Widhi Wasa* harus saling berdampingan dan harmonis.
  3. Tokoh Agama mencoba membuat sesi *dharma tula* (diskusi) dengan membuat grup-grup kecil tentang bencana yang dialami serta bagaimana agama Hindu memandang bencana tersebut.
  4. Tokoh Agama mampu memberikan garis besar bagaimana dari sesi *dharma wacana* hingga *dharma tula* dilakukan dengan ringan dan tidak membebani peserta yang dituju.
-

## PEMAPARAN MATERI

---

Agama Hindu memberikan tempat yang utama terhadap ajaran tentang dasar dan tujuan hidup manusia. Dalam ajaran Agama Hindu ada suatu *sloka* yang berbunyi: “*Moksartham Jagadhita ya ca iti dharmah*“, yang berarti bahwa tujuan beragama adalah untuk mencapai kesejahteraan jasmani dan ketentraman batin (kedamaian abadi). Ajaran tersebut selanjutnya dijabarkan dalam konsepsi *Catur Purusa Artha* atau *Catur Warga* yang berarti empat dasar dan tujuan hidup manusia, yang terdiri dari :

1. *Dharma* merupakan kebenaran absolut yang mengarahkan manusia untuk berbudi pekerti luhur sesuai dengan ajaran agama yang menjadi dasar hidup. Dharma itulah yang mengatur dan menjamin kebenaran hidup manusia. Keutamaan dharma sesungguhnya merupakan sumber datangnya kebahagiaan, memberikan keteguhan budi, dan menjadi dasar dan jiwa dari segala usaha tingkah laku manusia.
2. *Artha* adalah kekayaan dalam bentuk materi/ benda-benda duniawi yang merupakan penunjang hidup manusia. Pengadaan dan pemilikan harta benda sangat mutlak adanya, tetapi yang perlu diingat agar kita jangan sampai diperbudak oleh nafsu keserakahan yang berakibat mengaburkan *wiweka* (pertimbangan rasional) tidak mampu membedakan salah ataupun benar. Nafsu keserakahan materi melumpuhkan sendi-sendi kehidupan beragama, menghilangkan kewibawaan. Bahwa *artha* merupakan unsur sosial ekonomi bersifat tidak kekal berfungsi selaku penunjang hidup dan bukan tujuan hidup.

Artha perlu diamankan (*dana punia*) bagi kepentingan kemanusiaan (fakir miskin, cacat, yatim piatu, dan lain-lain).

3. Kama adalah keinginan untuk memperoleh kenikmatan (*wisaya*). Kama berfungsi sebagai penunjang hidup yang bersifat tidak kekal. Manusia dalam hidup memiliki kecenderungan untuk memuaskan nafsu, tetapi sebagai makhluk berbudi ia mampu menilai perilaku mana yang baik dan benar untuk diterapkan. Dengan ungkapan lain bahwa perilaku yang baik dimaksudkan adalah selarasnya kebutuhan manusia dengan norma kebenaran yang berlaku.
4. *Moksa* adalah kelepasan, kebebasan atau kemerdekaan (*kadyatmikan* atau *Nirwana*) manunggalnya hidup dengan Pencipta (*Sang Hyang Widhi Wasa*) sebagai tujuan utama, tertinggi, dan terakhir, bebasnya *Atman* dan pengaruh *maya* serta ikatan *subha asubha karma* (*suka tan pawali duka*).

### TRI HITA KARANA

Istilah *Tri Hita Karana* pertama kali muncul pada tanggal 11 November 1966, saat menyelenggarakan Konferensi Daerah Badan Perjuangan Umat Hindu Bali di Perguruan *Dwijendra* Denpasar. *Tri Hita Karana* merupakan sebuah konsep spiritual, kearifan lokal, sekaligus falsafah hidup masyarakat Hindu Bali yang bertujuan untuk membentuk keselarasan hidup manusia.

*Tri hita karana* berasal dari bahasa *sanskerta* yang terbentuk dari tiga kata, yaitu *Tri* artinya tiga, *Hita* artinya kebahagiaan atau sejahtera dan *Karana* artinya sebab atau penyebab.

---

Pada hakikatnya falsafah ini mengandung pengertian tiga penyebab kebahagiaan itu bersumber pada keharmonisan tiga hubungan itu. Yang mengajarkan bagaimana agar manusia mencapai keseimbangan dan keselarasan hidup. Konsep ini menggambarkan keseimbangan dan keselarasan hidup akan tercapai jika manusia menjalin hubungan yang baik dengan Tuhan, menjalin hubungan baik dengan sesama manusia, dan menjalin hubungan baik dengan lingkungan atau alam.

### ***I. Parhyangan***

*Parhyangan* merupakan hubungan Manusia dengan Tuhan, yang menegaskan bahwa kita harus selalu sujud bakti kepada Tuhan, Sang Pencipta Alam Semesta beserta isinya. Ini merupakan bentuk hubungan vertikal antara manusia dengan Tuhan. Bentuk pelaksanaan konsep *parahyangan* ini adalah melaksanakan ajaran-ajaran agama, melaksanakan kegiatan upacara keagamaan, dan membangun tempat sembahyang. Menjaga hubungan harmonis dengan Tuhan tentu kita pun harus selalu berada di dalam jalan-Nya, menjauhi larangan-Nya dan selalu rajin sembahyang dengan tujuan mengucap syukur atas segala berkah maupun kesulitan yang sedang kita hadapi agar diberikan petunjuk dan Tuhan menjadikan kita pribadi yang semakin baik kedepannya.

---

## 2. *Palemahan*

*Palemahan* merupakan hubungan manusia dengan lingkungan/alam. Lingkungan/alam ini mencakup tumbuh-tumbuhan, binatang dan hal-hal lain. Dengan tujuan untuk menjaga keseimbangan, kelestarian antara jagat raya ini dengan diri kita. Manusia diharuskan menjaga kelestarian dan keseimbangan alam. Konsep *palemahan* mengajarkan bahwa kehidupan manusia merupakan bagian dari alam sehingga jika alam rusak maka kehidupan manusia juga akan terganggu, sehingga dapat terwujud keseimbangan dan keselarasan hidup.

## 3. *Pawongan*

*Pawongan* merupakan hubungan manusia dengan sesamanya, manusia diharuskan membentuk hubungan yang selaras dengan manusia lainnya. Hubungan yang selaras tersebut dapat diwujudkan dalam hubungan dalam keluarga, hubungan dalam persahabatan, dan hubungan dalam pekerjaan. *Pawongan* mempunyai makna kita harus bisa menjaga keharmonisan hubungan dengan keluarga, teman dan masyarakat. Dalam menjaga keharmonisan tentunya jauhkanlah sikap saling membedakan berdasarkan derajat, agama ataupun suku. Sebagai sesama makhluk ciptaan Tuhan, manusia diajarkan untuk tidak membedakan ciptaannya dan dapat belajar menghargai arti perbedaan.

Ketiga unsur tersebut merupakan hal yang dapat menyebabkan keharmonisan alam semesta. Apabila dilakukan secara berkesinambungan dan seimbang maka alam semesta akan selaras serasi dan seimbang dengan manusia didalamnya.

#### Catatan Untuk Fasilitator :

1. Fasilitator mampu melihat potensi para Tokoh Agama, apakah tokoh agama tersebut menguasai dharma wacana dan dharma tula dengan baik
2. Fasilitator mampu memahami apakah praktek – praktek yang dilakukan oleh para tokoh agama telah mampu mewujudkan rasa simpatik kepada masyarakat yang terdampak bencana.

#### Literatur

Makna *Tri Hita Karana* Bagi Kehidupan Masyarakat Bali, <https://kitabastibisa.id/makna-tri-hita-karana-bagi-kehidupan-masyarakat-bali/>

I Made Artayana, MANUSIA MENURUT AGAMA HINDU,  
<https://blogartayana.wordpress.com/2015/12/26/manusia-menurut-agama-hindu/>







**Ada banyak pilihan bentuk-bentuk respon terhadap kebencanaan, salah satunya adalah melalui dukungan psikososial awal dalam konteks kebencanaan. Memiliki keterampilan DPA dapat berkontribusi dalam mengurangi dampak negatif stres dan mencegah timbulnya gangguan kesehatan mental yang lebih buruk, yang disebabkan oleh bencana atau situasi kritis lainnya.**



**BAB  
V**

Waktu : 90 menit

# MODEL DUKUNGAN PSIKOLOGIS AWAL (DPA) DENGAN PENDEKATAN AGAMA HINDU

## Tujuan Umum

1. Tokoh agama memahami Dukungan Psikologis Awal (DPA)
2. Tokoh agama mampu memberikan DPA kepada penyintas bencana dengan pendekatan agama Hindu.

## Tujuan Khusus

1. Tokoh agama memahami definisi, tujuan, sasaran dan etika DPA.
2. Tokoh agama mampu mempraktikkan teknik-teknik dalam memberikan DPA kepada individu, keluarga, masyarakat, dan kelompok rentan yang mengalami peristiwa krisis, keadaan darurat atau bencana dengan pendekatan agama Hindu.

3. Tokoh agama mampu membantu mengurangi tekanan psikologis dan mempercepat proses pemulihan pada penyintas paska bencana dengan pendekatan agama Hindu.

---

**Metode** Ceramah, Tanya Jawab, Gerakan Simbolis, *Role Play*, Permainan.

---

**Perlengkapan** Laptop, LCD, Layar, Video, Modul, Instrumen musik.

---

## Tahapan

1. Tokoh agama melakukan penelitian/pemetaan tentang kawasan tempat bencana terjadi untuk mengetahui hal – hal apa saja yang bisa dilakukan di sana.
2. Tokoh agama mencari tahu target dan sasaran serta budaya yang ada di daerah tempat bencana terjadi agar tahu bagaimana seharusnya bersikap dan berbicara kepada masyarakat terdampak bencana.
3. Tokoh agama mencari tahu rumah ibadah yang aman dari bencana dan bisa digunakan untuk pendampingan awal.
4. Setelah tokoh agama melakukan hal diatas maka tokoh agama mulai untuk membuat *dharma wacana* (ceramah) dan *dharma tula* (diskusi) baik diskusi kelompok besar maupun kecil. Hal tersebut dimulai dengan memberikan sapaan ringan, memberikan pemahaman ringan, mengajak (simulasi) masyarakat (tokoh agama lain) untuk memberikan lagu-lagu agama yang ringan dan menarik untuk memberikan ketenangan kepada peserta.

5. Para tokoh agama mampu memberikan konseling maupun menjadi pendengar yang kepada masyarakat dengan melakukan simulasi (antar peserta) yaitu melalui proses *dharma tula* dan menyanyikan *sloka-sloka* Hindu.
-

# MATERI

## PENDAHULUAN

---

Tokoh agama menjelaskan secara umum tentang

### 1. *Tri Hita Karana*

*Tri Hita Karana* yang artinya tiga penyebab kesejahteraan yaitu *Parhyangan*, *Pawongan*, *Palemahan*. *Parhyangan* artinya manusia hendaknya menjaga keharmonisan dengan Tuhan dapat diimplementasikan melalui upacara-upacara keagamaan, sembahyang, *beryajna*, dan lain-lain. *Pawongan* artinya manusia hendaknya menjaga keharmonisan antar sesama manusia, seperti yang kita ketahui bahwa manusia merupakan makhluk sosial yang membutuhkan satu sama lain melalui interaksi saling toleransi dan komunikasi yang baik dalam masyarakat. *Palemahan* artinya bahwa manusia hendaknya menjaga keharmonisan kepada alam atau lingkungan hidup misalnya menjaga kelestarian alam agar tetap terjaga keasriannya.

### 2. *Tat Twam Asi*

*Tat Twam Asi* berarti Aku adalah engkau, engkau adalah aku. Filosofi yang termuat dari ajaran ini adalah bagaimana kita bisa berempati, merasakan apa yang tengah dirasakan oleh orang yang di dekat kita. Ketika kita menyakiti orang lain, maka diri kita pun tersakiti. Ketika kita mencela orang lain, maka kita pun tercela. Maka dari itu, bagaimana menghayati perasaan orang lain, bagaimana mereka merespon akibat dari tingkah laku kita, demikianlah hendaknya ajaran ini menjadi dasar dalam bertingkah laku. Di dalam

bahasa *Sansekerta*, kata *tat* berasal dari suku kata *tad* yang berarti itu atau dia. Kata *tvam* berasal dari suku kata *yusmad* yang berarti kamu dan *asi* berasal dari urat kata *as(a)* yang berarti adalah. Jadi secara sederhana kata *Tat Twam Asi* bisa diartikan kamu adalah dia atau dia adalah kamu.

### 3. *Vasudhaiva Kutumbakam*

Sebagai satu keluarga, setiap manusia harus saling menjaga, saling membantu, saling memelihara, saling menghormati dan bersama-sama menuju tujuan yang sama agar masyarakat kita dalam bebas dari sifat dengki, iri hati. Bila kita ingin masa depan manusia diselamatkan, hidup berdampingan secara damai dalam sejahtera dan bahagia, filosofi *Vasudhaiva Kutumbakam* adalah jawabannya

## Prinsip Utama DPA – 3 M (Mengamati, Mendengar, Menghubungkan)

Setelah memberikan pembukaan tokoh agama mulai melakukan diskusi dengan masyarakat yaitu:

- I. Setelah mendengarkan penjelasan tokoh agama, masyarakat mulai merefleksikan diri bagaimana setelah bencana ini terutama dalam hubungan keluarga dan sesama umat manusia

2. Setelah mendengarkan penjelasan tokoh agama, mulai diamati bagaimana masyarakat pasca bencana menanggapi itu semua materi yang disampaikan. Apakah ada kendala dalam proses pemahaman atau tidak
3. Setelah itu dilakukan proses diskusi secara grup untuk mendengarkan cerita dari para masyarakat terdampak bencana serta mengetahui kebutuhan-kebutuhan yang mereka butuhkan di luar kebutuhan materi.

## Keterampilan dasar untuk mendukung pemberian DPA

- Mengetahui keadaan lingkungan dan budaya tempat terjadinya bencana
- Mengetahui permasalahan pasca bencana yang terjadi dan dialami oleh masyarakat terdampak bencana
- Mengetahui pihak-pihak yang telah membantu di daerah tersebut
- Mengetahui materi yang akan disampaikan dan disesuaikan dengan keadaan masyarakat terdampak bencana



## Self Care

Cara merawat, memelihara dan menjaga diri sendiri untuk tokoh agama pemberi layanan DPA. Perlu disadari dan diakui bahwa tokoh agama juga merupakan penyintas saat situasi bencana. Penyintas dapat saja merasakan emosi negatif seperti merasa cemas, takut, tegang, dan emosi lainnya. Oleh karena itu, sebelum memberikan DPA, tokoh agama dapat mempelajari teknik stabilisasi emosi yang dapat menenangkan diri. Teknik ini dapat juga diberikan oleh tokoh agama saat pemberian DPA.

Cara menenangkan diri dalam agama Hindu dapat dilakukan melalui meditasi yang ringan untuk memberikan ketentraman kepada jiwa serta berdoa bersama dengan melantunkan *sloka-sloka* Hindu yang bertujuan untuk menenangkan.

### Pemberian DPA bagi orang yang membutuhkan perhatian khusus

1. Dalam hal ini diperlukan seseorang selain tokoh agama yang paham mengenai kondisi tersebut.
2. Pendampingan diperlukan agar tokoh agama tidak salah dalam menyampaikan materi dan pendekatan serta tidak memunculkan salah paham dikemudian hari.
3. Perhatian khusus mesti memerlukan materi yang khusus dengan melihat kebutuhan yang diperlukan serta melihat apakah akan sesuai atau tidak dengan masyarakat yang bersangkutan.

**Catatan Untuk Fasilitator :**

1. Fasilitator wajib mengetahui potensi para tokoh agama.
2. Fasilitator menguasai metode penyampaian dan pendekatan yang akan digunakan.
3. Fasilitator mampu menjembatani kebutuhan tokoh agama terutama dalam metode *dharma wacana* dan *dharma tula* agar peserta bisa paham dengan baik.

# Q&A

## Modul Kebencanaan dan Penanggulangan Bencana Dalam Perspektif Hindu

### 1. Mengapa bencana bisa terjadi di dunia?

Alam ini sebenarnya sangat kaya raya dan telah memberikan kehidupan kepada umat manusia, tetapi mengapa ada manusia yang miskin dan sengsara, hal ini disebabkan oleh ketidakmampuannya memahami kekayaan yang di sembunyikan di dalam langit dan bumi. *Rta* adalah hukum alam ciptaan *Hyang Widhi* untuk menata eksistensi dan dinamika alam yang terbangun dari lima unsur alam yang disebut *Panca Maha Bhuta*.

Dalam kitab suci *Sarasamuscaya Sloka 135* menyatakan sebagai berikut :

*Haywa tan maasih ring sarwa prani, apan ikang prani ngaranya, ya ika nimitaning kapagehan ikang Catur Warga, nang Dharma, artha, kama moksa.*

Yang mempunyai arti : Jangan tidak menaruh belas kasihan pada semua makhluk hidup, karena kelebihan mereka itu tetap terjaminnya tegaknya *Catur Warga* yaitu *Dharma, Artha, Kama dan Moksa*. untuk menjaga keseimbangan dan keharmonisan khususnya terhadap alam semesta, umat Hindu telah memiliki ajaran dengan konsep *Tri Hita Karana* yaitu *Parhyangan* hubungan manusia dengan Tuhan, *Pawongan* yaitu hubungan sesama manusia agar tetap terjalin dengan baik *Vasudaiva Kuthubakam* semangat

menyamabraya semua saudara serta *Palemahan* yaitu hubungan manusia dengan alam atau lingkungannya, oleh karena itu manusia wajib menjaga alam dan menyayangi alam juga.

## 2. Apakah bencana dapat kita prediksi sebelum bencana terjadi?

*Roga Sanghara Bhumi* menjelaskan tanda-tanda wabah berdasarkan perhitungan *sasih*. Bila pada *sasih kaenem* datangnya gempa secara terus-menerus, itu sebagai pengundang wabah penyakit. Datangnya penyakit diawali dengan panas, gelisah, menggigil. Penyakit itu datang dari *Bhatara Luhuring Akasa*. Maka manusia patut mempersembahkan *caru* di pinggir selatan desa. Bila pada *sasih kepitu* datangnya sakit, bermacam-macam penyakit, itulah *Bhatara Guru* yang menyebarkan penyakit.

Patut mempersembahkan *caru*. Selanjutnya, bila pada *sasih kaulu* dan *katiga* datangnya gempa secara terus menerus, sebagai pengundang penyakit dan wabah pada desa-desa di tepi pantai, itu wabah yang disebarkan oleh *Bhatara Surya*, *Bhatara Baruna*, maka patut melaksanakan upacara guru *piduka* di *segare*. Begitu pula dengan *sasih-sasih* yang lainnya. Ketika terjadi bencana dalam bentuk wabah penyakit atau bencana alam, maka *Roga Sanghara Bumi* menawarkan penyelesaian ritual dengan cara *mecaru* dan melakukan upacara guru *piduka*.

*Roga Sanghara Bhumi* juga memberi isyarat pada Raja tentang ciri-ciri bumi ditimpa alamat yang tidak baik dan berdampak pada kehidupan raja, seperti ketika ada pelangi masuk ke keraton, maka pertanda raja akan hancur dan berumur pendek. Begitu pula apabila binatang kidang, menjangan, berlari masuk ke desa pakraman, maka itu isyarat buruk. Menandakan desa itu *katadah kala* (dimakan kala). Kidang itu diperintahkan oleh *Sanghyang Kaliyuga* untuk masuk ke desa.

Maka desa akan mengalami bencana. Untuk mengantisipasi terjadi bencana, sekali lagi, *Roga Sanghara Bhumi* menawarkan penyelesaian ritual dengan cara *mecaru*. Dalam *Roga Sanghara Bhumi* memang ditekankan pentingnya peran seorang pemimpin dalam menjaga harmoni dunia dan alam dengan mengedepankan pada praktik-praktik ritual keagamaan. Jadi segala bentuk tanda-tanda bahaya yang datang dari alam, mesti diselesaikan dengan jalan mempersembahkan upacara dalam bentuk *caru*. Tujuannya adalah memohon keselamatan, keharmonisan, kedamaian dunia, dan yang terpenting adalah keseimbangan alam. Seorang pemimpin yang punya otoritas tradisional, memegang peran strategis di sini.

### 3. Bagaimana cara kita mengendalikan diri ketika jiwa kita terguncang akibat adanya bencana?

Dapat dilakukan dengan meditasi yang sederhana.

Dalam meditasi, pikiran dapat dikatakan sebagai objek sekaligus subjek. Inilah seni

---

olah-batin meditasi itu. Manakala kita bukan seorang meditator, dapat dipastikan kita akan gagal di dalam menjelaskannya secara menyeluruh. Meditator memahami betul pikirannya, apakah itu menyangkut masalah perilaku, kemampuan, keterbatasan, hingga bagaimana memberdayakannya.

Dalam bermeditasi, secara prinsipil kita mengangkat strata batin secara berjenjang menuju yang lebih tinggi. Dengan memperhatikan saja gerak-gerik perasaan saat ia bekerja, kita secara tak langsung telah menempatkan strata batin kita pada si pikiran. Selanjutnya, dengan memperhatikan saja pikiran itu sendiri, secara tak langsung pula kita menempatkan strata batin pada pencerapan. Demikian seterusnya secara berjenjang. Kita mengangkat strata melalui memperhatikannya. Kita memperhatikan yang lebih kasar, lebih rendah dengan secara otomatis memposisikan titik pandang pada yang lebih halus dan lebih tinggi atau lebih dalam. Oleh karenanya lah, perhatian atau atensi menempati posisi sangat fundamental disini.

- Duduklah dengan santai di suatu tempat yang kondusif bagi ketenangan Anda. Pastikan kalau Anda tidak terganggu oleh hal-hal yang tidak perlu seperti lapar, haus, mengantuk, pakaian yang terlalu sempit, aroma yang menusuk hidung, nyamuk, sengatan panas matahari, angin yang terlalu kencang, keributan yang berlebihan dan sebagainya sebelum benar-benar duduk berlatih.
- Pejamkan mata dan lepaskan semua bentuk-bentuk pemikiran dan perasaan yang selama ini memenuhi benak Anda, kecuali niat berlatih. Biarkan hanya hasrat berlatih ini saja yang tersisa di benak Anda.

- Mulai arahkan perhatian Anda hanya pada keluar-masuknya nafas. Ketika menarik nafas, cacat dalam hati 'masuk'; ketika menghembuskan nafas, cacat dalam hati 'keluar'. Hanya itu. Jangan hiraukan suara-suara yang terdengar atau apapun yang terlihat dan tercium.
- Segera tarik nafas agak dalam bila perhatian mulai menyimpang lagi, atau bila muncul-muncul bentuk pemikiran atau perasaan yang tidak ada hubungannya dengan apa yang sedang Anda lakukan, tahan nafas sejenak dan hembuskan perlahan. Bila pikiran sedikit membandel, Anda bisa juga tambahkan bantuan *perafalan* suku-kata 'hang' saat menarik nafas, dan *merafal* suku-kata 'sah' saat menghembuskannya. Itu cukup di dalam hati saja. Dengan begitu, secara tidak langsung, Anda juga telah menyebut nama-Nya pada setiap tarikan dan hembusan nafas Anda.
- Tetap pertahankan kondisi itu semampunya.

#### 4. Bagaimana cara kita mulai membangun hubungan dan dapat membantu sama lain ketika terjadi bencana?

Dalam Hindu kita mengenal adanya *Tri Hita Karana* yang merupakan suatu ajaran agar kita membangun hubungan yang harmonis antara manusia dengan Tuhan, manusia dengan manusia dan manusia dengan lingkungan hidup.

Ketika bencana terjadi, hal yang perlu kita lakukan adalah menolong sesama umat manusia. Dalam Hindu kita mengenal *Vasudaiva Kuthubakam* yang berarti kita semua

---

bersaudara. Sehingga mulailah kita menolong satu sama lain tanpa memandang status. Setelah itu perbaiki secara pelan-pelan lingkungan sekitar dan mulailah untuk berdoa agar semua bencana dapat dilalui bersama dan segera mendapat pertolongan.

### 5. Bagaimana agar terhindar dari bencana?

Bencana dapat hadir kapan saja dan dimana saja. Sebagaimana umat Hindu yang sangat percaya akan kebesaran Ida *Sang Hyang Widhi Wasa* tentunya hal yang perlu dilakukan adalah:

- Rutin melakukan persembahyangan
- Selalu berusaha membantu dan menolong sesama
- Selalu menjaga lingkungan dengan baik dan harmonis

Sebagai umat manusia tentunya kita tidak bisa menghindari bencana. Namun, hal yang dapat kita lakukan adalah selalu berusaha memperlakukan semua makhluk hidup dengan baik dan selalu ingat dan berdoa kepada *Sang Hyang Widhi Wasa*.



