

MODUL PELATIHAN

PENDAMPINGAN TOKOH AGAMA DALAM PENANGGULANGAN BENCANA



KHONGHUCU

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

15-18 **Bab I.
BENCANA DALAM
PERSPEKTIF AGAMA
KHONGHUCU**

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 17
 - d. Pemaparan Materi 17
 - e. Penutup 18

19-33 **MATERI 19**

1. Mitigasi 21
2. Penanggulangan Bencana 23
3. Kebencanaan dalam perspektif Teologi Khonghucu 23

Catatan Untuk Fasilitator 33

37-38 **Bab II. PANDANGAN AGAMA KHONGHUCU TERHADAP PENANGANAN BENCANA**

1. Tujuan Umum 37
2. Tujuan Khusus 37
3. Metode 38
4. Tahapan 38

Permainan “Lingkaran Fungsi Agama” 38

1. Tujuan 38
2. Tahapan 38

39-41 **MATERI 39**

Literatur 41

45-44

Bab III.
PRINSIP-PRINSIP
PANDUAN TOKOH AGAMA
DALAM KEBENCANAAN

1. Tujuan Umum 45
2. Tujuan Khusus 45
3. Metode 45
4. Perlengkapan 45
5. Tahapan 46
 - a. Persiapan 44
 - b. Pembukaan 44
 - c. Pemaparan Materi 44
 - d. Penutup 44

45-54

MATERI

1. Prinsip 1:
Kemanusiaan adalah
prioritas utama. 45
2. Prinsip 2:
Prioritas bantuan adalah
berdasarkan kebutuhan
semata-mata. 47
3. Prinsip 3:
Prioritas bantuan adalah
tindakan dan sikap terhadap
sesama manusia. 49
4. Prinsip 4:
Pentingnya melakukan upaya
penyadaran dan pembelaan. 52

55-57 Bab IV. **CERAMAH EMPATIK DAN KONTEKSTUAL DALAM SITUASI BENCANA**

1. Tujuan Umum 55
2. Tujuan Khusus 55
3. Metode 56
4. Perlengkapan 56
5. Tahapan 56
 - a. Persiapan 56
 - b. Pembukaan 56
 - c. Pendahuluan Materi 57
 - d. Pemaparan Materi 57
 - e. Contoh Ceramah Empatik
dan Kontekstual dalam
Situasi Bencana 57

58-64 MATERI

- Pendahuluan 58
- Teologi Penderitaan 58
- Literatur 64

67-70 Bab V. **MODEL DUKUNGAN PSIKOLOGIS AWAL (DPA) DENGAN PENDEKATAN NILAI LUHUR AGAMA KHONGHUCU**

1. Tujuan Umum 67
2. Tujuan Khusus 67

3. Metode 68
4. Perlengkapan 68
5. Tahapan 68

71-76

MATERI

1. Pendahuluan 71
2. Keterampilan dasar untuk mendukung pemberian DPA 76

78-85

Self Care 78

Q&A

**Modul Kebencanaan dan
Penanggulangan Bencana
Dalam Perspektif
Konghucu 81**

KATA PENGANTAR

Wey De Dong Tian,

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 Forum
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

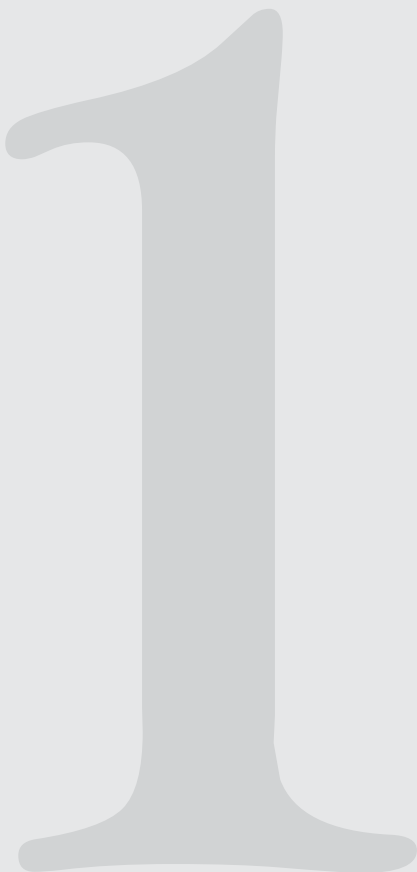
BENCANA DALAM PERSPEKTIF AGAMA KHONGHUCU

Tujuan Umum

Peserta memahami definisi bencana dan teologi kebencanaan dalam perspektif Khonghucu.

Tujuan Khusus

1. Peserta dapat memahami pengertian dan jenis-jenis bencana.
2. Peserta dapat menjelaskan definisi bencana berdasarkan ayat-ayat dalam *Sishu* dan *Wujing*
3. Peserta memahami tafsir ayat melalui analisis ayat yang utuh dan terpadu sesuai konteks.
4. Peserta memahami bencana dalam perspektif *Sishu* dan *Wujing*; sebagai ujian, peringatan, hukuman, sarana pembelajaran dan *Tian Li* sehingga terhindar dari interpretasi yang salah tentang bencana. 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 (pembagian kelompok berdasarkan keyakinan masing-masing), Tayangan Video Singkat dan Lagu, Permainan: “Setuju dan Tidak Setuju & “Peran Agama Dalam Kebencanaan”.

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. Fasilitator mencari informasi jumlah peserta.
2. Fasilitator menyiapkan seluruh perlengkapan yang dibutuhkan.

Pembukaan

1. Fasilitator menyapa peserta dan memperkenalkan diri.
2. Fasilitator menyampaikan judul dan tujuan sesi.

Pendahuluan Materi

1. Fasilitator memutar video singkat tentang bencana.
2. Fasilitator memulai sesi dengan membagikan post it kepada peserta. Fasilitator meminta peserta menuliskan 1 kata tentang bencana.
3. Fasilitator mengajak peserta untuk menyanyikan lagu kebencanaan.
4. Permainan “Menumbuhkan Harapan” (opsional)
5. Fasilitator membagi peserta dalam kelompok berdasarkan agama masing-masing.

Pemaparan Materi

1. Fasilitator *pre-test*.
2. Fasilitator memberikan pertanyaan kepada peserta:
 - Apakah ada di antara peserta yang mengetahui definisi bencana?
 - Apa saja jenis-jenis bencana yang diketahui?
3. Fasilitator memberikan definisi tentang bencana dan jenis-jenis bencana.
4. Permainan “Setuju Vs Tidak Setuju”.
5. Fasilitator menyampaikan definisi tentang bencana dalam perspektif *Sishu* dan *Wujing* sebagai ujian, peringatan, hukuman, sarana pembelajaran dan *Tian Li*.
6. Fasilitator merefleksi interpretasi ayat-ayat dalam Kitab Suci melalui analisis ayat yang utuh dan terpadu sesuai konteks.
7. Fasilitator bertanya kepada peserta bagaimana sikap spontan saat menghadapi bencana.
8. Fasilitator meminta peserta mengikuti permainan “Lingkaran Fungsi Agama”.
9. Fasilitator memaparkan fungsi-fungsi agama: agama memperkuat otoritas nilai, memberikan ketenangan dan kesejukan, posisi agama dalam kerentanan saat bencana, nasihat, agama sebagai pendekatan dalam menghadapi serta mencari jalan keluar.
10. Peserta dalam kelompok kecil berbagi pengalaman singkat tentang bencana (setiap kelompok terdiri tiga orang).

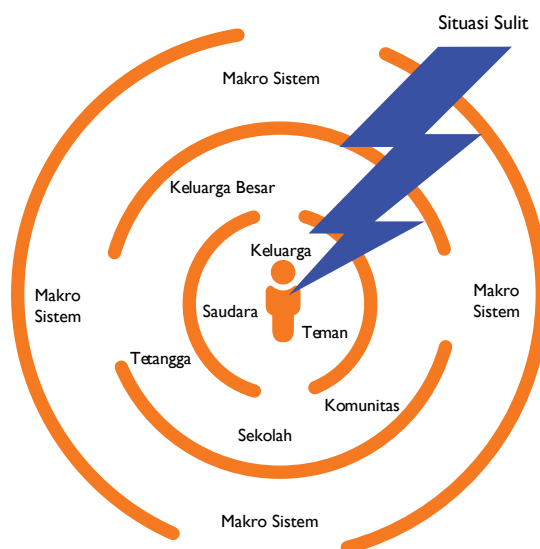
Penutup

1. *Post Test*
 2. Fasilitator memberikan kesimpulan serta penguatan materi.
 3. Menutup sesi dengan doa bersama.
-

MATERI

Definisi dan Jenis-Jenis Bencana

Bencana adalah peristiwa atau rangkaian peristiwa yang mengancam dan mengganggu kehidupan dan penghidupan masyarakat. Bencana dapat disebabkan oleh faktor alam dan atau faktor non-alam maupun faktor manusia sehingga mengakibatkan timbulnya korban jiwa manusia, kerusakan lingkungan, kerugian harta benda, dan dampak psikologis (UU No. 24, Tahun 2007). Situasi sulit atau kedaruratan menunjukkan adanya konflik dengan kekerasan maupun bencana alam yang mengakibatkan dampak jangka pendek maupun jangka panjang.



Gempa bumi, tsunami, dan likuifaksi (tanah atau batu tiba-tiba menjadi lumpur) seperti yang terjadi di Palu, Sigi, dan Donggala, Aceh serta di Lombok merupakan musibah dahsyat yang menelan banyak korban, baik jiwa maupun materi.

Tentu tidak seorang pun menghendaki bencana terjadi. Namun, apabila bencana menimpa warga tanpa bisa dihindari seperti gempa bumi dan tsunami, tidak ada jalan lain selain berempati, bergandeng tangan, bersinergi, dan saling menolong untuk menyelamatkan jiwa dan meringankan beban penderitaan korban yang selamat, terutama dari trauma dan pemulihan jiwa.

Bencana dapat dibedakan berdasarkan waktu dan terjadinya:

1. Bencana yang terjadi secara tiba-tiba. Misalnya gempa bumi, tsunami, angin topan atau badai, letusan gunung berapi dan tanah longsor. Beberapa bencana memberikan tanda-tanda sehingga kita bisa menyelamatkan diri, tetapi ada juga tidak terdeteksi bahkan oleh perangkat teknologi yang canggih.
2. Bencana yang terjadi secara perlahan. Bencana jenis ini muncul dengan tanda-tanda sehingga kita bisa melakukan tindakan-tindakan untuk mencegah timbulnya banyak korban. Keadaan normal meningkat menjadi situasi darurat dan kemudian menjadi situasi bencana. Misalnya kekeringan, rawan pangan, kerusakan lingkungan, dan lain-lain.

Sebagai umat beragama, bencana sejatinya merupakan ujian keimanan sekaligus kesabaran dalam rangka penyadaran dan introspeksi diri, sehingga menumbuhkan kesadaran religius bahwa bencana alam itu harus menjadi ‘laboratorium keagamaan’ untuk mendekatkan diri kepada Tuhan Yang Maha Esa, Pemilik alam semesta ini.

Agama Khonghucu memiliki perspektif dalam memandang bencana. Pada prinsipnya di dalamnya bencana terkandung makna ujian, peringatan, hukuman, sarana pembelajaran maupun *Tian Li*; oleh sebab itu dibutuhkan respon yang cepat dan tepat.

Mitigasi

Menurut Pasal 1 ayat 6 PP No. 21 Tahun 2008 tentang Penyelenggaraan Penanggulangan Bencana, mitigasi bencana merupakan sebuah rangkaian upaya guna mengurangi risiko bencana, baik lewat pembangunan fisik atau penyadaran dan peningkatan kemampuan dalam menghadapi ancaman bencana. Dengan kata lain, mitigasi ialah upaya untuk mengurangi risiko bencana (baik bencana alam alias natural disaster maupun bencana ulah manusia alias man-made disaster), sehingga jumlah korban dan kerugian bisa diperkecil. Caranya yakni dengan membuat persiapan sebelum bencana terjadi.

- Mitigasi struktural adalah upaya untuk meminimalkan bencana yang dilakukan dengan cara membangun berbagai prasarana fisik dan menggunakan teknologi. Misalnya dengan membuat waduk untuk mencegah banjir, membuat alat pendeteksi aktivitas gunung berapi, membuat bangunan yang tahan gempa, atau menciptakan *early warning system* untuk memprediksi gelombang tsunami.
- Mitigasi non struktural adalah upaya untuk mengurangi dampak bencana selain dari cara-cara di atas, seperti membuat kebijakan dan peraturan. Contohnya, UU

PB atau Undang-Undang Penanggulangan Bencana sebagai upaya non struktural dalam bidang kebijakan, pembuatan tata ruang kota, atau aktivitas lain yang berguna bagi penguatan kapasitas warga.

Mitigasi dapat meminimalisir risiko korban jiwa, meminimalisir kerugian ekonomi, meminimalisir kerusakan sumber daya alam, sebagai pedoman bagi pemerintah untuk membuat rencana pembangunan di masa depan, meningkatkan *public awareness* atau kesadaran masyarakat dalam menghadapi risiko & dampak bencana, serta membuat masyarakat merasa aman dan nyaman.

Mitigasi dilakukan dengan cara:

- Mengetahui dan memantau risiko bencana.
- Membuat perencanaan partisipasi penanggulangan bencana.
- Memberi awareness bencana bagi warga sekitar.
- Mengidentifikasi dan mengenal sumber ancaman bencana.
- Memantau penggunaan teknologi tinggi dan pengelolaan SDA.
- Mengawasi pelaksanaan tata ruang.
- Mengawasi pengelolaan lingkungan hidup.

Penanggulangan Bencana

Penanggulangan bencana (tanggap darurat bencana) merupakan rangkaian kegiatan yang dilakukan sesegera mungkin setelah kejadian bencana untuk menangani dampak buruk yang ditimbulkan. Rangkaian kegiatan itu meliputi penyelamatan dan evakuasi korban, pemenuhan kebutuhan dasar, perlindungan, pengurusan pengungsi, dan pemulihan sarana dan prasarana.

Berdasarkan siklus waktunya, penanganan bencana dibagi dalam 4 kategori, yakni sebelum bencana (mitigasi), saat bencana terjadi (evakuasi), sesaat setelah bencana (*searching and rescue*), serta pasca bencana (pemulihan).

Kebencanaan dalam perspektif Teologi Khonghucu

Kitab *Sishu* dan *Wujing* memberi pesan kepada umat manusia bahwa setiap bencana mengandung banyak hikmah yang dapat dipelajari agar kehidupan manusia menjadi lebih baik.

I. Bencana Sebagai Ujian, Peringatan, Hukuman, Pembelajaran, dan *Tian Li*:

a. Bencana sebagai Ujian

Di dalam Kitab Sanjak tertulis, “Tekun hidup sesuai Firman, memberkati diri banyak bahagia.” Di dalam Kitab Tai Jia tertulis, “Bahaya yang datang oleh ujian

Tian dapat dihindari, tetapi bahaya yang dibuat sendiri tidak dapat dihindari.”
Ini kiranya memaksudkan hal itu.” (Mengzi IIA: 4).

b. Bencana sebagai Peringatan

“(Juga dalam suatu negara) kalau di dalam tidak ada para ahli hukum dan penasehat, dan diluar tidak ada negara musuh atau bencana-bencana lainnya, negara itu akan mengalami kemusnahan.” (Mengzi VIB: 15. 4).

“Jadi tahulah kita bahwa yang hidup itu berasal dari kepedihan dan penderitaan, dan yang binasa itu karena hanya mau senang gembira saja.” (Mengzi VIB: 15.5).

c. Bencana sebagai Hukuman

“Bila saat *Meng Xia* (bulan pertama musim panas) pemerintahan dilaksanakan sebagaimana diamanatkan untuk musim rontok, hujan sangat lebat akan sering terjadi; *Wugu* (kelima macam biji-bijian) tidak akan tumbuh besar dan orang-orang di wilayah pinggiran akan masuk ke tempat-tempat untuk berlindung. Bila dilaksanakan sebagaimana diamanatkan untuk musim dingin, maka seluruh rumput-rumputan dan pohon-pohonan semuanya akan segera layu, dan akan disusul banjir besar yang akan merusak kota dan tembok yang

mengelilinginya. Bila dilaksanakan sebagaimana diamanatkan untuk musim semi, akan terjadi bencana belalang. Angin yang ganas akan datang dan tanaman yang sedang berbunga menjadi tidak berbiji.” (Li Ji IVB, Yue Ling II: 21).

“Demikianlah Pangeran *Qi Zi* berkata, “Saya mendengar, pada zaman dahulu (pada zaman Raja *Yao*) *Guan* telah membendung air bah, sehingga kacaulah susunan Lima Unsur (*Wu Xing*) itu. Karena itu *Di*, Tuhan Khalik Semesta Alam sangat marah, dan tidak berkenan menganugerahkan Pedoman Agung dengan Sembilan Pokok Bahasan (*Hong Fan Jiu Chou*) itu, dan jalinan indah itu pun berantakan tidak terselenggara, *Guan* dipenjara sampai meninggal dunia, dan *Yu* (putera *Guan*) sebagai pewaris bangkit melanjutkan pekerjaan itu (mengatasi air bah). kepadanya *Tian*, Tuhan Yang Maha Esa berkenan mengaruniakan wahyu *Hong Fan Jiu Chou* itu, dan karenanya jalinan indah itu terselenggara” (*Shu Jing V Zhou Shu IV Hong Fan Jiu Chou 3*).

d. Bencana sebagai Pembelajaran

“Pada zaman Raja *Yao*, karena jalan air tertutup, terjadilah banjir besar melanda seluruh negeri. Ular dan naga bersarang dimana-mana. Rakyat tidak mempunyai tempat kediaman untuk menetap. Yang di dataran rendah membuat sarang di pohon-pohon dan yang di dataran tinggi berdiam di gua-gua. Di dalam kitab

Shu Jing tertulis, “*Tercurahnyanya air sungguh mengejutkan!*” Curahan air inilah yang menimbulkan banjir besar itu.” (Mengzi IIIB: 9).

“Meski tidak dapat menghindari bencana besar, kegemilangan dan keluhuran budinya tidak ternoda. Tanpa lebih dahulu diajarkan telah berbuat benar. Tanpa ada teguran mampu senantiasa (berlaku baik)” (*Shi Jing III Da Ya I Wen Wang VI: 4*).

“Raja menghormat dengan mengangkat tangan dan menundukkan kepala sampai tanah (*Pai Chiu/Bai Shou dan Khee Siu/Qi Shou*) dan berkata, “Aku, hanya sebagai anak kecil yang tidak mengerti jelas akan kebajikan, dan menjadikan diriku bodoh tentang peraturan, dan karena malas menjadi bodoh dalam Li (kesusilaan), akibatnya ialah dengan cepat merusakkan kepribadianku. Bencana yang datang dari *Tian* dapat dihindari, tetapi bencana yang dibuat sendiri, tiada tempat menyingkir.

Dahulu aku telah membalikkan punggung di dalam menerima bimbinganmu, Guru dan Pelindungku; permulaan perjalananku ditandai dengan dengan tiada kemampuan. Masih bolehkah aku mendapatkan pembetulan dan bimbingan mengembangkan Kebajikan, dan dengan demikian boleh mendapat akhir perjalanan baik?” (*Shu Jing IV Shang Shu VB Tai Jia: 3*).

e. Bencana adalah *Tian Li* (Hukum *Tian*).

Alam semesta terus melakukan perubahan dan peleburan. Perubahan dan peleburan adalah *Tian Li*.

Nabi bersabda, “Berbicarakah Tuhan YME? Empat musim beredar dan segenap makhluk tumbuh. Berbicarakah Tuhan YME?” (*Lun Yu XVII: 19*).

‘Begitu matahari pergi, datanglah bulan. Begitu bulan pergi datanglah matahari. Matahari bulan saling mendorong dan terbitlah terang. Dingin pergi, panas datang, panas pergi, dingin datang. Dingin dan panas saling mendorong dan sempurnalah masa satu tahun. Yang pergi itu berkurang kian berkurang; yang datang itu bertambah kian bertambah. Proses kian berkurang, kian bertambah saling mempengaruhi dan membawakan berkah untuk pertumbuhan/ kehidupan.’ (Babaran Agung (B) V: 32).

2. Agama

Keberadaan agama sangat berpengaruh bagi penyintas. Agama memiliki fungsi penting dalam kebencanaan, agama menjadi jawaban dalam memperkuat otoritas nilai, memberi ketenangan dan kesejukan, kerentanan, memberi nasihat, dan sebagai pendekatan menghadapi dan mencari jalan keluar dari masalah.

-
- a. Memperkuat otoritas nilai. Agama memberikan bimbingan kepada penyintas agar senantiasa hidup dalam Jalan Suci dan mengendalikan nafsu tetap dalam batas tengah. Orang-orang yang mengerti dan insaf bertugas menyadarkan orang yang belum mengerti dan belum insaf.

“Tuhan YME menjelmakan rakyat, menitahkan agar yang mengerti lebih dahulu menyadarkan yang belum mengerti, yang insaf lebih dahulu menyadarkan yang belum insaf. Aku adalah rakyat Tuhan YME yang sudah insaf lebih dahulu, maka kewajibankulah dengan Jalan Suci itu menyadarkan rakyat. Kalau bukan aku yang harus menyadarkan, siapa pula harus diwajibkan?” (Mengzi VA: 7).

Disabdakan dalam Kitab Zhong Yong (Tengah Sempurna).

“Firman *Tian* (Tuhan Yang Maha Esa) itulah dinamai Watak Sejati. Hidup mengikuti Watak Sejati itulah dinamai menempuh Jalan Suci. Bimbingan menempuh *Dao* (Jalan Suci itulah dinamai Agama).

Jalan Suci itu tidak boleh terpisah biar sekejap pun. Yang boleh terpisah, itu bukan Jalan Suci. Maka seorang *Junzi* hati-hati teliti kepada Dia yang tidak kelihatan, khawatir, takut kepada Dia yang tidak terdengar.

Tiada yang lebih nampak daripada Yang Tersembunyi itu, tiada yang lebih jelas daripada Yang Terlembut itu. Maka seorang *Junzi* hati-hati pada waktu seorang diri.

Gembira, marah sedih, senang, sebelum timbul, dinamai Tengah; setelah timbul tetapi masih tetap di dalam batas Tengah, dinamai Harmonis. Tengah itulah pokok besar daripada dunia dan keharmonisan itulah cara menempuh Jalan Suci di dunia.

Bila dapat terselenggara Tengah dan Harmonis, maka kesejahteraan akan meliputi langit dan bumi, segenap makhluk dan benda akan terpelihara.” (*ZhongYong* Utama: I-5).

Nabi bersabda, “*Qi* (Semangat) itulah wujud berkembangnya *Shen*, *Bo* (badan jasad) itulah wujud berkembangnya *Gui*, berpadu harmonisnya *Gui* dan *Shen*, itulah tujuan tertinggi ajaran Agama.” (*LI* Ji XXI, *Ji Yi* II: I).

“Hati yang tidak pada tempatnya, sekalipun melihat takkan tampak, meski mendengar takkan terdengar dan meski makan takkan merasakan.” (*Da Xue* VII: 2).

“Seorang *Junzi* senantiasa ingat akan kebajikan, sedangkan seorang rendah budi hanya ingat akan kenikmatan; seorang *Junzi* senantiasa ingat akan hukum, sedangkan seorang rendah budi hanya mengharap belas kasihan orang.” (*Lun Yu* IV: 11).

b. Fungsi agama dalam memberi ketenangan dan kesejukan

Dalam kerentanan, agama menjadi tempat untuk memberikan ketenangan dan kesejukan. Bencana yang melanda sebuah masyarakat apalagi jika tanpa antisipasi, sangat berdampak signifikan. Dalam kondisi yang labil tersebut, agama menjadi tempat berpijak sekaligus sarana pengharapan untuk bangkit dari keterpurukan.

“Begitulah kalau Tuhan YME hendak menjadikan seseorang besar, lebih dahulu disengsarakan batinnya, dipayahkan urat dan tulangnya, dilaparkan badan kulitnya, dimiskinnya sehingga tidak punya apa-apa dan digagalkan segala usahanya. Maka dengan demikian digerakkan hatinya, diteguhkan Watak Sejatinya, dan bertambah pengertiannya tentang hal-hal yang ia tidak mampu.” (*Mengzi* VIB: 15. 2).

c. Posisi Agama dalam Kerentanan

Yang dimaksud dengan kerentanan adalah kondisi yang terancam dan mudah

mengalami perubahan, situasi yang sangat sensitif atau rawan terhadap sesuatu. Penyintas bencana mengalami kerentanan dalam hal keletihan bukan hanya fisik namun juga psikis. Agama memberi keyakinan bahwa bahaya yang datang oleh ujian dari *Tian* dapat dihindari, tetapi sikap yang salah dalam menghadapi ujian akan menyebabkan penyintas terjerumus dalam bahaya yang dibuat karena sikap yang keliru.

Mengzi berkata, “Dapatkah seorang yang tidak berperilaku Cinta Kasih itu diajak bicara? Yang berbahaya dianggap membawa selamat, yang mencelakakan dianggap menguntungkan dan senang dalam hal-hal yang dapat membawa kemusnahan. Kalau seseorang yang tidak berperilaku Cinta Kasih dapat diajak bicara, bagaimanakah bisa ada negeri yang musnah dan keluarga yang berantakan?

“Ada sebuah nyanyian anak-anak yang berbunyi, “Sungai *Cang Lang* dikala jernih, boleh untuk mencuci tali topiku; Sungai *Cang Lang* dikala keruh, boleh untuk mencuci kakiku.

Kongzi bersabda, “Murid-muridKu, dengarlah! Di kala jernih untuk mencuci tali topi, di kala keruh untuk mencuci kaki. Perbedaan ini air itu sendiri membuatnya.

Maka orang tentu sudah menghinakan diri sendiri, baru orang lain menghinakannya. Suatu keluarga niscaya telah diserang sendiri, baharu kemudian orang lain menyerangnya.

Di dalam Kitab *Tai Jia* tertulis, “Bahaya yang datang oleh ujian Tuhan YME dapat dihindari, tetapi bahaya yang dibuat sendiri tidak dapat dihindari.” Ini kiranya memaksudkan hal itu.” (Mengzi IVA: 8).

“Mengzi berkata, “Tiada sesuatu yang bukan karena Firman, maka terimalah itu dengan taat dalam kelurusan.” (Mengzi VIIA: 2).

“Demikianlah Tuhan YME menjadikan segenap wujud, masing-masing dibantu sesuai sifatnya. Kepada pohon yang bersemi dibantu tumbuh, sementara kepada yang condong dibantu roboh.” (*Zhong Yong* XVI: 3).

d. Fungsi agama dalam memberi nasihat

Nabi bersabda, “Kaya dan berkedudukan mulia ialah keinginan tiap orang, tetapi bila tidak dapat dicapai dengan Jalan Suci, janganlah ditempati. Miskin dan berkedudukan rendah ialah kebencian tiap orang, tetapi bila tidak dapat disingkirkan dengan Jalan Suci, janganlah ditinggalkan.

Seorang *Junzi* bila meninggalkan Cinta Kasih bagaimanakah memperoleh sebutan itu? Seorang *Junzi* sekalipun sesaat makan tidak melanggar Cinta Kasih; di dalam kesibukan juga demikian, bahkan di dalam topan dan bahaya pun ia tetap demikian.” (*Lun Yu* IV: 5).

Nabi bersabda, “Seorang *Junzi* tahan dalam penderitaan; seorang rendah budi, berbuat yang tidak karuan bila menderita.” (*Lun Yu* XV: 2.3).

Nabi bersabda, “Seorang *Junzi* mengutamakan Jalan Suci; tidak mengutamakan soal makan. Orang bercocok tanam, mungkin juga masih dapat kelaparan; orang belajar, mungkin juga mendapatkan kedudukan. Seorang *Junzi* susah kalau tidak dapat hidup dalam Jalan Suci, tidak susah karena miskin.” (*Lun Yu* XV: 32).

Nabi bersabda, “Seorang yang tidak berperilaku cinta kasih, tidak tahan lama di dalam penderitaan, dan tidak tahan lama di dalam kesenangan. Seorang yang berperilaku cinta kasih, merasakan sentosa di dalam cinta kasih dan seorang yang bijaksana, merasakan beruntung di dalam cinta kasih. (*Lun Yu* IV: 2).

- e. Agama sebagai Pendekatan Menghadapi dan Mencari Jalan Keluar dari Masalah.

Dengan Sedih *Sima Niu* berkata, “Orang lain mempunyai saudara, namun aku

sebatang kara.” *Zi Xia* berkata, “Mati hidup adalah Firman, kaya mulia adalah pada Tuhan YME. Seorang *Junzi* selalu bersikap sungguh-sungguh, maka tiada khilaf. Kepada orang lain bersikap hormat dan selalu susila. Di empat penjuru lautan semuanya saudara. Mengapakah seorang *Junzi* merana karena tidak mempunyai saudara” (*Lun Yu XII: 5*).

“Tiap benda mempunyai pangkal dan ujung, dan tiap perkara itu mempunyai awal dan akhir. Orang yang mengetahui mana hal yang dahulu dan mana hal yang kemudian, ia sudah dekat dengan Jalan suci.” (*Da Xue Utama: 3*).

“Nabi bersabda, “Sungguh Bijaksana *Hui*! Dengan hanya sebakul nasi kasar, segayung air, diam di kampung buruk yang bagi orang lain sudah tidak tahan; tetapi *Hui* tidak berubah kegembiraannya. Sungguh Bijaksana *Hui*.” (*Lun Yu VI: 11*).

Nabi bersabda, “Bla orang tidak mau berpikir tentang kemungkinan yang masih jauh, kesusahan itu tentu sudah berada di dekatnya.” (*Lun Yu XV: 12*).

“Seorang *junzi* tdk menggerutu kepada Tuhan YME, tidak pula menyesali manusia.” (*Mengzi IIB: 13, Lun Yu XIV: 35*).

“Biarapun seseorang yang buruk/jahat, bila mau membersihkan hati, berpuasa dan mandi; dia boleh bersembahyang kepada Tuhan Yang Maha Tinggi.” (*Mengzi* IV B: 25.2).

“Pada waktu sembahyang kepada leluhur, hayatilah akan kehadirannya dan waktu sembahyang kepada Tuhan Yang Maha Rokh, hayatilah pula akan kehadirannya. Nabi bersabda, “Kalau Aku tidak ikut sembahyang sendiri, Aku tidak merasa sudah sembahyang.” (*Lun Yu* III: 12).



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 KHONGHUCU 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

Peserta memiliki keseragaman dalam memahami penanganan bencana.

Metode Permainan

Tahapan

1. Fasilitator telah menyiapkan tali pembatas.
2. Fasilitator mengajak semua peserta ke depan tanpa boleh melewati tali pembatas.
3. Fasilitator menyampaikan pertanyaan kepada peserta.
 - a. Siapa yang setuju bahwa bencana adalah peringatan, ujian dan pembelajaran? Yang setuju silahkan melangkah melewati tali pembatas.
 - b. Siapa yang setuju bahwa bencana adalah hukuman dan *Tian Li*? Yang setuju silahkan melangkah kembali ke awal.
 - c. Fasilitator meminta pendapat peserta tentang pilihan mereka.

Permainan “Lingkaran Fungsi Agama”

Tujuan :

- a. Peserta memberikan pendapat tentang apa dan bagaimana keberadaan agama dalam kebencanaan.

Tahapan

1. Fasilitator menjelaskan maksud permainan terkait keberadaan agama dalam kebencanaan.
2. Fasilitator membagi peserta dalam empat kelompok.
3. Setiap kelompok diminta memilih ketua atau perwakilan yang akan bermain.
4. Setiap perwakilan kelompok memutar media pembelajaran.
5. Peserta menjelaskan pendapatnya tentang bagian lingkaran yang berhenti pada anak panah.
6. Peserta lain melakukan permainan yang sama.

MATERI

Dalam menghadapi, mengatasi dan meneruskan kehidupan pasca bencana diperlukan bantuan, dukungan dan pendampingan dari berbagai pihak: baik pemerintah, donatur, rohaniwan, tokoh agama dan para ahli di bidang terkait sesuai kemampuan dan kompetensi masing-masing.

Para tokoh agama dan rohaniwan berperan dalam memberi dukungan spiritual dan lainnya kepada penyintas berupa pendampingan dan bimbingan serta memanfaatkan jejaring yang dimiliki dalam batas kemampuan dan kompetensi yang dimiliki. Tokoh agama berperan pula memberi keyakinan dan saran pada penyintas dalam menentukan apakah bantuan yang diterima sesuai dengan nilai-nilai agama atau tidak, misalnya dalam hal vaksinasi, donor darah, operasi, pendampingan oleh para ahli, dll.

Bagi penyintas, agama berperan penting dalam menghadapi, mengatasi dan meneruskan kehidupan pasca bencana.

a. Memperkuat otoritas nilai.

Rohaniwan, tokoh agama atau ahli dibidangnya memberi pendampingan dan bimbingan pada penyintas agar saat menghadapi bencana tidak menyimpang dari Jalan Suci. Penyintas mampu mengendalikan rasa sedih dan marah agar tetap pada batas tengah dan harmonis. Praktikkan *Jingzhou* dan dengarkan atau senandungkan “*Shang Sheng Jing*”.

b. Fungsi agama dalam memberi ketenangan dan kesejukan.

“Begitulah kalau Tuhan YME hendak menjadikan seseorang besar, lebih dahulu disengsarakan batinnya, dipayahkan urat dan tulangnya, dilaparkan badan kulitnya, dimiskinnya sehingga tidak punya apa-apa dan digagalkan segala usahanya. Maka dengan demikian digerakkan hatinya, diteguhkan Watak Sejatinya, dan bertambah pengertiannya tentang hal-hal yang ia tidak mampu.” (Mengzi VIB: I 5.2) Dengarkan atau senandungkan kidung “*Tian Bao*”.

c. Posisi Agama dalam Kerentanan.

Sikap yang tepat dari penyintas sangat penting dalam menghadapi bencana, Tuhan YME akan membantu umatnya yang tetap meyakini bahwa mati hidup adalah firman dan tidak putus asa serta hilang harapan atas apa yang telah terjadi. Dengarkan atau senandungkan kidung “Ya TuhanKu” atau lagu “Senantiasa”.

d. Fungsi agama dalam memberi nasihat.

Berpegang teguh pada Cinta kasih, tetap hidup dalam Jalan Suci dan tahan dalam penderitaan akan membawa berkah. Dengarkan atau senandungkan “*Shang Sheng Jing*”.

e. Agama sebagai Pendekatan Menghadapi dan Mencari Jalan Keluar dari Masalah.

Setiap hal pasti ada jalan keluar maka tetap harus menatap masa depan dengan

penuh harapan dalam kondisi sesulit apapun, jauhkanlah keluh gerutu pada *Tian* dan sesal penyalahan terhadap sesama manusia. Semua manusia adalah saudara. Saling tolong menolong dan bergotong royong akan meringankan. Bersembahyang dan berdoa akan membantu penyintas dalam menghadapi bencana yang menimpanya. Praktikkan sembahyang dan dengarkan atau senandungkan kidung “Dengar Doaku”.

Literatur

Kitab *Si Shu*, Kitab *Yi Jing*, Kitab *Xiao Jing*, Kitab *Shu Jing*.

Tata Agama dan Tata Laksana Upacara.

Buku Nyanyian

www.uungsendana.com

www.gentarohani.com.

Buku Hidup Bahagia dalam Jalan Suci *Tian*.



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 TOKOH AGAMA DALAM KEBENCANAAN

Tujuan Umum

Peserta memahami prinsip-prinsip panduan kebencanaan berdasarkan perspektif Khonghucu.

Tujuan Khusus

Peserta dapat memahami prinsip panduan kebencanaan berdasarkan perspektif Khonghucu.

Metode

Diskusi Kelompok (berdasarkan keyakinan masing-masing), Partisipatif, Permainan, Ceramah Interaktif.

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. Fasilitator mempersiapkan perlengkapan sesi.
2. Fasilitator memastikan ruangan telah siap digunakan.

Pembukaan

1. Fasilitator menyampaikan judul dan tujuan sesi.
2. Fasilitator membagi peserta dalam empat kelompok.

Pemaparan Materi

1. Fasilitator memulai sesi dengan memberikan pertanyaan untuk mengetahui pandangan peserta mengenai manusia sebagai ciptaan yang mulia serta harkat dan martabat manusia. Dapat menggunakan pertanyaan panduan:
 - Bagaimana peserta memaknai keberagaman antar umat manusia?
 - Bagaimana peserta melihat dan merespon keberagaman umat manusia?
2. Fasilitator menguraikan materi Prinsip Panduan berdasarkan ayat-ayat dalam *Sishu*, *Wujing* dan *Xiao Jing*. Fasilitator memberikan contoh tokoh atau lembaga yang menjadi model dalam melaksanakan prinsip panduan keempat.
3. Fasilitator meminta para peserta bertukar pengalaman dalam kelompok kecil (bertiga atau berempat) tentang kepada siapa saja selama ini mereka bertanggung jawab saat melaksanakan dukungan psikososial.

Penutup

1. Fasilitator membuka kesempatan bertanya, dari peserta.
 2. Fasilitator memberikan kesimpulan serta penguatan materi.
 3. Menutup sesi dengan doa bersama.
-

MATERI

Prinsip I: Kemanusiaan adalah prioritas utama.

I.	Setiap manusia adalah ciptaan yang berharga di hadapan Tuhan.	<p>a. Langit dan bumi adalah ayah bunda berlaksa makhluk dan benda, dan diantara semua makhluk, manusia adalah yang paling tinggi dikaruniai kemampuan. Orang yang tulus, jelas pendengaran dan cerah penglihatan dijadikan penguasa agung; dan penguasa agung itu dijadikan ayah bunda rakyat. (<i>Shu Jing V Zhou Shu IA. Tai Shi: 3</i>).</p> <p>b. Kodrat manusia berasal dari dari Jalan Suci Tuhan YME. “Jalan Suci Khian, Sang Pencipta, menjadikan kodrat pria; Jalan Suci Khun, ciptaan, menjadikan kodrat wanita. <i>Khian</i>, Sang Pencipta, menjadikan orang mengerti tentang mula besar (<i>prima causa, Tai Si</i>) dari semuanya; <i>Khun</i> ciptaan, penanggap, mengerjakan penyempurnaan benda- wujud itu. (<i>Yak King, Babaran Agung (He Su) A, Bab I: 4-5</i>).</p>
----	---	---

		<p>c. “Diantara watak-watak yang didapati diantara langit dan bumi, sesungguhnya manusialah yang termulia...”</p> <p>(<i>Xiao Jing</i> IX: 1).</p>
2.	Setiap manusia memiliki harkat dan martabat yang sama.	<p>a. Setiap manusia memperoleh anugerah Benih Kebajikan (Watak Sejati) Cinta Kasih, Kebenaran, Kesusilaan dan Kebijaksanaan dalam dirinya. Manusia dilahirkan pada awalnya baik. (<i>Mengzi</i> IIA: 6, <i>Mengzi</i> VIA: 6, <i>San Zi Jing</i>)</p> <p>b. Ada Langit dan Bumi baharulah kemudian berlaksa benda-makhluk ini, ada berlaksa benda-makhluk ini barulah kemudian ada pria dan wanita. (<i>Yak King</i>, <i>Si Kwa</i> 1-3).</p> <p>c. Oleh jalinan hubungan langit dan bumi, maka berlaksa benda lebur dan berkembang; oleh adanya saling hubungan benih laki-laki dan perempuan, maka berlaksa makhluk lebur dan lahir/tumbuh. (<i>Yak King</i>, <i>Babaran Agung</i> (B) V: 43).</p>

Prinsip 2: Prioritas bantuan adalah berdasarkan kebutuhan semata-mata.

I.	Bantuan yang diberikan berdasarkan cinta kasih kepada sesama manusia.	<p>a. “Seorang yang berperilaku Cinta Kasih ingin dapat tegak, maka berusaha agar orang lainpun tegak; ia ingin maju, maka berusaha agar orang lainpun maju.” (<i>Lun Yu VI; 30</i>).</p> <p>b. “Mengapakah kukatakan tiap orang mempunyai perasaan tidak tega akan sesama manusia? Kini bila ada orang sekonyong-konyong melihat seorang anak kecil hampir terjerumus ke dalam perigi, niscaya dari lubuk hatinya timbullah rasa terkejut dan belas kasihan. Ini bukanlah karena dalam hatinya timbul keinginan untuk dapat berhubungan dengan orang tua anak itu, bukan karena ingin mendapat pujian kawan-kawan sekampung, bukan pula karena khawatir mendapat celaan. Dari hal ini kelihatan bahwa yang tidak mempunyai perasaan belas kasihan itu bukan orang lagi... Perasaan belas kasihan, itulah benih cinta kasih...” (<i>Mengzi II: 6</i>).</p> <p>c. “Zi Zhang bertanya kepada Nabi Kongzi tentang Cinta Kasih. Nabi Kongzi</p>
----	---	---

		<p>menjawab, “Kalau orang dapat berlaku: Hormat, Lapang Hati, Dapat Dipercaya. Cekatan, dan Bermurah Hati...” (<i>Lun Yu XVII: 6</i>).</p> <p>d. Memberikan harta kepada orang-orang dinamai murah hati. (<i>Mengzi IIIA: 4</i>).</p> <p>e. Cinta Kasih, itulah kemanusiaan. (<i>Zhong Yong XIX: 5, Mengzi VIIB: 16</i>).</p>
2.	Bantuan yang diberikan tanpa pertimbangan ras, kepercayaan ataupun kebangsaan dari penerima bantuan ataupun perbedaan dalam bentuk apapun.	<p>a. Di empat penjuru lautan semua manusia bersaudara.</p> <p>b. <i>Huang Tian</i> tidak mengasihi (hanya satu golongan), hanya kebajikan yang dibantu. (<i>Shu Jing V Zhou Shu XVII: 4</i>)</p> <p>c. Hanya Kebajikan Berkenan <i>Tian</i>. (<i>Shu Jing II.II: 21.</i>)</p>

3.	Bantuan yang diberikan hendaknya ditujukan untuk mengurangi kerentanan terhadap bencana di masa yang akan datang, di samping juga untuk memenuhi kebutuhan pokok.	<p>a. Penimbunan kekayaan akan menimbulkan perpecahan rakyat; sebaliknya tersebar nya kekayaan akan menyatukan rakyat. (<i>Da Xue X</i>: 9).</p> <p>b. Laku seorang <i>junzi</i> itu tiada yang lebih besar dari membantu orang berbuat baik. (<i>Mengzi IIA</i>: 8).</p> <p>c. Bantuan mengatasi bencana tidak menentang hukum alam dan menunjukkan kepada penyintas cara bagaimana mengurangi kerentanan di masa yang akan datang, dengan ‘memberikan kail, bukan hanya ikan.’. (<i>Shu Jing II, Yu Shu IV Yi Ji</i>: 1).</p>
----	---	---

Prinsip 3: Prioritas bantuan adalah tindakan dan sikap terhadap sesama manusia.

I.	Bantuan tidak boleh digunakan untuk kepentingan politik maupun agama.	<p>a. Seorang <i>Junzi</i> mengutamakan kepentingan umum, bukan kelompok; seorang rendah budi mengutamakan kelompok, bukan kepentingan umum. (<i>Lun Yu II</i>: 14).</p> <p>b. Seorang <i>Junzi</i> menolong kepada yang membutuhkan, dan tidak menumpuk harta bagi yang telah kaya. (<i>Lun Yu VI</i>: 4).</p>
----	---	---

		<p>c. Pada musim semi, diperiksa sawah-sawah yang dibajak dan memberi bantuan kepada yang tidak berkecukupan (bibit). Pada musim rontok diperiksa orang-orang yang memungut hasil bumi dan memberi bantuan bagi mereka yang tidak berkecukupan. (<i>Mengzi</i> IB: 4.5).</p>
2.	Kita harus menghormati budaya dan kebiasaan.	<p>Nabi bersabda, “<i>Zi Zhang</i> bertanya bagaimanakah layak tingkah lakunya. Nabi bersabda, “Perkataanmu hendaklah kau pegang dengan <i>Satya</i> dan Dapat Dipercaya, perbuatanmu hendaklah kau perhatikan sungguh-sungguh. Dengan demikian di daerah <i>Man</i> dan <i>Mo</i> pun, tingkah lakumu dapat diterima. Kalau perkataanmu tidak kau pegang dengan <i>Satya</i> dan dapat Dipercaya, perbuatanmu tidak kau perhatikan sungguh-sungguh, sekalipun di kampung halaman sendiri mungkinkah dapat diterima?” (<i>Lun Yu</i> XV: 6.1- 6.2).</p> <p>Nabi bersabda, “Watak Sejati itu saling mendekatkan, kebiasaan saling menjauhkan.” (<i>Lun Yu</i> XVII: 2).</p>

		<p>“Gemar akan hal yang dibenci orang dan benci akan hal yang disukai orang, itulah memutarbalikkan watak sejati; maka akan membahayakan diri sendiri.” (<i>Da Xue X: 17</i>).</p>
3.	Kita harus berusaha untuk membangun respon bencana sesuai kemampuan setempat.	<p>a. “Di kala kaya dan mulia, ia berbuat sebagai layaknya seorang kaya dan mulia; di kala miskin dan berkedudukan rendah, ia berbuat sebagai layaknya seorang miskin dan berkedudukan rendah; di kala berdiam diantara suku <i>Yi</i> dan <i>Di</i>, ia berbuat sebagai layaknya seorang suku <i>Yi</i> dan <i>Di</i>; dikala ia sedih dan menghadapi kesukaran ia berbuat sebagai layaknya seorang yang sedih dan berkesukaran. Maka seorang <i>Junzi</i> di dalam keadaan bagaimanapun berhasil menjaga dirinya.” (<i>ZhongYong XIII: 2</i>).</p>
4.	Dalam materi informasi, publikasi dan kegiatan promosi, kita akan menganggap para korban bencana sebagai manusia yang bermartabat, bukan sebagai obyek yang tak berdaya.	<p>a. Di dalam Kitab Sanjak tertulis, “Buatlah tangkai kapak dengan kapak, contohnya tidak jauh. Buatlah tangkai kapak dengan kapak. Dengan kapak mengapak tangkai kapak; bila dipandang selintas, nampak jauh juga. Maka seorang <i>Junzi</i> dengan kemanusiaan mengatur manusia, dan berhenti hanya setelah dapat memperbaiki kesalahannya.” (<i>ZhongYong XII: 2</i>).</p>

Prinsip 4: Pentingnya melakukan upaya penyadaran dan pembelaan.

I.	Kita bertanggung jawab kepada pihak yang kita bantu maupun kepada pihak yang memberi kita sumbangan.	<p>a. “Maka seorang Junzi mempunyai Jalan Suci Yang Besar. Ingatlah hanya <i>Satya</i> dan dapat Dipercaya sajalah memungkinkan kita mencapai cita-cita (yang mulia), sedangkan kesombongan dan keangkuhan akan mengakibatkan hilangnya harapan.” (<i>Da Xue X: 18</i>).</p> <p>b. Nabi bersabda, “Mengatur negeri yang mempunyai seribu kereta perang harus hormat kepada tugas dan dapat dipercaya, hemat dalam anggaran belanja dan mencintai sesama manusia, memerintah rakyat hendaklah disesuaikan dengan waktunya.” (<i>Lun Yu I: 5</i>)</p> <p>c. Nabi bersabda, “Seorang yang tidak dapat dipercaya (tanpa kepercayaan), entah apa yang dapat dilakukan? Itu seumpama kereta besar yang tidak mempunyai sepasang gandar atau seumpama kereta kecil yang tidak mempunyai sebuah gandar, entah bagaimana menjalankannya? (<i>Lun Yu II: 22</i>).</p>
----	--	---

2.	Berusaha untuk dapat melibatkan penerima bantuan dalam proses manajemen bantuan.	<p>Nabi bersabda, “Seorang <i>Junzi</i> memegang Kebenaran sebagai pokok pendiriannya. Kesusilaan sebagai pedoman perbuatannya, mengalah dalam pergaulan dan menyempurnakan diri dengan Laku Dapat Dipercaya. Demikianlah <i>Junzi</i>” (<i>Lun Yu XV: 18</i>).</p> <p>Di dalam Kitab Sanjak tertulis, “Bahagialah seorang <i>Junzi</i>, karena dialah ayah bunda rakyat. Ia menyukai apa yang disukai rakyat dan membenci apa yang dibenci rakyat. Inilah yang dikatakan sebagai ayah bunda rakyat.” <i>Da Xue X:3</i>).</p> <p>Di dalam Kitab Sanjak tertulis, “Betapa mengagumkan dan bahagia seorang <i>Junzi</i>, gemilanglah Kebajikannya yang selaras dengan kehendak rakyat dan selaras dengan Kemanusiaan. Diterimanya karunia Tuhan; terlindung Firman yang dikaruniakan kepadanya. Demikianlah selalu diterimanya dari Tuhan.” (<i>Zhong Yong XVI:4</i>).</p>
----	--	--



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

Peserta memahami bahwa cobaan, bencana dan penderitaan adalah cara *Tian* untuk menjadikan manusia lebih baik, dalam situasi seperti ini perlu mengedepankan sikap tulus dalam kelurusan, dan mengedepankan kebajikan cinta kasih dan kebenaran.

Tujuan Khusus

1. Peserta dapat memahami ujian yang datang dari *Tian* pasti dapat dilalui, cara berpikir dan sikap yang tidak tepat akan membuat ujian tersebut dirasakan sebagai bahaya yang terus mengancam dan hukuman *Tian*
2. Peserta dapat memahami kitab *Sishu* dan *Wujing* memberi pesan kepada umat manusia bahwa setiap bencana mengandung banyak hikmat yang dapat dipelajari agar kehidupan manusia menjadi lebih

- baik. Bencana merupakan Ujian, Peringatan, Hukuman, Pembelajaran, dan *Tian Li*.
3. Peserta dapat menjelaskan makna penderitaan berdasarkan ayat-ayat dalam *Sishu* dan *Wujing*
 4. Peserta memahami tafsir ayat melalui analisis ayat yang utuh dan terpadu sesuai konteks.
 5. Peserta memahami bahwa mati hidup adalah firman, kaya mulia adalah pada Tuhan.
 6. Peserta memahami bahwa tiada sesuatu yang bukan karena firman sehingga perlu diterima dengan taat dalam kelurusan.

Metode

Ceramah Interaktif, video

Perlengkapan

In Focus, koneksi internet, FC materi ceramah interaktif, perlengkapan pemutaran video & lagu, *flipchart*.

Tahapan

Persiapan

1. Fasilitator mencari informasi jumlah peserta.
2. Fasilitator menyiapkan seluruh perlengkapan yang dibutuhkan.

Pembukaan

1. Fasilitator menyapa peserta dan memperkenalkan diri.
2. Fasilitator menyampaikan judul dan tujuan sesi.

Pendahuluan Materi

Fasilitator membagikan *fotocopy* materi ceramah interaktif dan atau menunjukkan kepada peserta web/blog yang telah ditentukan untuk dijadikan acuan.

Pemaparan Materi

1. Fasilitator memutar video ceramah empatik dan kontekstual dalam situasi bencana.
2. Fasilitator mempersilakan peserta membaca *fotocopy* dan atau web/blog tentang ceramah empatik dan kontekstual dalam situasi bencana.
3. Diskusi.
4. Kesimpulan.

Contoh Ceramah Empatik dan Kontekstual dalam Situasi Bencana

Keberadaan agama sangat berpengaruh bagi penyintas. Agama memiliki fungsi penting dalam kebencanaan, agama menjadi jawaban dalam memperkuat otoritas nilai, memberi ketenangan dan kesejukan, kerentanan, memberi nasihat, dan sebagai pendekatan menghadapi dan mencari jalan keluar dari masalah.

Di bawah ini diberikan contoh ceramah empatik dan kontekstual dalam situasi bencana beserta literatur, web dan link yang dapat digunakan untuk memberi pemahaman pada peserta bahwa cobaan, bencana dan penderitaan adalah cara *Tian* untuk menjadikan manusia lebih baik, dan dalam situasi seperti ini perlu mengedepankan sikap tulus dalam kelurusan, dan mengedepankan kebajikan cinta kasih dan kebenaran.

MATERI

PENDAHULUAN

Kitab *Sishu* dan *Wujing* memberi pesan kepada umat manusia bahwa setiap bencana mengandung banyak hikmat yang dapat dipelajari agar kehidupan manusia menjadi lebih baik. Bencana merupakan Ujian, Peringatan, Hukuman, Pembelajaran, dan *Tian Li*.

Teologi Penderitaan

Salam Kebajikan, *Wei De Dong Tian*

Kehidupan manusia tidaklah selalu berjalan lurus mulus dan sesuai harapan. Kala hidup sesuai harapan, kehidupan laksana musim semi, kita bekerja keras menanam benih, tak ada hama menyerang, kita airi, beri pupuk dan rawat hingga musim panas tiba bunga-bunga mekar dan buah bertumbuh dengan baik hingga musim panen tiba dan kita memanen atas apa yang kita tanam. Hidup nampak indah penuh warna, penuh kehangatan dan limpahan berkah *Tian* bak cahaya matahari. Kita dikaruniai kesehatan, segalanya nampak berjalan mulus, anak-anak sehat, orang tua bahagia, pasangan bergembira, tak ada persoalan keuangan. Kita merasa hidup penuh berkah dan rejeki melimpah, lurus mulus.

Seperti alam yang berganti musim, kehidupan mengalami masa bak musim gugur, apa yang kita lakukan tampak tak menghasilkan apa-apa, dipenuhi kegagalan, rontok meranggas, orang yang kita kasihi jatuh sakit, bisnis nampak tak sesuai harapan, berguguran, tabungan tak ada. Bahkan bak musim dingin, bisnis mengalami kebangkrutan, dipecat dari pekerjaan, orang tua berpulang, hutang bertumpuk, segalanya nampak beku dipenuhi

salju, dingin dan kelu, tak nampak ada titik terang untuk sekedar kita berharap, musim dingin kehidupan telah tiba, bunga tak lagi bermekaran, yang ada adalah hamparan salju dan dingin menusuk. Kita merasa hidup penuh kesialan, rezeki tertutup, jurang menganga di jalan kehidupan yang sedang dilalui.

Saat kita sedang berada di ‘musim semi’ dan ‘musim panas’ kehidupan, tidaklah bijak menjadi sombong, takabur, berbangga hati, melupakan kesusilaan. Tidak bijak pula lengah pada datangnya ‘musim gugur’ dan ‘musim dingin’ kehidupan. Hidup perlu menabung dan investasi. Tabungan dan investasi harta serta tabungan dan investasi amal kebajikan untuk menghadapi datangnya ‘musim gugur’ dan ‘musim dingin’ kehidupan.

Nabi berpesan pada kita agar pada saat kaya tetap menyukai *li* (kesusilaan) dan pada saat miskin tetap gembira, bukan sekedar saat kaya tidak sombong dan saat miskin tidak menjilat.

Selanjutnya, bagaimana sikap umat Khonghucu saat kehidupan menghadapi ‘musim gugur’ dan ‘musim dingin’?

Banyak figur yang dapat kita teladani saat kehidupan mengalami ‘musim gugur’ dan ‘musim dingin’. Tiga diantaranya adalah *Yan Yuan*, Nabi *Kongzi*, dan raja *Shun*.

Yan Yuan sangat miskin, tapi dia senantiasa gembira di dalam *Tian (Le Tian)*, semangat belajarnya tidak pernah padam dan tak pernah berkeluh gerutu pada *Tian* maupun sesal penyalahan terhadap sesama manusia. Dia menjadi murid kesayangan Nabi *Kongzi* bukan sekedar karena kepandaianya, tapi spiritualitasnya yang luar biasa.

Saat Nabi *Kongzi* mengalami kesukaran dan penderitaan dalam kehidupannya, Nabi meyakini bahwa Beliau telah memperoleh mandat *Tian (Tian Ming)* untuk menjalankan misi suci mengembalikan dunia ke dalam dao. Saat dihadapkan pada penderitaan dan kelaparan, Beliau tetap tenang dan bijaksana bahkan bermain musik. Dalam misinya selama 13 tahun berkeliling dari satu negeri ke negeri lainnya, Beliau yakin akan misi sucinya sebagai penerus para *sheng wang* (raja suci) dan *sheng huang* (nabi purba) sehingga Beliau menyerahkan segala sesuatunya pada kehendak *Tian*.

Nabi dan *Yan Yuan* memberi keteladanan pada umat Khonghucu agar tahan dalam penderitaan. Walau hanya makan nasi kasar, minum air tawar, dan tidur dengan alas tangan masih dapat merasakan gembira di dalamnya karena dia *Le Tian*. Dalam keadaan menderita, tak mau mendapatkan harta dengan melanggar kebenaran.

Raja *Shun* adalah contoh tokoh legendaris ketiga dalam agama Khonghucu yang begitu yakin akan ke Maha Besar *Tian* dalam menghadapi penderitaan, selalu Bahagia di dalam *Tian (Le Tian)*, tidak keluh gerutu pada *Tian* dan tidak sesal penyalahan pada

sesama. Semangat baktinya tidak pernah padam kendati Beliau diperlakukan dengan tidak selayaknya oleh ayah dan saudara-saudaranya.

Kitab *Mengzi* mengingatkan pada kita spirit dan sikap yang tepat dan mulia di dalam menghadapi penderitaan. Bagi umat Khonghucu (yang *Junzi*) penderitaan tak lebih sebagai cara *Tian* untuk menjadikan seseorang menjadi besar.

“Begitulah kalau *Tian* YME hendak menjadikan seseorang besar, lebih dahulu disengsarakan batinnya, dipayahkan urat dan tulangnya, dilaparkan badan kulitnya, dimiskinkan sehingga tidak punya apa-apa, dan digagalkan segala usahanya. Maka dengan demikian digerakkan hatinya, diteguhkan *xing* (watak sejati) nya, dan bertambah pula pengertiannya tentang hal-hal yang tidak mampu... Jadi tahulah kita bahwa ‘yang hidup’ berasal dari kepedihan dan penderitaan, dan ‘yang binasa’ karena hanya mau senang gembira saja.” - *Mengzi* VIB: 15

Seorang umat Khonghucu yang *Junzi* mungkin saja menderita susah sepanjang hidupnya, tetapi tidak akan jatuh dalam bencana walau sebagian saja. (*Mengzi* IVB: 28.7)

Penderitaan adalah ujian dari *Tian* agar manusia ‘naik kelas’. Saat umat Khonghucu menghadapi ujian yang datang dari *Tian*, dia mempertahankan keyakinannya seperti diteladankan oleh tiga tokoh di atas. Sikap dan keyakinannya tidak berubah. Karena

sikap dan keyakinan yang goyah akan membawa pada bahaya. Bahaya adalah saat kita berkeluh gerutu dan menyalahkan. Bahaya akan membuat manusia tak lulus ujian dan ‘tak naik kelas’. Disabdakan, “Ujian yang datang dari *Tian* pasti dapat dilalui, bahaya dibuat sendiri tak dapat dihindari.”

Keyakinan umat Khonghucu dalam menghadapi penderitaan dan ujian adalah iman dan kepasrahannya menerima Firman.

“Tiada sesuatu yang bukan karena Firman, maka terimalah itu dengan taat dalam kelurusan.”

Di dalam iman (ketulusan mengikuti Firman *Tian*) seorang umat Khonghucu memperoleh kebahagiaan terbesar. Dengan memiliki iman seorang umat Khonghucu *Le Tian* (Bahagia dalam *Tian*) dan *Le Dao* (Bahagia di dalam *Dao*).

Kalau kita renungkan, penderitaan adalah bagian tak terpisahkan dari proses mencapai kemajuan dan keberhasilan, tidak hanya saat Anda dan saya mengalami ‘musim gugur’ dan ‘musim dingin’ kehidupan. Kalau Anda dan saya ingin maju dan berhasil (‘naik kelas’) harus mampu menerima dan mengatasi penderitaan.

Contoh sederhana mengenai ‘penderitaan’ yang harus dihadapi agar ‘naik kelas’ adalah saat kita ingin mempunyai tubuh yang sehat dan indah (perut *six pack* atau langsing). Apa yang perlu dilakukan? Diet seimbang, berolah raga (mungkin perlu ke *gym* untuk pembentukan tubuh) dan cukup tidur. Sungguh memerlukan kedisiplinan, memerlukan ‘penderitaan’.

Contoh yang lain, misalnya Anda ingin mempunyai nilai yang sangat baik di sekolah atau di kampus, apa yang perlu Anda lakukan? Belajar. Mungkin Anda perlu mengurangi kesenangan Anda hang out, main game, nonton dan hobi Anda. Ini pun menimbulkan ‘penderitaan’ karena acap perlu disiplin. Banyak contoh sederhana lain yang bisa Anda pikirkan mengenai ‘penderitaan’.

Maka seorang umat Khonghucu tidak pernah takut akan penderitaan. Seorang umat Khonghucu tidak akan jatuh dalam bahaya karena penderitaan. Seorang umat Khonghucu tidak mau melanggar kebenaran dalam menghadapi penderitaan. Seorang umat Khonghucu meyakini bahwa penderitaan adalah cara *Tian* agar dia menjadi orang besar, maju dan berhasil.

Bagi umat Khonghucu, penderitaan adalah batu loncatan yang perlu dijalani dan dihadapi dengan spirit dan sikap yang benar, bukan sesuatu yang perlu dihindari apalagi disesali

sebagai lingkaran yang tak terputus dari kehidupan yang satu pada kehidupan yang lain.
Bukan batu sandungan.

Sungguh Maha Besar *Shang Di, Tian* Melindungi Kebajikan.

Huang Yi Shang Di, Wei Tian Tou De.

Salam Kebajikan, *Wei De Dong Tian. Shanzai.* (US) 10/06/2019

Literatur:

www.uungsendana.com

Teologi Penderitaan

Covid-19 dan Kesederhanaan Cinta Kasih

Mujizat Itu Ada Bagi yang Terus Berpengharapan dan Berusaha

Jangan Berlebihan dengan Mukjizat

Bantuan Kebutuhan Fisik Minimum untuk Masyarakat Kecil Paling Terdampak

Tian, Nabi, Shenming dan Leluhur tidak Dikalahkan oleh Corona

www.gentarohani.com

Peran Pemuka Agama bagi Penyintas COVID-19 dan Bencana.

Youtube

Kebaktian Online Matakin 19 april 2020

Kebaktian Online Matakin 26 April 2020

Ws.Wiechandra SRK_01 Mengatasi Cobaan Hidup 27 April 2020

Kebaktian Online Matakin 03 Mei 2020



Ada banyak pilihan bentuk-bentuk respon terhadap bencana, salah satunya adalah melalui dukungan psikososial awal dalam konteks bencana. 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 NILAI LUHUR AGAMA KHONGHUCU

Tujuan Umum

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

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

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

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

Tahapan

1. Fasilitator membuka dengan memperkenalkan diri.
2. Fasilitator menyampaikan pendahuluan mengenai DPA dengan memberikan penjelasan mengenai definisi, tujuan, sasaran, dan etika pemberian DPA.
3. Penyampaian materi mengenai prinsip utama dan langkah dasar DPA – 3M (Mengamati, Mendengarkan, Menghubungkan).
 - a. Fasilitator menyampaikan prinsip 3M yang dapat langsung dipraktekkan oleh tokoh agama melalui gerakan simbolik:
 - Mengamati: Apa yang harus diamati oleh tokoh agama? Kebutuhan dari penyintas (Mis: kebutuhan dasar, rasa aman informasi)
 - Mendengarkan: Apakah yang harus didengarkan oleh tokoh agama? Mendengar keluhan tanpa harus memberikan pertanyaan-pertanyaan untuk menanyakan peristiwa secara detail, menekan dan memberikan beban atau judgement.
 - Menghubungkan: Tokoh agama membantu melakukan rujukan jejaring dengan layanan/lembaga lain yang mampu menjawab kebutuhan penyintas.
 - b. Fasilitator mengajak peserta untuk berpasang-pasangan dan mempraktikkan salah satu prinsip 3M: Mendengarkan.
 - Setiap peserta akan berbicara secara berganti-gantian, masing-masing selama 3 menit; ketika seseorang sedang berbicara, yang lain wajib diam dan mendengarkan.

- Setelah selesai, fasilitator akan bertanya kepada masing-masing ketika mereka berperan sebagai pendengar; apa yang mereka dengarkan dan pahami dari yang disampaikan oleh temannya.
 - Fasilitator kemudian melakukan konfirmasi kepada masing-masing ketika mereka berperan sebagai yang berbicara; apakah benar hal itu yang mereka bicarakan tadi?
- c. Fasilitator menekankan bahwa prinsip 3M dalam pemberian DPA haruslah didasarkan pada hal-hal di bawah ini:
- Memfasilitasi rasa aman
 - Memfasilitasi keberfungsian
4. Fasilitator memberikan penjelasan mengenai keterampilan dasar untuk mendukung pemberian DPA (komunikasi, empati, fokus, dan mendengar aktif) melalui aktivitas:
- a. Analisa video: <https://youtu.be/PU9ARb3bN8Q>
 - b. *Role play* keterampilan komunikasi
 - c. Berlatih mendengarkan dengan aktif (*active listening*) melalui *role play*
 - d. Analisa pernyataan-pernyataan yang menggambarkan kemampuan empati
 - e. Permainan mendengar aktif
5. Fasilitator memberikan penjelasan mengenai pentingnya dan bagaimana cara merawat, memelihara, dan menjaga diri (*self care*) untuk pemberi layanan DPA (oleh tokoh agama).
6. Fasilitator mengarahkan peserta untuk melakukan latihan stabilisasi emosi sebagai bentuk *self care*. Adapun teknik stabilisasi emosi yang dilakukan akan dikaitkan dengan aktivitas agamis, bagi yang Khonghucu dengan:
- Membaca/melantunkan Jing (<https://youtu-be/aizUYakDNrw>, <https://youtu.be/u5dp4Y8XSn4> <https://youtu.be/643AXf2SCsw>, <https://youtu.be/>

wzRlICsjaU, <https://youtu.be/Pet74C4HI64>, <https://www.uungsendana.com/2019/09/yakin-didalam-iman-cheng-xin.html>),

- Mendengarkan/melantunkan kidung rohani (<https://youtu.be/youtu.be/Mw-zMX4HiHA>, <https://youtu.be/WD07W22-jpE> https://youtu.be/Uh!dR9d_IPI https://youtu.be/woM_Y3DCrvU),
- *Jingzuo* (<https://www.gentarohani.com/2019/03/jing-zuo.html?m=I#more>, <https://www.uungsendana.com/2019/05/jing-zuo.html>, <https://www.uungsendana.com/2019/05/jing-zuo-2.html>, <https://www.uungsendana.com/2019/05/jing-zuo-3.html>) dan
- Sembahyang/doa: tokoh agama meminta penyintas untuk berlatih menenangkan diri melalui latihan membaca/melantunkan *Jing*, mendengarkan/melantunkan kidung rohani, *jingzuo* dan sembahyang/doa.

MATERI

PENDAHULUAN

Definisi DPA adalah merupakan serangkaian keterampilan yang bertujuan untuk mengurangi dampak negatif stres dan mencegah timbulnya gangguan kesehatan mental yang lebih buruk yang disebabkan oleh bencana atau situasi kritis (Everly, Phillips, Kane & Feldman, 2006).

Tujuan pemberian DPA adalah:

- a. Memberikan dukungan psikologis pertama yaitu respon dukungan yang manusiawi kepada individu, keluarga, masyarakat yang menderita karena mengalami peristiwa krisis, keadaan darurat atau bencana.
 - b. Mengurangi tekanan psikologis dan mempercepat proses pemulihan.
- Pemberian DPA memiliki sasaran atau hal-hal yang hendak diraih ketika DPA telah diberikan dengan tepat. Sasaran tersebut adalah bahwa ketika pemberian DPA telah selesai berlangsung, DPA tersebut mampu untuk berkontribusi dalam mencapai terbentuknya kesehatan fisik, kesejahteraan psikologis, keberfungsian perilaku, serta koneksitas sosial.

Ketika memberikan DPA, para tokoh agama selayaknya mengingat dan memberikan DPA sesuai dengan prinsip dasar DPA yang berlaku. Prinsip pemberian DPA tersebut merupakan rambu-rambu mengenai hal-hal apa yang harus dilakukan seorang tokoh agama saat pemberian DPA bagi penyintas. Prinsip dalam pemberian DPA yang perlu dijalankan oleh para tokoh agama adalah

- a. Memberikan bantuan sesegera mungkin pada penyintas yang membutuhkan bantuan
- b. Tunjukan dan berikan dukungan emosional
- c. Memberikan informasi yang akurat dan logis
- d. Bersikap jujur dan tidak mengada-ada
- e. Fokus pada kemampuan penyintas untuk dapat menurunkan tekanan psikologis dan menjadi pulih
- f. Memberikan DPA tanpa membedakan latar belakang penyintas
- g. Memberikan DPA tanpa mencari keuntungan pribadi

Pemberian DPA dapat dilakukan oleh siapapun yang pernah mengikuti pelatihan. DPA dapat diberikan kepada anak, remaja, orang dewasa, maupun orang dengan kebutuhan khusus. Namun, perlu diperhatikan dan dipastikan apakah penyintas membutuhkan perhatian khusus yang bersifat profesional atau tidak, jika membutuhkan kita perlu mengarahkannya untuk mendapatkan layanan profesional tersebut.

Prinsip utama dalam pemberian DPA adalah:

- a. Mengamati

Apa yang harus diamati oleh tokoh agama? Hal pertama yang perlu diamati oleh

tokoh agama adalah apa kebutuhan dari penyintas (misalnya: kebutuhan rasa aman atau kebutuhan dasar). Tujuan utama dari mengamati adalah memahami situasi sehingga mampu mengetahui kebutuhan utama penyintas.

b. Mendengar

Apakah yang harus didengarkan oleh tokoh agama? Mendengar keluhan tanpa harus memberikan pertanyaan-pertanyaan untuk menekan (interogasi), memberikan beban atau judgement (menghakimi), dan menasehati.

c. Menghubungkan

Tokoh agama membantu melakukan rujukan jejaring dengan layanan/lembaga lain yang mampu menjawab kebutuhan penyintas.

Praktek gerakan simbolis 3 M perlu dilakukan untuk mempermudah para tokoh agama dalam mengingat 3 prinsip pemberian DPA. Fasilitator menunjukkan gerakan mengamati, mendengar, dan menghubungkan kepada para peserta, setelah peserta memahami, fasilitator meminta setiap peserta untuk mengulangi gerakan simbolis tersebut.

⁹ Bdk. Evangelii Gaudium, Paus Fransiskus, Dokpen KWI, hal. 19.

DPA haruslah mampu memfasilitasi penyintas dalam hal:

- a. Rasa aman. Hal ini dapat dilakukan dengan melakukan tindakan yang dapat membuat penyintas merasa aman, misalnya membawa ke tempat aman, menawarkan minum, menanyakan apakah ada yang membutuhkan pertolongan medis, atau mengamati apakah ada penyintas yang memiliki kebutuhan khusus. Dalam memunculkan rasa aman, para tokoh agama sebaiknya menekankan bahwa reaksi-reaksi psikologis yang mereka alami itu normal di situasi yang tidak normal. (Fasilitator menampilkan gambar contoh tindakan yang menenangkan dan mampu memunculkan rasa aman penyintas).
- b. Keberfungsian. peristiwa sulit/bencana dapat membuat seseorang menampilkan reaksi tertentu yang menurunkan fungsi psikologis (seperti takut berlebihan, cemas, marah, sedih, sehingga fungsi emosi lebih aktif bekerja dan kemampuan kognitif menurun). Oleh karena itu, para tokoh agama melalui pemberian DPA membantu penyintas untuk kembali berfungsi sehingga mampu berpikir lebih jernih dan mampu memahami apa yang dapat ia lakukan untuk mengatasi masalah yang ada. Bantuan ini dapat dilakukan melalui pemberian kata-kata yang menguatkan, menenangkan dan memotivasi, dapat juga melalui teknik stabilisasi/relaksasi pernapasan sederhana.

-
- Fasilitator mempraktikkan cara menenangkan diri melalui latihan relaksasi dengan latihan pernapasan, kemudian latihan relaksasi menggunakan aktivitas keagamaan lagu yang menenangkan, mempraktikkan teknik menenangkan melalui tepukan tangan yang bertujuan menenangkan diri. (dipraktikkan oleh peserta per kelompok agama)
 - Langkah-langkah relaksasi melalui beberapa aktivitas di bawah ini:
 1. Secara bertahap kita menurunkan jumlah detak jantung per menitnya dengan cara menghirup dan menghembuskan napas berdasarkan hitungan tertentu, misalnya dengan menarik napas (2 hitungan), kemudian tahan (1 hitungan), dan hembuskan secara perlahan (4 hitungan). Ulangi beberapa kali sampai tubuh terasa rileks.
 2. Mengajak para penyintas untuk tersebut untuk melakukan aktivitas keagamaan sambil menghembuskan nafas perlahan-lahan.
 3. Mempraktikkan teknik menenangkan dengan menepukkan tangan ke bagian lengan dengan menyilangkan kedua tangan. Tepukan tersebut dilakukan bergantian (dengan hitungan 1 2)

c. Proses pemulihan dan rencana tindak lanjut. Pada bagian ini, prinsip menghubungkan terjadi. DPA merupakan bantuan awal yang tidak sepenuhnya mampu menyelesaikan seluruh permasalahan penyintas. Oleh karena itu para tokoh agama perlu menghubungkan penyintas kepada layanan-layanan yang mereka masih butuhkan, seperti misalnya layanan medis, layanan kesehatan mental, layanan sosial, layanan perlindungan anak dan perempuan, atau layanan bantuan hukum.

Keterampilan dasar untuk mendukung pemberian DPA

Keterampilan dasar yang perlu dimiliki para tokoh agama untuk mendukung pemberian DPA adalah keterampilan komunikasi, empati, fokus, dan mendengar aktif. Berikut adalah aktivitas yang dapat membantu para tokoh agama untuk berlatih meningkatkan keterampilan dasar tersebut:

- a. *Role play* keterampilan komunikasi serta analisa video.
 - Peserta diminta untuk membuat kelompok. 1 kelompok terdiri dari 3 orang yang akan berperan sebagai tokoh agama, penyintas, dan observer. Peserta sesuai dengan perannya, diminta untuk melakukan *role play* bergantian pada 2 situasi. Situasi pertama, tokoh agama berperan sebagai sosok yang mampu

membangun komunikasi dengan penuh perhatian. Sementara situasi kedua, tokoh agama berperan sebagai sosok yang sibuk, fokus teralih dengan sering melihat handphone.

- Kelompok kemudian mendiskusikan respons-respons pendamping yang ada dalam tayangan video dan menentukan respon mana yang telah menunjukkan penggunaan prinsip DPA yang tepat atau tidak tepat.

b. Analisa pernyataan.

Fasilitator menunjukkan pernyataan-pernyataan mengenai percakapan yang menunjukkan empati. Peserta diminta untuk mengamati dan setelahnya berdiskusi pernyataan mana yang menunjukkan percakapan yang penuh empati mana yang tidak.

c. Permainan meningkatkan fokus

d. Berlatih mendengarkan dengan aktif (*active listening*) melalui *game* dan *roleplay*

- Fasilitator menjelaskan permainan singkat mengenai active listening yaitu peserta diminta untuk mengikuti instruksi fasilitator, yaitu: “ikuti kata-kata saya”. Setelahnya, fasilitator menyebutkan berbagai warna (biru, kuning, hijau,

merah, biru, biru, hijau), kemudian lanjutkan dengan pernyataan “birunya ada berapa?”.

- Amati reaksi peserta, apakah mereka mengikuti setiap kata-kata yang dilontarkan fasilitator, atau mereka menghitung warna?
- Setelahnya diskusikan respons yang seharusnya adalah mereka tetap mengikuti kata-kata fasilitator, bukan menghitung warna.

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 dapat dilakukan dengan membaca/melantunkan *Jing*, mendengarkan/melantunkan kidung rohani, *jingzuo* dan sembahyang/doa atau teknik *butterfly hug*.

Beberapa referensi tentang pemberian DPA:

Jingzuo

<https://www.gentarohani.com/2019/03/jing-zuo.html?m=1#more> Chew Kong Giok.

<https://www.uungsendana.com/2019/05/jing-zuo.html> Lim Khung Sen. “Hidup Bahagia dalam Jalan Suci Tian”.

<https://www.uungsendana.com/2019/05/jing-zuo-2.html> Lim Khung Sen. “Hidup Bahagia dalam Jalan Suci Tian”.

<https://www.uungsendana.com/2019/05/jing-zuo-3.html> Lim Khung Sen. “Hidup Bahagia dalam Jalan Suci Tian”.

Jing

<https://youtu.be/aizUYakDNrw> Budijoe. “Shang Sheng Jing” (in minor). Ciptaan: Hs.

<https://youtu.be/u5dp4Y8XSn4> Matakin Bali “Shang Sheng Jing”. Ciptaan: Hs.

<https://youtu.be/643AXf2SCsw> Budijoe. “Wei De Dong Tian” (in minor). Ciptaan: Hs.

<https://youtu.be/wzRIICsjaaU> Budijoe. “Tian Bao”. Syair: Shi Jing. Ciptaan: Hs.

<https://youtu.be/Pet74C4HI64>. Sekolah Minggu Khonghucu Xiang You Hui. “Tian Bao”. Syair: Shi Jing. Ciptaan: Hs.

<https://www.uungsendana.com/2019/09/yakin-didalam-iman-cheng-xin.html> Lim Khung Sen. “Hidup Bahagia dalam Jalan Suci Tian”.

Kidung Rohani

https://youtu.be/Uh!dR9d_IPI Budijoe. “Ya Tuhanku” (duet). Ciptaan: Eddie Rhinaldi.

<https://youtu.be/Mw-zMX4HiHA> Rz Andalan Music & Etc. “Dengar Doaku”.

Ciptaan: Peter Lesmana

<https://youtu.be/WD07W22-jpE> Andi. “Dengar Doaku”. Ciptaan: Peter Lesmana.

https://youtu.be/woM_Y3DCrvU Dicky Setiawan. “Senantiasa”. Ciptaan: Acang

Supriyadi

- Fasilitator diharapkan mampu merefleksikan pemahaman peserta dalam memberikan dukungan psikologis awal, terutama berkaitan dengan prinsip-prinsip dalam memberikan DPA. Fasilitator juga perlu menyampaikan bahwa pendekatan DPA merupakan pendekatan yang bersifat psikologis dan tokoh agama perlu memahami hambatan-hambatan dalam menerapkan prinsip-prinsip tersebut.
- Fasilitator perlu melakukan evaluasi dan memberikan umpan balik berkaitan dengan role play yang telah dilakukan. Aspek-aspek apa saja yang tampaknya masih cukup sulit dilakukan peserta dan asih perlu diasah dan dikembangkan.

Q&A

Modul Kebencanaan dan Penanggulangan Bencana Dalam Perspektif Konghucu —

I. Q: Apakah bencana alam merupakan hukuman Tuhan atas dosa yang kita lakukan?

A: Adakah manusia di dunia ini yang tidak pernah melakukan kesalahan atau dosa? tak ada manusia yang tidak pernah melakukan kesalahan dan dosa. Bila kita berbuat dosa bersembahyang dan berdoa pada *Tian*. Biarpun seseorang yang buruk/jahat, bila mau membersihkan hati, berpuasa dan mandi; dia boleh bersembahyang kepada Tuhan Yang Maha Tinggi. Begitu Nabi memberi kita tuntunan. Disatu pihak bencana adalah ujian, peringatan, pembelajaran yang kita terima dari *Tian* agar kita dapat hidup lebih baik, dilain pihak bencana alam adalah hukum *Tian* (*Tian Li*) yang mewujudkan dalam hukum perubahan dan peleburan untuk menjadikan dunia ini mencapai keharmonisan/keseimbangan baru dan bila kita menyikapinya dengan benar, yaitu sikap tengah harmonis akan mewujudkan kesejahteraan yang lebih baik. Oleh karena itu sikap yang benar akan memungkinkan Anda menghadapi dan mengatasi ujian ini dengan baik.

2. Q: Metode atau teknik DPA mana yang perlu dilakukan oleh tokoh agama untuk *self care*?

A: Seorang tokoh agama sebaiknya menguasai DPA untuk *self care*, mengenai mana yang akan dipraktikkan sangat tergantung dengan sikon.

3. Q: DPA mana yang perlu dianjurkan agar dilakukan oleh penyintas?

A: Pada prinsipnya DPA mana yang perlu dilakukan oleh penyintas adalah tergantung dari hasil 3M yang telah dilaksanakan, jadi semua tergantung sikon dan tidak ada teknik dan urutan baku.

4. Q: Bagaimana *Jingzuo* untuk pemula?

A: Berapa lama *Jingzuo* waktu melaksanakan *Jingzuo*? Pemula dapat mempraktikkan *Jingzuo* terarah, *Jingzuo* di tengah kegiatan atau *Jingzuo* aktif yang dapat dibaca dalam:

<https://www.uungsendana.com/2019/05/jing-zuo-2.html>.

<https://www.gentarohani.com/2019/03/jing-zuo.html?m=1#mor>.

Waktu berkisar antara 5-15 menit. Dapat dilakukan berulang-ulang.

5. Q: Apakah ada perbedaan *Jingzuo* untuk anak-anak dan dewasa?

A: Pada prinsipnya tidak ada perbedaan. Hanya dalam *Jingzuo* terarah, topik yang dipikirkan antara orang dewasa dengan anak-anak tentu berbeda.

6. Q: Bagaimana tahapan-tahapan dalam melaksanakan *Jingzuo*?

A: Tahapan-tahapan dalam melaksanakan *Jingzuo* dapat dibaca dalam:

<https://www.uungsendana.com/2019/05/jing-zuo-2.html>.

<https://www.gentarohani.com/2019/03/jing-zuo.html?m=1#mor>

7. Q: Berapa lama fasilitator memberi DPA kepada penyintas?

A: Tergantung hasil 3 M. Bila dari hasil 3 M ternyata penyintas telah mengalami trauma berat, tokoh agama bisa menyarankan bantuan ahli dibidangnya.

1. Uung Sendana L. Linggaraja

2. Gianti Setiawan

3. Js. Inggi Kartika