

APAKAH PENILAIAN KOGNITIF PENDUDUK
 PADA SITUASI YANG PENUH DENGAN BAHAYA
 AKIBAT
 “TERORISME” DAN CINTA TANAH AIR
 DAPAT MEMBUAT MEREKA STRES
 ATAUKAH
 TETAP BERKEMBANG DENGAN BAIK???

ERNA MULTAHADA, M.SI

*Manusia memiliki banyak sisi kehidupan,
 namun kita sering hanya melihat segala sesuatu secara "hitam-putih".*

Karena itulah rubrik Lanskap ini diadakan.

*Dalam rubrik ini, pembaca diajak untuk melihat berbagai hal maupun peristiwa
 dari cakrawala "yang lain"- yang membantu kita menyusun "puzzle-puzzle kehidupan"
 dalam sebuah keutuhan pandangan.*



MerPsy dalam kolom ini ingin berbagi informasi mengenai permasalahan psikologis melalui penelitian yang dilakukan oleh Rachel Dekel and Orit Nuttman-Shwartz, yang dipublikasikan pada bulan Mei tahun 2009, Penelitian mereka mengenai *Stres pasca trauma dan perkembangan: Suatu kontribusi kognitif dan cinta tanah air (Health & Sosial Work; May 2009; 34 (20; Proquest Sociology pg. 87)*. Diketahui bahwa situasi yang berbahaya--akan menjadi bahaya dan menambah stress kita *ataukah* memberikan peluang perkembangan yang positif sangat, tergantung pada bagaimana kita dapat memberikan penilaian kita secara kognitif pada situasi yang berbahaya tersebut terlebih akibat terorisme atau pun gempa. Jika kita memberikan penilaian kognitif sebagai suatu ancaman, maka kita akan semakin stres akibat peristiwa traumatis. Sebaliknya, jika penilaian kognitif kita terhadap situasi yang berbahaya akibat terorisme ataupun gempa sebagai suatu tantangan,

maka kita akan tetap berkembang dengan mental yang tetap sehat. Di sisi lain, dalam penilaian kognitif---apakah suatu situasi menjadi suatu ancaman ataukah suatu tantangan---tidak terlepas dari rasa cinta kita terhadap tanah air. *So... bagaimana cerita selanjutnya? Hal ini dapat terjadi dalam kondisi seperti apa? Bagaimana ya gambaran permasalahannya??*

Rachel Dekel and Orit Nuttman-Shwartz menjelaskan penelitiannya dengan beberapa tujuan sebagai berikut: (1) penelitian dilakukan untuk membandingkan dampak serangan Qassam pada tipe penduduk kota yang berkembang, Sderot dan Kibbutz; (2) untuk menguji hubungan antara stres pasca trauma (PTS) dan perkembangan pasca trauma (PTG); dan (3) untuk menguji kontribusi tingkatan terpaan teror (terorisme), penilaian kognitif, dan cinta tanah air terhadap Negara, dalam hal sumbangsinya terhadap PTS dan PTG.

Ternyata ditemukan bahwa penduduk di kota berkembang Sderot memiliki stress pasca trauma lebih dari pada penduduk Kibbutz, meskipun pada kenyataannya Sderot adalah kota yang lebih makmur dibandingkan dengan Kibbutz; dan asosiasi antara stress pasca trauma dan pertumbuhan pasca trauma adalah positif. Semakin individu melakukan penilaian kognitif terhadap distres sebagai suatu ancaman, maka akan semakin distres. Sebaliknya, semakin penilaian kognitif terhadap distres memandangnya sebagai suatu tantangan maka distres akan rendah. Diketahui pula bahwa penilaian kognitif yang negatif karena rasa cinta

terhadap tanah air pada Sderot lebih rendah daripada Kibbutz yang melakukan perjuangan pada situasi yang penuh dengan tekanan, di samping adanya solidaritas dan loyalitas serta komitmen yang tinggi terhadap suatu negara. Adapun sumbangsiah atau prediktor dari penilaian kognitif dan cinta tanah air pada stres pasca trauma dan perkembangan pasca trauma dapat kita ketahui melalui hasil beberapa kali perhitungan sebagai berikut.

Tahap pertama dijelaskan kontribusi dari beberapa variasi seperti tingkat terpaan/eksposur, tempat tinggal penduduk, dan usia ternyata diketahui signifikansinya terhadap perkembangan pasca trauma sebesar 23,1%. Sedangkan untuk stress pasca trauma kontribusinya sebesar 8,1%. Pada *tahap kedua*, terdapat kontribusi terpaan, tempat tinggal penduduk, usia, cinta tanah air, penilaian ancaman, penilaian tantangan, perkembangan diketahui signifikansinya terhadap perkembangan pasca trauma sebesar 21,6%, sedangkan kontribusi stress pasca trauma sebesar 21%. *Tahap ketiga*, kontribusi dari beberapa hasil interaksi penduduk x cinta tanah air, cinta tanah air x ancaman, cinta tanah air x tantangan, ancaman x perkembangan diketahui signifikansinya terhadap perkembangan sebesar 10,1%. Deskripsi singkat atas dinamika yang terurai dari hasil penelitian berikut ini.

Terorisme???? Mungkin kata-kata ini sudah sangat tidak asing lagi di telinga

kita. Bagaimana tidak? Ternyata gem-bong terorisme untuk Asia Tenggara menetap dan melancarkan aksi serangan di Indonesia. Ironisnya, banyak individu yang tak berdaya di negara kita yang merupakan penduduk asli pribumi pun ikut terhempas merasakan penderitaan akibat aksi terorisme. Bagi negara Indonesia mungkin terorisme merupakan suatu hal yang masih sangat menakutkan yang akan cenderung dapat menimbulkan akibat pascatrauma tersendiri dan berkepanjangan bagi sebagian individu. Namun, hal ini kemungkinan tidak berlaku bagi sebagian negara asing

Lebih dari sepuluh dasawarsa, terorisme menjadi suatu masalah yang bermacam-macam. Beberapa peneliti memaparkan adanya kekerasan politik di Bosnia dan Croasia (Grgric, Mandic, Koic, & Knezevic, 2002), Palestin dan Israel (Baker & Kevorkian, 1995; Bleich, Gelkopf, & Solomon, 2003), dan US (Galea, dkk, 2002; Silver, Holman, McIntosh, Poulin, & Gil-Rivas, 2002). Para peneliti tersebut menyampaikan hal serupa bahwa teror politik rata-rata berdampak negatif berupa kecemasan yang tinggi; depresi; berkurangnya rasa aman; dan meningkatnya penggunaan tembakau, alcohol dan obat-obatan (*drugs*); dan umumnya banyak mengalami stress pasca trauma.

Stress pasca trauma (PTS) dapat dikelompokkan menjadi tiga. *Pertama*, pengalaman traumatis, seperti mimpi

yang terus berulang dan ingat ke masa lalu. *Kedua*, tidak ingin membuka diri dengan lingkungan maupun secara pribadi, seperti enggan untuk berfikir, beraktivitas, tidak memiliki minat, sikap yang kaku (tidak dapat dipengaruhi), perasaan terbatas di dalam melihat ke depan. Stress yang dialami dan terus meningkat pada akhirnya, menyebabkan individu mengalami sulit tidur, suka marah, tidak dapat berkonsentrasi, kewaspadaan meningkat, dan respon mengejutkan berlebihan (*American Psychiatric Association, 1994*).

Sebaliknya, sebagian individu yang selamat dari trauma mengalami perubahan psikologis ke arah yang positif. Perkembangan pasca trauma digambarkan sebagai pengalaman subjektif berupa perubahan psikologis positif sebagai hasil dari perjuangan melawan trauma. Perkembangan pasca trauma berhubungan dengan berbagai perubahan psikologis positif, meliputi adanya kemampuan untuk mengapresiasi kehidupan, dapat menata kehidupan dengan prioritas yang baru, kepribadian yang bertambah kuat, kemampuan mengidentifikasi hal-hal yang baru, memperbaiki hubungan yang lebih intim, atau bahkan adanya perubahan spiritual (Tedeschi, Park, & Calhoun, 1998). Selain Rachel dan Shwartz, Butler, dkk pada tahun 2005 juga menemukan bahwa teror merupakan peristiwa traumatis.

Untuk kali ini kita dapat memperha-

tikan stres dan perkembangan pasca trauma yang dialami oleh penduduk Negev Barat Israel diteliti oleh Rachel dan Schwartz. Diketahui bahwa terdapat kekerasan yang mematikan, dan kekerasan berupa ancaman, pemberontakan bersenjata yang dimulai pada bulan September 2000. Peristiwa ini masih berlangsung dan belum reda hingga saat ini. Negev Barat masih menjadi target serangan roket Qassam secara terus menerus sepanjang tahun. Pada tahun 2007 lebih dari 2.300 roket terlihat menyerang seluruh wilayah.

Roket Qassam yang diluncurkan tidak ada batasnya dan ketepatannya pun rendah. Frekuensi penembakan mereka sepanjang waktu (sehari semalam), dengan tanpa adanya waktu yang pasti dalam serangan. Hal ini ternyata menimbulkan kecemasan tersendiri bagi penduduk, yang nampak dalam sinyal fisik dan emosional. Kondisi ini menyebabkan mereka sulit untuk melakukan perlindungan diri. Individu-individu secara tiba-tiba menghentikan aktivitas, lari ke beberapa daerah meskipun tidak cukup aman untuk berlindung, dan tetap menunggu ledakan. Qassam sesekali menembus rumah penduduk. Banyak kerusakan pada tanah milik mereka, dan, tidak hanya itu, sejumlah individu (diantaranya anak-anak) terbunuh.

Pada dasarnya tujuan pertama penelitian Rachel Dekel and Orit Nuttman-

Shwartz (2009) ingin membandingkan dampak dari serangan Qassam di dalam dua tipe penduduk yang berbeda di Negev Barat. Satu tipe penduduk bernama Sderot, kota berkembang. Sderot telah dibangun pada tahun 1950, beberapa tahun setelah Israel mendeklarasikan kemerdekaan, untuk mengentaskan besarnya rakyat jelata dari kehidupan menjadi imigran miskin selama tahun-tahun tersebut, dan untuk penduduk di sekeliling wilayahnya. Pemerintah memberikan perhatian di dalam pembangunan, namun fondasi kota tidak cukup kuat, demikian pula dengan fondasi ekonomi, sehingga sepanjang tahun dialami kerugian dan kemiskinan. Kota-kota di Sderot dicirikan dengan tingginya pengangguran, rendahnya tingkat pendidikan, dan penduduk merasakan bahwa mereka sangat diabaikan oleh pemerintah dan diabaikan oleh individu-individu kaya, serta adanya pandangan bahwa penduduk di negara lain lebih beruntung.

Kibbutz adalah tipe penduduk pembanding. Kota dibangun untuk bercocok tanam dan memiliki keseimbangan di dalam perekonomian dan sosial. Penduduk di dalamnya saling membantu dan bertanggung jawab. Sampai tahun 1980, penduduk Kibbutzim adalah individu menengah ke atas. Mereka beranggotakan militer senior dan petugas pemerintahan. Sejak itu, situasi ekonomi dari Kibbutz menjadi memburuk, wibawa mereka menurun secara drastis, pendapatan mereka



menurun, dan mereka kehilangan hubungan sosial. Namun demikian, meskipun terjadi peperangan, Kibbutzim secara relatif masih mampu merajut atau bersatu dengan penduduk lainnya secara harmonis, dan tetap memelihara elemen di dalamnya berdasarkan pada ideologi suatu kelompok dan kebangsaan. Kibbutzim berbeda dengan Sderot. Kibbutzim kurang makmur, namun kualitas kehidupannya relatif tinggi, sekalipun tidak ada pemandangan yang hijau dan indah. Tingkat pendidikannya dan aktivitas budayanya baik, dan angka kriminalitas rendah.

Benyamin, dkk pernah melakukan penelitian pada tahun 2004. Diketahui bahwa penduduk Kibbutz memiliki emosi yang lebih baik meskipun di bawah kondisi yang penuh dengan tekanan daripada penduduk dari penduduk lain. Namun yang ingin diketahui lebih jauh apakah Kibbutzim masih mampu menjaga kondisi psikologis di masa lalu.

Tujuan kedua penelitian adalah untuk menguji hubungan antara hasil patologi dan kesehatan dari serangan yang terjadi pada dua tipe penduduk--secara spesifik lebih untuk menguji asosiasi pengukuran antara stress pasca trauma dan perkembangan pasca trauma. Beberapa peneliti seperti Updegraff, Taylor, Kemeny, & Wyatt (2002) menyatakan bahwa stress dan perkembangan adalah lawan yang tepat; semakin individu mengalami stress dalam suatu peristiwa traumatis maka pertumbuhannya akan semakin lambat. Namun, pada tahun 2005, Buttlar, dkk menemukan bahwa semakin individu mengalami stress pasca trauma dilaporkan pertumbuhannya lebih tinggi.

Tujuan ketiga ingin mengetahui sumbangsih dari terpaan, penilaian kognitif, dan cinta tanah air negara terhadap PTS dan PTG akibat serangan Qassam. Tingkatan terpaan, baik dalam hal peperangan maupun dalam teror, secara berulang ditemukan dapat mempengaruhi stress psikologis terhadap peristiwa traumatis, termasuk peperangan (Dekel, Solomon, Ginburg, & Neria, 2003; Tucker, Pfefferbaum, Nixon, & Dickson, 2000).

Lazarus dan Folkman (1984) berargumentasi bahwa stresor-stresor dapat dipersepsi sebagai ancaman-ancaman atau tantangan-tantangan. Kecenderungan kebanyakan individu merasakan situasi yang berbahaya sebagai an-

caman. Jika hal ini yang dialami, maka individu-individu ini akan semakin mengalami keadaan yang berbahaya; sedangkan jika keadaan yang berbahaya dianggap sebagai suatu tantangan, maka keadaan yang berbahaya akan semakin berkurang. Banyak penelitian yang mendukung pernyataan ini, termasuk dalam masalah peperangan (Solomon, Mikulinier, & Brannen, 1989) dan teror (Piotrkowski & Brannen, 2002). Beberapa penelitian juga menemukan bahwa ternyata ada hubungan positif antara penilaian kognitif dengan perkembangan (Armeli, Gunthert, & Cohen, 2001; Cordova, Cunningham, Carlson, & Andrykowski, 2001).

Cinta tanah air mengacu kepada perasaan individu untuk menjadi bagian dari kelompok (Newbrough & Chavis, 1986). Kelompok itu dapat berupa tetangga, penduduk langsung, negara, beberapa kelompok atau tempat. Cinta tanah air dicirikan dengan perhatian, hubungan, loyalitas penduduk, dan kepercayaan yang bersifat mutual di mana kebutuhan individu akan dipenuhi dengan adanya komitmen terhadap kelompok sebagai satu keseluruhan (Chavis, Hogge, McMillan, & Wandersman, 1986). Manifestasi lain dari cinta tanah air adalah memiliki suatu harapan yang menetap terhadap penduduk dan menganjurkan individu lain untuk bergabung dalam satu penduduk (Itzhaky, 1995). Sebuah penemuan menunjukkan bahwa nilai stres dengan kondisi adanya pertempuran

pada komunitas tentara lebih rendah. Hal ini dapat terjadi karena adanya solidaritas dan kekompakan yang tinggi, dibandingkan dengan apabila tentara memiliki cinta tanah air lebih rendah (Streiner & Neumann, 1987). Penemuan baru-baru ini di Israel menunjukkan suatu asosiasi antara cinta tanah air yang tinggi dengan tingkat keadaan berbahaya yang lebih rendah ketika teror dialami secara terus menerus di dalam suatu negara (Kovatz, Kutz, Rubin, Dekel, & Shenkamn, 2006).

Rachel Dekel and Orit Nuttman-Shwartz dalam penelitian ini mengambil sampel terdiri dari 134 penduduk dari Negev Barat; 67 tinggal di dua kibbutzim dan 67 di Sderot dari kota berkembang, di mana jender dan usia kemudian dicocokkan. Kuesioner yang terisi secara lengkap hanya 122 individu, termasuk analisis dan gambaran. Perbandingan menunjukkan bahwa tidak ada kelompok yang berbeda secara signifikan di dalam usia, gender, negara kelahiran, status keluarga, jumlah anak, laporan situasi ekonomi. Hanya di atas setengah dari partisipan, 53 persen, adalah laki-laki. Usia partisipan berkisar dari 18 tahun hingga 76 tahun. Lebih dari setengah, 55 persen, lahir di Israel. Enam puluh persen telah menikah, 26 persen memiliki pendapatan di atas rata-rata, dan 21 persen memiliki pendapatan rata-rata.

Hasil dari penelitian ini adalah bahwa perbedaan signifikan ditemukan di dalam pendidikan dan terpaan. Rata-rata

penduduk Kibbutz dilaporkan lebih dari setahun mendapat pendidikan di sekolah daripada penduduk Sderot. Penduduk Kibbutz dilaporkan memiliki terpaan yang lebih rendah terhadap Qassam daripada penduduk Sderot.

Setelah Rachel Dekel and Orit Nuttman-Shwartz mendeskripsikan tujuan penelitian, diketahui bahwa pada penelitian pertama---yang menelaah perbandingan tingkat stress pasca trauma dan perkembangan pasca trauma, penduduk Sderot ternyata mengalami stress pasca trauma yang lebih besar daripada Kibbutz. Meskipun Kibbutz tidak seindah, semakmur, bahkan lebih banyak mengalami tekanan keadaan berbahaya dibandingkan dengan Sderot, namun ternyata penduduk Kibbutz mampu melakukan perlawanan terhadap gangguan psikologis dari teror. Namun demikian, perbedaan keduanya dalam menghadapi tekanan relatif rendah. Hal ini dapat terjadi dengan karena tembakan berlangsung terus menerus sepanjang tahun. Artinya, mereka telah terbiasa dengan keadaan yang penuh bahaya dan teror (Bleich, dkk, 2003). Rendahnya keadaan yang berbahaya juga menggambarkan adanya ketabahan dan kemampuan dalam mengatasi ancaman terorisme dengan baik oleh mayoritas penduduk.

Jika hal di atas cenderung dilakukan pada setiap keadaan yang penuh trauma, maka tidak menutup kemungkinan bahwa perkembangan akan tetap

berlangsung dengan baik. Calhoun dan Tedeschi (1998), menyatakan bahwa perkembangan adalah suatu hasil psikologis akan peristiwa "yang berkaitan dengan gempa bumi (*seismic*)" yang ditunjang perjuangan dalam melawan keadaan yang ada. Sejak peristiwa yang berkaitan dengan gempa, oleh alam, tekanan, tuntutan/hak, keadaan yang berbahaya secara aktual dipandang sebagai suatu pemicu pertumbuhan. Sepanjang garis linier, Butler, dkk (2005) memandang kunci stres pasca trauma perlu dihindari tidak hanya dalam penilaian keadaan yang berbahaya, tetapi perlu adanya pembuktian adanya usaha individu untuk mengasimilasi dan mengakomodasi peristiwa traumatis.

Semakin serangan Qassam dipandang sebagai suatu hal yang mengancam, semakin besar stress pasca trauma. Menurut teori Taylor mengenai adaptasi kognitif terhadap peristiwa (Taylor & Amor, 1996), penerimaan perkembangan pasca trauma merupakan suatu bentuk "ilusi positif" dari suatu fungsi adaptasi akan penyesuaian psikologis. Persepsi tentang perkembangan pasca trauma dimungkinkan untuk mempertinggi penilaian diri, dan hal ini akan membantu dalam mengatasi ancaman. Jadi, kita akan beranjak pergi dari persepsi adanya suatu ancaman dengan melakukan persepsi perkembangan. Bagaimanapun, karena penilaian ancaman adalah karakter delusi (khayalan), penilaian akan adanya ancaman menyebabkan keadaan

yang berbahaya menjadi lebih tinggi.

Ditemukan bahwa cinta tanah air adalah sumber untuk mengurangi keadaan yang berbahaya pasca trauma. Di samping itu, perkembangan (positif) pasca trauma dapat semakin meningkat. Hal ini tidak terlepas dari peran perjuangan lingkungan sosial di dalam mengatasi masalah teror.

Hasil penemuan bahwa cinta tanah air adalah sumber untuk mengurangi keadaan yang berbahaya pasca trauma. Di samping itu, perkembangan (positif) pasca trauma dapat semakin meningkat. Hal ini tidak terlepas dari peran perjuangan lingkungan sosial di dalam mengatasi masalah teror. Penduduk membantu mengatasi permasalahan individu yang mengalami stres dengan menghindari pengisolasian, meminimalisasi penderitaan, dan mendukung percepatan penyembuhan. Penduduk juga dapat memberikan kontribusi penting dalam konteks persiapan mengatasi masalah terkait ancaman terorisme ke depan. Suatu penduduk dapat menjadi sumber dan rencana untuk tindakan ke depan, yang akan dapat mengurangi ketakutan individu (Maguen, dkk, 2008).

Hasil penelitian menemukan bahwa cinta tanah air memberikan kontribusi terhadap stres dan perkembangan pasca trauma. Pada kota Kibbutz, diketahui tingkatan stress lebih rendah dari Sderot. Hal ini dikarenakan ada-

nya rasa cinta tanah air. Cinta tanah air ternyata mampu mengurangi stres pasca trauma anggota Kibbutz (dibandingkan dengan penduduk Sderot). Temperamen yang ada di antara penduduk Sderot memberi kontribusi penilaian kognitif akan adanya ancaman, sehingga penduduk mengalami stres pasca trauma.

Cinta tanah air pada penduduk Kibbutz dibuktikan dengan adanya komitmen yang bersifat mutual antara satu dengan lainnya, dan membangun komitmen serta mempertahankan negara sesuai dengan ideologi Kibbutz. Penemuan serupa dari penelitian terdahulu menunjukkan bahwa cinta tanah air mengurangi keadaan yang berbahaya siswa-siswa Israel, bila dibandingkan dengan keadaan berbahaya yang dialami rekan Yahudi Amerika (Kovatz, dkk, 2006).

Demikianlah, kita dapat memahami bahwa ternyata cinta tanah air yang kuat mampu melahirkan mental yang sehat, meskipun dalam keadaan yang penuh dengan bahaya dan tekanan.