**THE RESILIENCE PROCESS OF EX-EAST TIMOR REFUGEE IN MALAKA REGENCY AFTER THE REFERENDUM IN 1999**

**Maria Vianney Hoar Seran**

Mercu Buana University Yogyakarta

[vane.seran78@gmail.com](mailto:vane.seran78@gmail.com)

**Abstract**

Resilience is the ability to recover from the difficult circumstances that experienced by someone and to see the problem as a challenge to be accomplished. The post-referendum conflict that occurred has cause some of the origin people of East Timor become refugee. Generally, the victim of the conflict lose their possessions, houses, even separate from families.

This research aims to describe the resilience process to the person who becomes a refugee. The participants of this research are two men with the average of age fifty years old and beyond, originally from East Timor that has become ex-refugee. This research uses qualitative approach with the depth structured interview method of study and descriptive observation. The result of this research shows the aspect that build the resilience are: emotion regulation, impulse control, the cause of problem analysis, optimism, empathy, self-efficacy and reaching out. However, beside those aspects it is known that there are several factors that comes from within and also the environment which helps the resilience process.

**Key words: *Resilience, Refugee, Ex-refugee.***

**PROSES RESILIENSI MANTAN PENGUNGSI TIMOR TIMUR PASCA DI KABUPATEN MALAKA PASCA REFERENDUM TAHUN 1999**

**Maria Vianney Hoar Seran**

Universitas Mecu Buana Yogyakarta

[vane.seran78@gmail.com](mailto:vane.seran78@gmail.com)

**Abstrak**

Resiliensi adalah kemampuan untuk bangkit lagi dari situasi dan kondisi sulit yang dialami dan memandang masalah sebagai sebuah tantangan sehingga harus diselesaikan. Konflik pasca referendum yang terjadi mengakibatkan sebagian dari penduduk asli Timor Timur menjadi pengungsi. Pada umunya korban konflik mengalami kehilangan harta benda, kehilangan rumah, bahkan berpisah dengan keluarga.

Penelitian ini bertujuan untuk medeskripsikan proses resiliensi pada individu yang menjadi pengungsi. Partisipan dalam penelitian ini adalah dua orang laki-laki berusia lima puluh tahu keatas dan merupakan penduduk asli Timor Timur yang telah menjadi mantan pengungsi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus melalui wawancara terstruktur secara mendalam dan observasi deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan aspek yang mebangun resiliensi yaitu: regulasi emosi, control implus, analisis penyebab masalah, optimis, empati, efikasi diri dan reaching out. Akan tetapi selain aspek tersebut diketahui ada beberapa faktor yang bersumber dalam diri dan juga lingkungan yang membantu proses resiliensi.

**Kata Kunci : Resiliensi, Pengungsi, Mantan Pengungsi.**

**Pendahuluan**

Salah satu konflik berdarah di Indonesia yang memberikan dampak negatif baik secara psikis, maupun fisik adalah konflik Timor Timur pada tahun 1999. Sebelum puncak pada tahun 1999 telah terjadi perang saudara di Timor Timur selama September-November 1975. Konflik yang terjadi selama itu kurang lebih 24 tahun, telah memakan korban jiwa lebih dari 1400 jiwa tewas ( Maula, 2010). Konflik yang pernah terjadi di Indonesia dan Timor Timur pada tahun 1999 akibat muncul konflik antara pendukung kemerdekaan Timor Leste dan Pemerintah Indonesia. Pada tanggal 30 Agustus 1999 Pemerintah Indonesia mengambil kebijakan karena kekacauan yang terjadi sehingga diadakan jajak pendapat. Tercatat sebanyak 438.513 warga Timor Timur memiliki hak untuk memberikan suaranya termasuk13.279 orang memberikan suara di daerah lain Jakarta, Yogyakarta, dan ibu kota Portugal Lisbon (Pratama, 2018). Hasil dari jajak pendapat diumumkan pada tanggal 7 September 1999 yaitu pro kemerdekaan yang memenangkan jajak pendapat. Pada saat itu juga terjadi kekacauan yang menyebabkan infrastruktur Timor Timur luluh lantah , karena terjadi konflik antara pendukung kemerdekaan Timor Leste dan Pemerintah Indonesia. Masyarakat yang saat jajak pendapat memilih pemerintah Indonesia meninggalkan Timor Timur dan yang memilih kemerdekaan Timor Leste tetap tinggal (Firman, 2016 ).

Pengungsi secara terminologis adalah mereka yang lari meninggalkan tempat asalnya untuk menghindar dari suatu bencana, baik bencana alam maupun bencana kemanusian peperangan atau konflik (Firman, 2015). Saat menjadi pengungsi mereka harus membangun tempat tinggal lagi. Hal tersebut menjadi permasalahan karena mereka belum mempunyai mata pencaharian untuk menghasilkan uang demi membangun tempat tinggal. Hal tersebut mengharuskan mereka untuk tinggal di tempat pengungsian yang disediakan hingga menerima bantuan rumah dari pemerintah. Tinggal di tempat pengungsian tidaklah mudah karena di dalam 1 tempat pengungsian bisa menampung 3-4 Kepala Keluarga atau 8-10 orang. Jumlah masyarakat Timor Timur memilih untuk menjadi pengungsi sebanyak 104.436 jiwa yang terdiri atas 37.121 jiwa laki-laki dan 38.982 jiwa perempuan. Jumlah terbanyak tinggal di Kabupaten Belu yakni sebanyak 15.274 KK atau 70.453 jiwa yang terdiri dari 34.150 jiwa laki-laki dan 36.303 jiwa perempuan (Pratama, 2018).

Selama menjadi pengungsi timbul sejumlah dampak yang harus dialami oleh para pengungsi. Para pengungsi haruss kehilangan tempat tinggal, kehilangan sumber mata pencaharian, tercipta ketergantungan dengan pihak lain untuk memenuhi kebutuhan hidupnya di pengungsian. Keterpurukan lain yang dihadapi menyangkut masalah psikososial, seperti kekhawatiran akan terjadi perang susulan, rasa kehilangan yang mendalam atas meninggalnya anggota keluarga, harta benda dan sumber mata pencaharian seringkali menimbulkan kesedihan berkepanjangan. Selain itu, dengan terpaksa harus tinggal di pengungsian dalam kondisi yang serba terbatas menambah rasa cemas para pengungsi. Kurang terpenuhinya kebutuhan hidup, tidak optimalnya pelaksanaan fungsi dan peran keluarga serta kemungkinan-kemungkinan hilangnya pengendalian diri, kekecewaan terhadap pelayanan yang diberikan oleh Pemerintah dapat berpotensi menjadi aksi sosial. Pengungsi pun kehilangan harga diri dan rasa percaya diri, sehingga terkesan pasrah, putus asa, tidak berdaya dalam menghadapi masa depan, cenderung menyalahkan orang lain/pihak lain yang dianggap menambah beban hidup mereka (Rusmiyati & Hikmawati, 2012).

Resiliensi dibutuhkan oleh para pengungsi agar pengungsi dapat bangkit lagi dari masalah yang dihadapi. Kemampuan resiliensi ini juga diharapkan dapat mengatasi depresi, kecemasan dan hal hal lain yang mengganggu. Individu dianggap sebagai seseorang yang memiliki resiliensi jika mereka mampu untuk secara cepat kembali pada kondisi sebelum trauma dan terlihat lebih kebal dari peristiwa- persitiwa kehidupan yang negatif ( Lestari, 2007 ). Dalam hal ini, resiliensi dianggap sebagai kekuatan dasar yang menjadi fondasi semua karakter positif dalam membangun kekuatan emosional dan psikologikal seseorang ( Desmita, 2014 ).

Reivich dan Shatte(2002), mengemukakan ada tujuh aspek yang menjadi komponen atau domain utama dari resiliensi. Ketujuh aspek tersebut meliputi :

1) Regulasi Emosi (Emotion Regulation)

Regulasi emosi adalah kemampuan untuk tetap tenang dibawah kondisi yang menekan.

2) Pengendalian Implus (Impulse Control)

Pengendalian implus adalah kemampuan individu untuk mengendalikan keinginan, dorongan, kesukaan serta tekanan yang muncul dari dalam diri

3) Optimisme (Optimism)

Individu yang resilien merupakan individu yang optimis (Reivich & Shatte, 2002). Optimisme yang dimiliki oleh seorang individu menandakan bahwa ia percaya bahwa dirinya mempunyai kemampuan untuk mengatasi kemalangan yang mungkin terjadi di masa depan.

4) Analisis Kasual (Casual Analysis)

Faktor keempat ini merujuk pada kemampuan individu untuk mengidentifikasi secara akurat penyebab dari permasalahan yang sedang dihadapi.

5) Empati (Empathy)

Empati sangat erat kaitannya dengan kemampuan individu untuk membaca tanda-tanda komdisi emosional psikologis orang lain (Reivich & Shatte, 2002).

6) Efikasi Diri (Self Efficacy)

Efikasi diri merepresentasikan sebuah keyakinan bahwa individu mampu memecahkan masalah yang dialami dan mencapai kesuksesan.

7) Kemampuan meraih apa yang dinginkan (Reaching Out)

Resiliensi lebih sekedar dari bagaimana seorang individu memiliki kemampuamn untuk mengatasi kemalangan dan bangkit dari keterpurukan, namun juga merupakan kemampuan individu untuk meraih aspek positif dari kehidupan setelah kemalangan yang menimpa.

Grotberg (1999), menyebut komponen resiliensi dengan istilah sumber. Menurutnya, terdapat tiga sumber resiliensi individu (three sources of resilience), yaitu : I have, I am dan I can. Ketiganya saling berinteraksi dan menentukan bagaimana resiliensi individu kemudian.

1. *I have*

*I have* adalah sumber resiliensi yang berhubungan dengan besarnya dukungan sosial yang diperoleh dari sekitar, sebagaimana dipersepsikan atau dimaknai oelh individu.

2. *I am*

*I am* adalah sumber resiliensi yang berkaitan dengan kekuatan pribadi dalam diri individu. Sumver ini mencakup perasaan, sikap dan keyakinan pribadi.

3. *I can*

*I can* adalah sumber resiliensi yang berkaitan dengan usaha yang dilakukan oleh seseorang dalam memecahkan masalah menuju keberhasilan dengan kekuatan diri sendiri*.*

Grotberg (1999) lebih lanjut menjelaskan bahwa ketiga komponen *I have (external supports), I am (inner strengths), dan I can* (interpersonal dan problem solving skills) akan mempengaruhi perilaku individu menjadi relatif stabil, dengan respon-respon yang bermakna terhadap berbagai macam situasi dan kondisi yang dihadapi.

Selain Reivich dan Shatte(2002), Everall (2006) mengemukakan ada tiga faktor yang memengaruhi resiliensi, yaitu:

a. Faktor individual, meliputi kemampuan kognitif individu, konsep diri, harga diri, dan kompetensi sosial yang dimiliki individu..

b. Faktor keluarga, meliputi dukungan yang bersumber dari orangtua, yaitu bagaimana cara orangtua.

c. Faktor komunitas, meliputi dukungan dari komunitas selain orangtua, hobi, dan aktivitas keagamaan yang bertujuan melepaskan stress, terutama jika seseorang mengalami tekanan dari keluarga, sehingga komunitaslah yang akan memberikan kekuatan pada individu tersebut.

Korban konflik mengakibatkan persoalan fisik, seperti gangguan pemenuhan kebutuhan makan, minum, tempat tinggal, kesehatan, dan pendidikan. Hal ini berawal dari tidak tersedia atau terbatasnya fasilitas umum, sosial dan sanitasi lingkungan yang buruk sehingga menimbulkan ketidaknyamanan bahkan dapat menjadi sumber penyakit. Kehilangan harta benda menyebabkan korban menjadi jatuh miskin, apalagi hilangnya sumber matapencaharian. Kehilangan orang yang dicintai, rumah, harta benda, sawah, ternak dapat menyebabkan guncangan jiwa dan trauma berat (Rusmiyati & Hikmawati, 2012).).

Selama menjadi pengungsi timbul sejumlah dampak yang harus dialami oleh para pengungsi. Para pengungsi haruss kehilangan tempat tinggal, kehilangan sumber mata pencaharian, tercipta ketergantungan dengan pihak lain untuk memenuhi kebutuhan hidupnya di pengungsian. Keterpurukan lain yang dihadapi menyangkut masalah psikososial,

seperti kekhawatiran akan terjadi perang susulan, rasa kehilangan yang mendalam atas meninggalnya anggota keluarga, harta benda dan sumber mata pencaharian seringkali menimbulkan kesedihan berkepanjangan. Selain itu, dengan terpaksa harus tinggal di pengungsian dalam kondisi yang serba terbatas menambah rasa cemas para pengungsi. Kurang terpenuhinya kebutuhan hidup, tidak optimalnya pelaksanaan fungsi dan peran keluarga serta kemungkinan-kemungkinan hilangnya pengendalian diri, kekecewaan terhadap pelayanan yang diberikan oleh Pemerintah dapat berpotensi menjadi aksi sosial. Pengungsi pun kehilangan harga diri dan rasa percaya diri, sehingga terkesan pasrah, putus asa, tidak berdaya dalam menghadapi masa depan, cenderung menyalahkan orang lain/pihak lain yang dianggap menambah beban hidup mereka (Rusmiyati & Hikmawati, 2012).

**METODE**

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan model yang digunakan dalam penelitian ini adalah studi kasus. Menurut Creswell (2010), penelitian kualitatif merupakan metode-metode untuk mengeksplorasikan dan memahami makna yang oleh sejumlah individu atau sekelompok orang dianggap berasal dari masalah sosial atau kemanusiaan. Isaac dan Michael (dalam Aswar, 2017) menyatakan studi kasus merupakan penyelidikan mendalam mengenai suatu satuan sosial sedemikian rupa sehingga menghasilkan gambaran yang terorganisasi dengan baik dan lengkap mengenai unit sosial tersebut.

Dalam penelitian ini peneliti melakukan wawancara dengan menggunakan metode wawancara semi terstruktur sehingga proses wawancara akan lebih terarah dengan baik. Wawancara semi terstruktur adalah sebuah pertemuan di mana pewawancara tidak secara ketat mengikuti daftar pertanyaan yang diformalkan. Selama proses wawancara lebih mengajukan pertanyaan lebih terbuka, memungkinkan untuk berdiskusi dibandingkan format pertanyaan dan jawaban langsung. Selama penelitian juga, peneliti melakukan dua tahapan wawancara yaitu wawancara awal dan wawancara mendalam. Peneliti juga melakukan wawancara dengan orang selain partisipan yang mengenal partisipan dengan baik guna mendapatkan data tambahan untuk melengkapi data penelitian. Untuk ketepatan wawancara peneliti juga menggunakan alat perekam seperti kamera untuk merekam hasil wawancara yang dilakukan.

Dan dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode observasi non partisipatif. Observasi non partisipatif adalah observasi yang di mana peneliti tidak ikut dalam kehidupan orang yang diobservasi dan secara terpisah berkedudukan sebagai pengamat. Peneliti memilih menggunakan observasi non partisipatif karena hasil dari observasi akan digunakan peneliti sebagai data pelengkap untuk penelitian ini.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil penelitian dengan menggunakan wawancara dan observasi yang melibatkan 2 orang partisipan utama untuk menjawab pertanyaan penelitian proses resiliensi mantan pengunngsi pasca perang tahun 1999 di Kabupaten Malaka. Penelitian ini menemukan proses strategi coping yang baik dalam membangun resiliensi pengungsi pasca perang. Proses resiliensi partisipan ditinjau dari beberapa hal mulai dari kondisi saat konflik, dampak dari konflik , proses untuk resilien , memaknai hidup sebagai pengungsi hingga kehidupan partisipan saat ini. Menurut Reivich & Shatte ( 2002) resiliensi dapat terbentuk dari adanya kemampuan seseorang dalam mengelolah emosi, mengontrol implus, optimis, menganalisis sebab masalah, berempati, menyadari kemampuan yang dimiliki untuk meraih apa yang diinginkan. Dampak yang dialami setelah konflik juga menimbulkan berbagai masalah, situasi dan kondisi sulit. Kedua partisipan mengembangkan strategi coping positif yang mereka miliki untuk membentuk rasa optimis dalam diri mereka. Kedua partisipan meyakinkan diri bahwa mereka sanggup bisa melewati kondisi dan situasi sulit. Kedua partisipan yakin dan percaya akan memiliki hidup yang lebih baik dari saat menjadi pengungsi. Dalam kehidupan menjadi pengungsi kedua partisipan memaknai hidup sebagai pengungsi. Para partisipan tidak menyalahkan orang lain maupun diri sendiri karena menjadi pengungsi dan tidak menyesal pernah menjadi pengungsi. Dalam menghadapi kondisi dan situasi sulit saat menjadi pengungsi kedua partisipan mengembangkan resiliensi yang mereka punya. kedua partisipan megendalikan emosi yang muncul dengan cara berdiam diri, tidur, dan juga bekerja di kebun. Kedua partisipan menangangi semua dampak dari konflik dengan mengontrol keinginan yang muncul agar tidak menyebabkan perubahan emosi yang cepat. Kedua partisipan mencoba untuk memulai kehidupan baru lagi setelah melewati semua kejadian, situasi dan kondisi sulit yang dialami. Kedua partisipan dalam menghadapi situasi sulit saat menjadi pengungsi mereka yakin memiliki kemampuan untuk menyelasikan semua masalah yang dihadapi. Kedua partisipan memiliki kesabaran, kesiapan diri dalam menghadapi situasi sulit sehingga kedua partisipan siap dan yakin dapat menyelesaikan situasi sulit yang dihadapi. Partisipan pertama dan kedua pun mampu menganalisis penyebab masalah yang ada. Mereka menyadari resiko dari keputusan yang mereka lakukan, yaitu memilih untuk jadi pengungsi, yang berakibat harus meninggalkan kampung halaman dan menjadi pengungsi di tempat baru. Resiliennya kedua partisipan juga dipengaruhi beberapa faktor seperti dukungan dari orang-orang sekitar.

**KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan kedua partisipan memiliki proses resiliensi yang baik yang dipengaruhi oleh faktor strategi coping yang baik. Proses resiliensi partisipan ditinjau dari beberapa hal mulai dari kondisi saat konflik, dampak dari konflik , proses untuk resilien , memaknai hidup sebagai pengungsi hingga kehidupan partisipan saat ini. Kedua partisipan memiliki kepercayaan akan memiliki hidup yang jauh lebih baik. Kedua partisipan juga selalu berdoa dan bersyukur atas kehidupan mereka baik maupun buruk. Kondisi saat konflik partisipan menimbulkan beberapa dampak buruk akan tetapi partisipan memiliki strategi coping yang baik sehingga partisipan mampu melewati menangani bahkan memaknai semua yang terjadi.

**DAFTAR PUSTAKA**

Djara (2016).”Peran Pastoral Gereja Masehi Injili Di Timor (GMIT) Getsemani Asam Tigam Terhadap Pengungsi Timor Leste Yang Mengalami Trauma Pasca Referendum 1999”. (Skripsi). Fakultas Teologi. Universitas Kristen Satya Wacana. Salatiga. Diakses dari :https://repository.uksw.edu/bitstream/123456789/10496/2/t1\_712011038\_Full%20text.pdf

Dala ( 2019). Resiliensi Pada Istri Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT).

(skripsi). Fakultas Psikologi. Universitas Mercubuana Yogyakarta

Firman (2016) Mengingat Referendum, Jalan Panjang Kemerdekaan Timor Leste. Diakses dari : <https://tirto.id/menginat-referendum-jalan-panjang-kemerdekaan-timor-leste-bFy>

Faham & Kartaatmaja (2014). Konflik Suriah: Akar Masalah Dan Dampaknya. Jurnal Politik.Vol 5 no 1. Diakses dari :<https://journal.dpr.go.id/index.php/politica/article/view/332/266>

Hazim (2015). Damapak sosial dan psikososial bagi pengungsi pasca konflik antara Sunnu-Syiah di Sampang Madura. Jurnal Psikologi. Vol 3 no 1. Diakses dari : <https://ojs.umsida.ac.id/index.php/psikologia/article/download/107/140>

Mesak (2003).” Kebijakan Pemukiman Kembali Pengungsi Di Perbatasan Indonesia- Timor Leste”(Tesis). Program Pascasarjana Magister Perencanaan Pembangunan

Wilayah Dan Kota.Universitas Dipenogoro. Semarang. Diakses dari :<http://eprints.undip.ac.id/11357/1/2003MPPWK204.pdf>

Maula (2010) Kisah Buram Timor Leste. Diakses dari :https://maulanusantara.wordpress.com/2010/10/07/kisah-buram-timor-leste-1999/comment-page-1

Paisea (2013). Resiliensi Pada Remaja Hamil Di Luar Nikah. (Skripsi). Fakultas Psikologi. Universitas Mercubuana Yogyakarta