



DUKUNGAN PSIKOSOSIAL UNTUK PENGUNGSI DI SHELTER KALIDERES JAKARTA BARAT

Wiwik Sulistyaningsih¹, Dewi Trihandayani², Faturrohman³, Ahmad
Syahnuridin Hafizh⁴

¹²³⁴Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka
²dewi_trihandayani@uhamka.ac.id

ABSTRACT

Status as refugees due to social disaster situations, namely conflict and war, means that survivors are forced to live an abnormal life. Some of them showing psychological issues such as sleep disturbances, reduced concentration and focus, loss of self-confidence and self-esteem, loss of interest in activities, psychosomatic complaints, and even depressive disorders. Meanwhile, from a social perspective, refugees experience physical changes, changes in norms and values, changes in culture and social roles, as well as changes in social structures and networks. All of this will have an impact on reducing the psychosocial welfare of refugees. To alleviate complaints of psychosocial problems, psychosocial support can be provided to refugees. The beneficiaries in this activity were around 120 refugees consisting of around 80 adults, 25 children and 15 teenagers. The majority of them come from Afghanistan, and others come from Asian and African countries which are currently in turmoil. The implementation of psychosocial support for refugees at the Kalideres shelter is provided in five forms of activities, namely health checks, providing food, child psychosocial, gardening and recreational sports. After being given this psychosocial support, the refugee residents showed a feeling of greater relief, felt happy because they could enjoy fun activities, and were grateful to have been given assistance to fulfill their physical and recreational needs. However, longer community assistance are needed, involving greater resources, as well as stronger self-involvement of the refugees themselves so that they are more empowered and more resilient to face the many challenges and difficulties. life.

Keyword : psychosocial support, refugee, resilience

ABSTRAK

Status sebagai pengungsi akibat situasi bencana sosial yakni konflik dan peperangan membuat penyintas terpaksa harus menjalani kehidupan yang tidak normal. Tidak sedikit penyintas yang mengalami gangguan pada aspek psikologis, seperti seperti mengalami gangguan tidur, berkurangnya konsentrasi dan fokus, hilangnya kepercayaan diri dan harga diri, kehilangan minat untuk beraktivitas, keluhan psikosomatik, hingga gangguan depresi. Sementara dari segi sosial, pengungsi yang berpindah ke negara lain akan mengalami perubahan fisik, perubahan norma dan nilai, perubahan budaya dan peran sosial, serta perubahan struktur dan jaringan sosial. Hal itu semua akan berpengaruh pada menurunnya kesejahteraan psikososial pengungsi. Untuk meringankan keluhan problem psikososial tersebut maka dapat diberikan dukungan psikososial kepada pengungsi. Penerima manfaat pada kegiatan ini adalah 120 orang pengungsi yang terdiri dari sekitar 80 orang dewasa, 25 orang anak, dan 15 orang remaja. Mayoritas mereka berasal dari Afghanistan, kemudian lainnya berasal dari negara-negara Asia dan Afrika yang sedang bergolak tidak aman. Adapun pelaksanaan dukungan psikososial bagi *refugee* di shelter Kalideres diberikan dalam lima bentuk kegiatan yakni pemeriksaan kesehatan, pemberian makanan, psikososial anak, *gardening*, dan rekreasi olah raga. Setelah diberikan dukungan psikososial tersebut, warga pengungsi menunjukkan perasaan yang lebih lega, merasa gembira karena dapat menikmati aktivitas yang menyenangkan, serta bersyukur telah diberi bantuan untuk pemenuhan kebutuhan fisik dan rekreasi. Namun demikian agar dukungan psikososial yang diberikan dapat berefek lebih optimal maka diperlukan upaya pendampingan komunitas yang lebih lama, melibatkan sumber daya yang lebih besar, serta pelibatan diri yang lebih kuat dari diri pengungsi itu sendiri agar mereka lebih berdaya dan lebih resilien untuk menghadapi banyaknya tantangan dan kesulitan hidup.

Kata kunci: dukungan psikososial, pengungsi, resiliensi.

1. PENDAHULUAN

Bekerjasama untuk mewujudkan kesejahteraan bangsa merupakan cita-cita bersama pada negara-negara dengan perekonomian besar dunia yang tergabung dalam G20. Khususnya yang terkait dengan bidang pendidikan, Pemerintah Indonesia menetapkan ada empat isu prioritas yang didorong pada G20 yakni pendidikan universal yang berkualitas, teknologi digital dalam pendidikan, solidaritas dan kemitraan, serta dunia kerja pasca-Covid-19. Hal ini

dikemukakan oleh Menteri Pendidikan Indonesia Nadiem Anwar Makarim pada Februari 2022 di acara “*Kick Off G20 On Education and Culture*” (Romanti, 2022). Isu prioritas yang ketiga tersebut menegaskan komitmen Indonesia untuk solidaritas dan bekerja sama dalam membantu bila ada masalah di komunitas. Adapun salah satu masalah sosial yang timbul di komunitas saat ini adalah tentang pengungsi luar negeri yang berada di Indonesia selama bertahun-tahun, sebagai dampak dari situasi kurang stabil di negara-negara lain di kawasan Asia. Menurut Konvensi PBB tentang Pengungsi tahun 1951, yang dimaksud sebagai pengungsi (*refugee*) adalah orang yang memiliki rasa takut yang beralasan akan adanya penganiayaan yang berdasarkan atas ras, agama, kebangsaan, keanggotaan pada kelompok sosial tertentu atau pandangan politik, yang berada diluar negara asalnya, dan tidak dapat atau karena rasa takutnya, tidak bersedia menerima perlindungan dari negaranya.

Indonesia telah lama memiliki tradisi untuk menerima pengungsi dan orang-orang yang membutuhkan perlindungan internasional, meskipun Indonesia belum meratifikasi Konvensi 1951 mengenai Pengungsi (www.unhcr.org). Fenomena hadirnya para pengungsi luar negeri ke Indonesia pada mulanya berawal saat terjadi perang di Vietnam-Cambodia pada tahun 1970 an. Oleh Pemerintah saat itu mereka ditampung khusus di Pulau Galang Kepulauan Riau. Kemudian setelah itu sejak awal 2000 an, terjadi gelombang pengungsi masuk ke Indonesia yang berasal dari Asia Selatan, Asia Tengah, dan Afrika seperti dari Afghanistan, Iran, Irak, Sudan, Somalia, Sri Lanka, Bangladesh, dan Myanmar (Susetyo, 2022). Adapun jumlah pengungsi di Indonesia yang terdata oleh UNHCR pada tahun 2022 adalah 13.700 jiwa, dengan 7600 orang diantaranya berasal dari Afghanistan, dan selebihnya berasal dari negara-negara lain. Diantara para pengungsi tersebut sebagian diantaranya saat ini berada di Jakarta dan sekitarnya.

Kehadiran pengungsi di Indonesia menimbulkan reaksi yang beragam pada berbagai kalangan masyarakat. Di pertengahan tahun 2019 saat terjadi penumpukan pengungsi di wilayah Jakarta, sempat timbul reaksi penolakan oleh warga masyarakat karena khawatir adanya ancaman kesehatan dan keamanan akibat keberadaan pengungsi. Sementara saat pengungsi menerima bantuan dan jatah hidup bulanan dari lembaga internasional, warga setempat yang tergolong miskin bereaksi menolak dan iri (Wijaya, 2019). Adapun reaksi Bupati Bogor Ade Yasin juga kurang berpihak pada pengungsi. Dikatakan bahwa keberadaan pengungsi yang mencapai 1.690 orang di Kawasan Puncak dikhawatirkan akan menimbulkan masalah sosial dan keamanan, selain itu juga dianggap mengganggu pariwisata di tempat itu (<http://www.antara.com>, 2022). Namun demikian tidak semua pihak bersikap negatif dengan hadirnya pengungsi ini. Pada sebagian warga masyarakat di Kawasan Puncak yang telah hidup berdampingan dengan pengungsi selama bertahun-tahun, mereka justru merasa senang karena pengungsi itu banyak yang menyewa rumah atau kamar sebagai tempat tinggalnya. Mereka tidak merasa terganggu dan merasa beruntung karena mendapat penghasilan dari menyewakan rumah atau kamar yang dimiliki. Sikap positif terhadap keberadaan pengungsi juga ditunjukkan oleh warga masyarakat di Kabupaten Tangerang (Amalia, 2020).

Beragamnya respon dari berbagai pihak terhadap pengungsi sebagaimana diuraikan diatas dapat dipahami mengingat hingga saat ini sebenarnya belum ada kejelasan aturan hukum dan prosedur untuk menangani pengungsi luar negeri. Beberapa masalah yang dapat dipetakan sehubungan dengan penanganan pengungsi luar negeri di Indonesia meliputi: (1) status dan data pengungsi, (2) penempatan ke negara penerima pengungsi, (3) masalah sosial, (4) anggaran, dan (5) koordinasi antar instansi. Adapun yang termasuk dalam masalah sosial adalah kurang layaknnya tempat penampungan dan melampaui kapasitas, masalah kesehatan mental dan fisik yang dialami para pengungsi, akses pelayanan kesehatan dan pendidikan



yang terbatas, serta permasalahan antara pengungsi dengan masyarakat dan aparat setempat (Akbar & Dwijayanti, 2022).

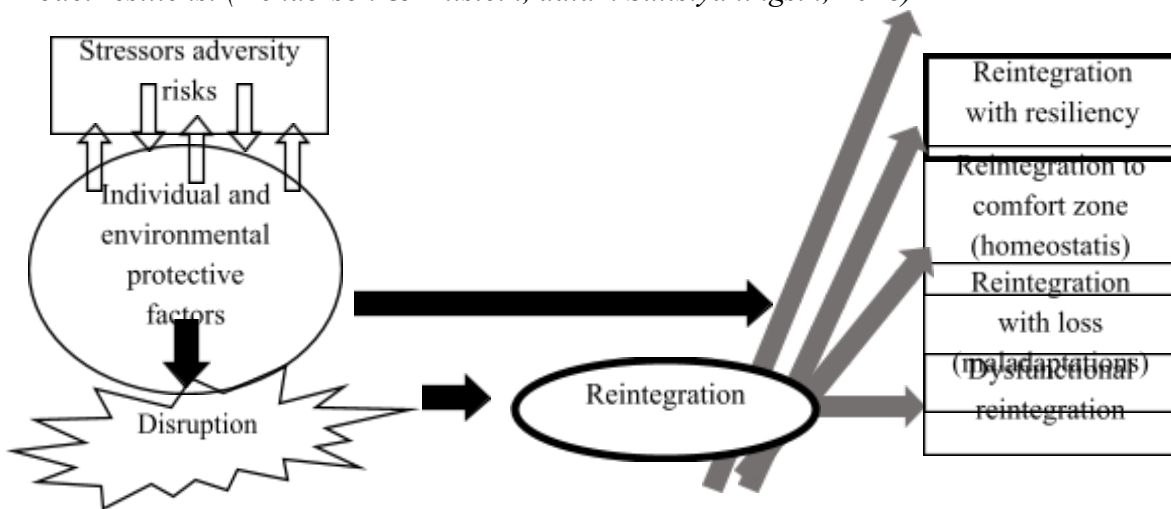
Status sebagai pengungsi akibat situasi bencana sosial yakni konflik dan peperangan membuat mereka terpaksa harus menjalani kehidupan yang tidak normal. Banyak keterbatasan dalam hal pemenuhan kebutuhan fisik, psikologis, sosial, dan spiritual, hingga ketidakpastian sampai kapan mereka harus tinggal di tempat pengungsian sebelum berhasil mencapai negara tujuan. Keterbatasan fisik terutama berkaitan dengan kondisi tempat tinggal sementara, baik yang dihadapi oleh pengungsi yang dibiayai oleh lembaga kemanusiaan internasional IOM (International Organisation for Migration) maupun pengungsi mandiri yang membiayai sendiri kehidupannya. Kondisi tempat pengungsian yang padat dan kurang layak huni, sarana MCK, sanitasi lingkungan, fasilitas sosial dan fasilitas umum, serta asupan gizi, menjadi masalah yang harus dihadapi dalam keseharian mereka. Sementara ketersediaan tenaga kesehatan dan obat-obatan bagi mereka yang membutuhkan juga sangat minim (Utomo & Marta, 2022). Keterbatasan ini dapat menyebabkan pengungsi menjadi kelompok rentan rawan terkena penyakit. Sementara bagi pengungsi anak-anak, keterbatasan fisik dan kurangnya asupan makanan yang bergizi dapat mengganggu tumbuh kembang mereka di kemudian hari.

Umumnya pengungsi datang di tempat pengungsian dalam kondisi ketakutan, kelaparan, dan kecapaian. Beberapa masalah yang lazim dialami oleh pengungsi adalah stres dan hilang minat akibat ketidakpastian serta terlalu lama berada di tempat pengungsian. Adapun gejala psikologis yang muncul diantaranya berupa gangguan tidur, berkurangnya konsentrasi dan fokus, hilangnya kepercayaan diri dan harga diri, kehilangan minat untuk beraktivitas, keluhan psikosomatik, hingga gangguan depresi. Dari segi sosial, pengungsi yang berpindah ke negara lain akan mengalami perubahan fisik, perubahan norma dan nilai, perubahan budaya dan peran sosial, serta perubahan struktur dan jaringan sosial (Kurniawan dan Savitri, 2017). Hal itu semua akan berpengaruh pada menurunnya kesejahteraan psikososial pengungsi. Aspek psikososial menggambarkan hubungan yang dinamis dan saling mempengaruhi antara aspek psikologis seseorang dengan aspek sosial di sekitarnya. Artinya kondisi psikologis seseorang sangat dipengaruhi oleh kondisi sosialnya karena individu selalu berada dalam konteks sosial, dan sebaliknya kondisi psikologis seseorang bisa mempengaruhi bagaimana ia berinteraksi dengan lingkungan sosialnya (Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia, 2020).

Saat menghadapi situasi hidup yang sulit dan kondisi yang penuh tekanan, ada individu yang mampu melewatinya dengan berhasil namun ada sebagian yang gagal sehingga kesehatan mentalnya terganggu. Mereka yang berhasil itu sering disebut sebagai orang yang tangguh atau resilien. Menurut Tugade dan Fredrickson (2004) resiliensi merupakan kemampuan untuk bangkit kembali dari pengalaman dan kondisi negatif dan kemudian secara fleksibel beradaptasi atas situasi atau pengalaman yang penuh tekanan tersebut. Sehubungan dengan apa yang pernah dialami oleh pengungsi di shelter Kalideres, selama ini dapat diamati bahwa kemampuan resiliensi tersebut akan bervariasi antara pengungsi satu dengan yang lainnya. Ada sebagian kecil dari mereka yang tetap optimis dengan masa depan namun sebagian besar diantara mereka menunjukkan gejala-gejala kurang motivasi, kehilangan minat untuk beraktivitas, dan merasa jenuh serta stres dengan kondisi yang dihadapi saat ini. Gambaran variasi reaksi manusia ketika menghadapi musibah atau kesulitan hidup dijelaskan dalam model resiliensi di gambar 1.

Gambar 1.

Model resiliensi (Henderson & Milstein, dalam Sulistyaningsih, 2018)



Setiap individu dan komunitas memiliki resiliensi yang bersumber dari kekuatan dan sumber daya yang dimiliki. Resiliensi yang baik akan memungkinkan individu untuk dapat menolong diri mereka dalam menghadapi situasi sulit. Salah satu upaya agar resiliensi yang dimiliki tersebut menjadi lebih baik adalah dengan pemberian dukungan psikososial (*psychosocial support*). Adapun manfaat dari pemberian dukungan psikososial adalah untuk memulihkan kesejahteraan psikologis dan sosial dari komunitas. Bila dikaitkan dengan kondisi pengungsi maka dukungan psikososial bisa berupa semua bentuk kegiatan yang berfokus untuk menguatkan resiliensi mereka. Kegiatan-kegiatan sosial ini dapat berupa pemberian informasi dan edukasi, kegiatan keagamaan, kegiatan rekreasional, dan advokasi yang bertujuan untuk memungkinkan pengungsi mengatasi kesulitan dan tekanan hidup yang dialami. Sementara kegiatan yang bersifat bantuan psikologis dapat berupa dukungan psikologis awal (*psychological first aid*), pemeriksaan awal mengenai orang-orang yang membutuhkan bantuan lebih lanjut, konseling, kelompok dukungan, dan kegiatan psikososial yang terstruktur bagi pengungsi (Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia, 2020).

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa peristiwa kekerasan yang pernah dialami sebelumnya di negara asal dan tekanan serta kondisi sulit yang dihadapi oleh pengungsi saat ini, akan berdampak pada penurunan tingkat kesejahteraan psikososial mereka. Melalui upaya pemberian dukungan psikososial diharapkan akan dapat memperbaiki kondisi psikologis dan sosial para pengungsi sehingga resiliensinya menjadi lebih baik. Oleh karena itu diperlukan adanya dukungan psikososial untuk para pengungsi luar negeri (*refugee*) khususnya yang ada di Jakarta.

2. METODE PELAKSANAAN PKM

Sebelum dibuat rancangan kegiatan dukungan psikososial untuk pengungsi, terlebih dahulu dilakukan asesmen di tempat pengungsian atau shelter di Kalideres, Daan Mogot, Jakarta Barat. Asesmen dilakukan selama tiga kali kunjungan pada bulan Mei 2023, dengan melakukan observasi dan wawancara terhadap beberapa warga pengungsi dan koordinatornya, serta pihak LSM yang pernah bertugas menjadi relawan di masa sebelumnya. Hasil asesmen mendapati bahwa ada sekitar 120 orang pengungsi yang tinggal di shelter Kalideres, yakni 25 orang kelompok usia anak, 15 orang remaja, dan 80 orang dewasa. Data ini hanya bersifat perkiraan mengingat pihak koordinator pengungsi tampak enggan ketika dimintai data lengkap tentang identitas semua pengungsi disitu.



Shelter pengungsi disini adalah berupa bangunan gedung milik Pemerintah Daerah setempat, yang semula digunakan sebagai markas Kodim namun sejak tahun 2017 dimanfaatkan untuk menampung para pengungsi dari luar negeri yang datang ke Jakarta hingga sekarang. Umumnya mereka sudah tinggal di shelter tersebut selama bertahun-tahun. Adapun masalah yang dihadapi pengungsi berkisar tentang keterbatasan kemampuan untuk memenuhi kebutuhan dasar, merasa jenuh dan stres karena tanpa aktivitas bermakna, ketidakpastian masa depan karena semakin sulit mendapatkan ijin menetap di negara ketiga, kesulitan mengakses layanan publik, hingga kendala pendidikan bagi anak. Berdasarkan asesmen yang telah dilakukan, kemudian koordinator pengungsi dan tim dukungan psikososial dari Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka menyepakati untuk pelaksanaan kegiatan dukungan psikososial selama dua kali di hari Sabtu yakni pada tanggal 17 dan 24 Juni 2023. Kegiatan tersebut berlangsung dari pk 08.00 pagi hingga pk 18.00 sore hari di shelter Kalideres.

Pelaksanaan psikososial diawali dengan kegiatan pemeriksaan kesehatan, psikososial anak, bercocok tanam (*gardening*), dan rekreasional olah raga. Pada kelompok anak, mereka antusias senang beraktivitas sejak pagi hingga sore hari. Namun pada kelompok dewasa, umumnya mereka tidak tahan dengan cuaca panas Jakarta, sehingga hanya mau beraktivitas di sore hari setelah matahari meredup. Setelah kegiatan selesai lalu dilakukan evaluasi dan selanjutnya monitoring dilakukan tiga bulan sesudahnya. Pemantauan jangka panjang tersebut akan dilakukan dengan melakukan kunjungan dan wawancara kepada komunitas pengungsi. Berikut dalam gambar 2 dijelaskan bagan mengenai pelaksanaan dukungan psikososial bagi pengungsi luar negeri yang berada di shelter Kalideres Jakarta Barat.

Gambar 2.

Pelaksanaan kegiatan dukungan psikososial untuk refugee di shelter Kalideres



3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebagaimana dijelaskan dalam gambar 2 tentang dukungan psikososial yang diberikan untuk pengungsi di shelter Kalideres, maka berikut akan diuraikan penjelasannya. Adapun kelima bentuk kegiatan psikososial tersebut adalah pemeriksaan kesehatan, pemberian makanan, psikososial anak, *gardening*, dan rekreasional olah raga. Kesemuanya bertujuan untuk merespon berbagai masalah yang dihadapi oleh para pengungsi yakni terbatasnya pemenuhan kebutuhan fisik, psikologis, dan sosial.

Pemeriksaan kesehatan

Kegiatan pemeriksaan kesehatan secara gratis disediakan untuk warga pengungsi di shelter Kalideres. Pada waktu ini dilakukan, hampir semua warga pengungsi menyambutnya dengan penuh antusias, mereka bersedia untuk mengantri secara tertib guna mendapatkan

pemeriksaan kesehatan. Namun demikian berhubung keterbatasan waktu layanan maka hanya sebanyak 30 orang yang bisa terlayani oleh satu petugas pemeriksa kesehatan, sementara banyak yang lain tidak terlayani. Adapun keluhan fisik yang dilaporkan oleh para pengungsi kepada petugas cukup beragam. Ada tiga orang laki-laki usia dewasa yang mengalami luka serius akibat kecelakaan, seorang ibu yang cedera otot akibat kecelakaan di shelter, pasien dengan problem kesehatan gigi, problem pencernaan kronis selama empat tahun terakhir, hipertensi, gangguan tidur, kecemasan, dan keluhan-keluhan psikosomatis lainnya. Sambil antri menunggu, kepada mereka diberikan *goodie bag* yang berisi bingkisan makanan dan peralatan kebersihan.

Gambar 3.

Pemeriksaan kesehatan untuk refugee



Pemberian makanan

Selama kegiatan dilakukan, tim dukungan psikososial menyediakan makan siang, buah-buahan, serta kudapan kue di pagi dan sore hari. Bagi pengungsi anak-anak juga disediakan kue-kue dan makanan kecil serta susu kotak sebagai makanan tambahan. Pemberian makanan ini disambut dengan gembira, mengingat banyak pengungsi yang dalam kesehariannya hanya bisa makan seadanya sebanyak satu kali sehari.

Psikososial anak

Kegiatan psikososial terstruktur untuk anak meliputi: beradaptasi di lingkungan yang baru (menggunakan alat bantu peta dunia), *story telling* sebagai media edukasi tentang bersosialisasi pada anak, berekspresi melalui gambar dan tulisan, serta rekreasi permainan anak. Melalui kegiatan ini, pengungsi anak mengekspresikan problem yang mereka hadapi seperti masalah asupan makanan yang terbatas, terbatasnya fasilitas untuk belajar dan bermain, serta keluhan-keluhan lain terkait dengan masalah kesehatan dan ketidakjelasan hingga kapan mereka memperoleh tempat tinggal yang aman dan nyaman di negara ketiga. Ada seorang pengungsi anak yang mengekspresikan beban atau tekanan yang dirasakan, dalam bentuk menggambar orang yang bunuh diri dengan cara gantung diri, lalu menuliskan cerita tentang hal tersebut. Sementara sebagian besar anak-anak lainnya yang sebelum ikut berkegiatan nampak murung kurang bersemangat, setelah selesai mengikuti dukungan psikososial anak nampak ceria dan bersemangat.

Gambar 4. Story telling untuk *refugee* anak



Gardening

Kegiatan *gardening* atau menanam tanaman buah dan bunga didalam pot, dipimpin oleh seorang dosen tim psikososial yang dibantu oleh mahasiswa, diikuti oleh beberapa orang pengungsi yang senang dengan aktivitas tersebut. Adapun aspek psikologis yang terkandung dalam kegiatan ini adalah untuk menumbuhkan rasa optimis dan harapan terhadap masa depan, mengisi waktu dan mengurangi kejenuhan selama berada di shelter, selain mendapat manfaat saat buah-buahan bisa dipetik nanti.

Rekreasional olah raga

Seorang mahasiswa dari tim psikososial yang berprofesi sebagai pelatih olah raga, memimpin kegiatan rekreasional olah raga yang dilakukan. Hanya pengungsi laki-laki yang mengikutinya, sementara yang perempuan dewasa lebih memilih tetap berada didalam hunian. Adapun olah raga yang banyak diminati adalah bermain bola volley, futsal, bulu tangkis, dan sebagian kecil yang menyukai angkat beban atau olah raga dengan menggunakan alat. Setelah selesai berolah raga, lalu diberikan bingkisan kecil sebagai hadiah untuk para warga yang mau terlibat dalam aktivitas bersama tersebut. Mereka nampak bisa bergembira bersama, refreshing sejenak untuk melupakan kondisi tidak nyaman yang dihadapi selama bertahun-tahun hidup sebagai pengungsi.

Gambar 5.

Warga shelter Kalideres berolah raga bola volley



Diskusi

Para pengungsi yang berada di shelter Kalideres Jakarta, umumnya sudah tinggal disitu selama bertahun-tahun. Ada yang sebelumnya tinggal di Kabupaten Bogor selama dua tahun, lalu berhubung bekal menipis kemudian masuk ke shelter tersebut selama empat tahun terakhir. Beberapa orang pengungsi yang berusia diatas 50 tahunan menyampaikan bahwa mereka sudah lebih dari sembilan tahun transit di Indonesia, namun belum ada kabar kejelasan kapan mereka bisa menuju ke negara ketiga. Hanya sebagian kecil diantara mereka

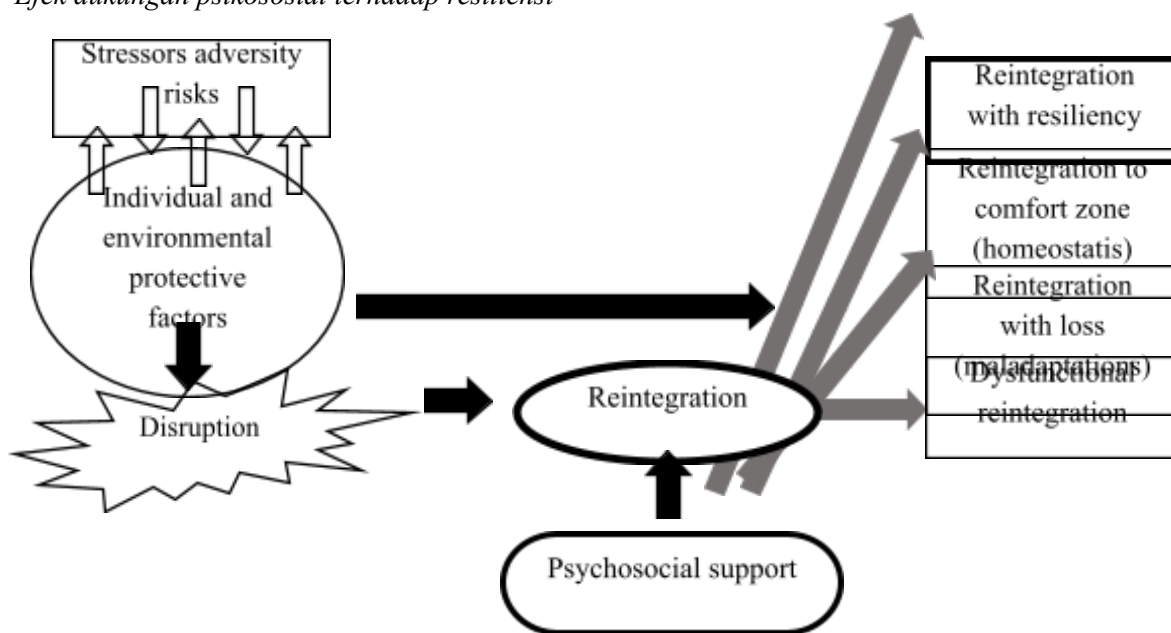
yang telah memiliki kartu UNHCR, sebagai tanda mereka telah terdaftar resmi sebagai pengungsi internasional. Beruntung bagi pengungsi yang terdata oleh UNHCR karena setiap bulannya mendapat jatah bantuan yang cukup memadai untuk bertahan hidup di Indonesia. Selain itu pengungsi UNHCR juga lebih memiliki kepastian untuk bisa diproses andai ada peluang atau kesempatan menuju ke negara ketiga sebagai tujuan. Namun demikian ternyata ada lebih banyak pengungsi yang belum memiliki kartu UNHCR sehingga kondisi mereka lebih sulit untuk sekedar memenuhi kebutuhan dasar seperti asupan makanan sehari-hari. Hal ini sejalan dengan masalah pertama yang dipetakan dalam penanganan pengungsi luar negeri di Indonesia yakni mengenai status dan data pengungsi (Akbar & Dwijayanti, 2022).

Masalah utama yang dihadapi pengungsi adalah kurang layak nya pemenuhan kebutuhan dasar, ketidakpastian memperoleh penempatan di negara ketiga, dan sulitnya bisa mengakses layanan umum seperti kesehatan dan pendidikan. Hal ini terjadi mengingat lamanya mereka transit di Indonesia sehingga kehabisan bekal, sementara belum didapat status sebagai pengungsi UNHCR dan adanya larangan pengungsi untuk bekerja. Ketidakpastian bisa memperoleh izin tinggal di negara ketiga sangat dipengaruhi oleh kebijakan dari setiap negara tujuan yang dapat berubah dari waktu ke waktu. Sebagai contoh, mulai tahun 2017 Pemerintah Australia menerapkan kebijakan untuk tidak menerima imigran, padahal pada masa-masa sebelumnya Negara Australia bersikap membuka diri sehingga relatif lebih mudah pada saat itu bagi pengungsi untuk mendapatkan izin tinggal di negara tersebut. Selanjutnya kesulitan untuk mengakses layanan publik terutama disebabkan oleh aturan birokrasi atau administratif yang terkendala akibat belum jelasnya status legal dari pengungsi.

Kondisi sulit yang dihadapi oleh para pengungsi diatas coba untuk diringankan dengan pemberian dukungan psikososial. Upaya ini bertujuan untuk menguatkan resiliensi melalui pemberian layanan pemeriksaan kesehatan, pemberian makanan, psikososial untuk anak, *gardening* atau menanam bunga dan pohon buah-buahan dalam pot, serta rekreasi olah raga bola volley dan badminton. Melalui berbagai kegiatan psikososial tersebut diharapkan akan meningkatkan resiliensi. Artinya akan dapat menambah semangat dan kemampuan para pengungsi dalam menjalani masa-masa sulitnya selama transit di Indonesia. pada gambar 6 dijelaskan tentang dukungan psikososial yang berefek pada resiliensi pengungsi.

Meskipun dari kelima bentuk kegiatan dukungan psikososial berefek positif kepada para pengungsi, namun manfaat dan tujuan yang ingin dicapai melalui pemberian dukungan psikososial belum sepenuhnya secara maksimal dapat diperoleh pada pelaksanaan kegiatan kali ini. Beberapa kendala diantaranya adalah rentang waktu pemberian dukungan psikososial yang singkat, partisipasi pengungsi kelompok dewasa yang kurang optimal, sarana dan prasarana yang seadanya, dana yang terbatas, serta cuaca yang cukup panas sehingga menghambat keleluasaan beraktivitas bagi pengungsi. Apabila dukungan psikososial diberikan dalam jangka waktu yang lebih panjang, misalnya selama beberapa bulan, mungkin akan membuat keterlibatan dari warga pengungsi secara lebih aktif dan intens. Selain itu kendala cuaca yang panas dan keterbatasan sarana prasarana membuat beberapa program kegiatan yang semula direncanakan menjadi tidak berjalan, seperti misalnya pemutaran film untuk edukasi. Pada kelompok pengungsi anak, mereka memperoleh kesempatan untuk bermain dan mengekspresikan perasaannya. Sementara pada kelompok pengungsi dewasa, mereka senang bisa memperoleh kesempatan untuk pemeriksaan kesehatan secara gratis, menikmati aktivitas *gardening*, dan rekreasi berolahraga. Semuanya ini diapresiasi secara positif oleh pengungsi karena dinilai bermanfaat, mengurangi kejenuhan dan stres, serta menambah semangat mereka untuk terus melanjutkan hidup meski situasinya tidak mudah.

Gambar 6.
Efek dukungan psikososial terhadap resiliensi



4. KESIMPULAN

Kondisi kehidupan pengungsi luar negeri yang transit di Jakarta selama bertahun-tahun menunjukkan adanya keterbatasan dalam pemenuhan kebutuhan fisik, psikologis, dan sosial. Hal ini berdampak negatif terhadap kesejahteraan psikologis mereka, terutama bagi kelompok anak yang berisiko terganggu tumbuh kembangnya. Pemberian dukungan psikososial dapat mengurangi problem psikososial yang muncul sehingga diharapkan akan memperbaiki resiliensi pengungsi, yang pada akhirnya membantu mereka untuk dapat beradaptasi dengan situasi sulit. Untuk hasil yang optimal dari dukungan psikososial yang diberikan, perlu diperhatikan jangka waktu pelaksanaan yang lebih lama, dukungan dan fasilitasi dari berbagai pihak terkait, serta pelibatan diri yang kuat dari warga pengungsi yang didampingi. Selain itu faktor nilai-nilai sosial budaya dari warga yang dibantu hendaknya dapat dikenali dan dimanfaatkan untuk membantu kelancaran kegiatan yang lebih memberdayakan pengungsi.

Ucapan Terima Kasih (*Acknowledgment*)

Terima kasih disampaikan kepada Lembaga Pengabdian kepada Masyarakat Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka, yang telah memfasilitasi dan mendukung pendanaan kegiatan dukungan psikososial untuk *refugee* di shelter Kalideres Jakarta Barat. Selain itu ucapan terima kasih juga disampaikan kepada tim pimpinan Fakultas Psikologi Uhamka dan teman-teman civitas academica yang telah mendukung kegiatan ini.

REFERENSI

- Akbar, T., & Dwijayanti, R. (2022). *Upaya penanganan pengungsi luar negeri di Indonesia*. <https://setkab.go.id/upaya-penanganan-pengungsi-luar-negeri-di-indonesia/>
- Amalia, A.Nurul. (2020). Persepsi masyarakat setempat tentang keberadaan pengungsi internasional di wilayah Kelurahan Medang Kecamatan Pagedangan Kabupaten Tangerang. *Skripsi*. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- <http://www.antara.com>. (2022). *Bupati Bogor kewalahan hadapi 1.690 imigran di Puncak*. Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak Republik Indonesia. (2020). *Buku panduan dukungan psikososial bagi anak korban bencana alam*.

- Kurniawan, Yudi dan Savitri, Anna Dian. (2017). Terapi kelompok untuk menurunkan gejala depresi pada imigran pengungsi. *Dinamika Sosial Budaya*, Vol.19 (2)
- Romanti, N. (2022). *4 Isu utama bidang Pendidikan dalam Presidensi G20*. <https://itjen.kemdikbud.go.id/web/4-isu-utama-bidang-pendidikan-dalam-presidensi-g20/>
- Sulistyaningsih, W., & Widiyanta, A. (2018). Erupsi Tiada Henti Gunung Sinabung: Gambaran Ketangguhan dan Kesadaran Bencana Pada Penyintas. *Jurnal Dialog Penanggulangan Bencana*, 2087, 116.
- Susetyo, H. (2022). *Urgensi penanganan pengungsi dan pencari suaka di Indonesia*. <https://law.ui.ac.id/urgensi-penanganan-pengungsi-dan-pencari-suaka-di-indonesia-oleh-heru-susetyo-s-h-l-l-m-m-si-ph-d/>
- Tugade, M.M dan Fredrickson, B.L. (2004). Resilient individuals use positive emotions to bounce back from negative emotional experiences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 86 (2), 320-333.
- UNHCR. (2020). *Pengungsi di Indonesia*. <http://www.unhcr.org>.
- Utomo, D. D., & Marta, F. Y. D. (2022). Dampak bencana alam terhadap perekonomian masyarakat di kabupaten tanah datar. *Jurnal Terapan Pemerintahan Minangkabau*, 2(1), 92-97.
- Wijaya, C. (2019). Pengungsi asing di Jakarta dilarang bekerja dan ditolak warga sekitar. <http://www.bbc.com/>