BAB VI MANUSIA DAN PENDERITAAN

Oleh : Sarwido, SE, MM







Pengertian Penderitaan

Penderitaan berasal dari kata derita. Kata derita berasal dari bahasa sansekerta *dhra*. Derita artinya menanggung atau merasakan sesuatu yang tidak menyenangkan. Penderitaan itu dapat lahir atau batin atau lahir batin.





Siksaan

Siksaan dapat diartikan sebagai siksaan badan atau jasmani dan dapat juga berupa siksaan jiwa atau rohani. Akibat siksaan yang dialami seseorang, timbullah penderitaan.

Siksaan yang sifatnya psikis misalnya:

a.Kebimbangan

b.Kesepian

c.Ketakutan



- a. Kebimbangan: dialami seseorang bila ia pada suatu saat tidak dapat menentukan pilihan
- b. Kesepian: dialami seseorang yang merasa kesepian walaupun berada di keramaian.
- c. Ketakutan: rasa ingin menghindar dari sesuatu yang menyebabkan ketakutannya.
 - Sebab Seseorang Merasa Ketakutan:
 - -Claustrophobia: takut terhadap ruangan tertutup
 - -Agorophobia: takut terhadap ruangan terbuka
 - -Gamang: takut berada di tempat ketinggian
 - -Kegelapan : takut bila berada di tempat gelap
 - -Kesakitan: takut yang disebabkan rasa sakit
 - -Kegagalan: takut akan mengalami kegagalan.



Kekalutan Mental

Kekalutan mental adalah gangguan kejiwaan akibat ketidakmampuan seseorang menghadapi persoalan yang harus diatasi sehingga yang bersangkutan bertingkah kurang wajar .Gejala-gejala permulaan seseorang mengalami kekalutan mental :

- -Nampak pada jasmani : pusing, sesak napas, demam, nyeri pada lambung
- -Nampak pada kejiwaan : cemas, takut, patah hati, apatis, cemburu, mudah marah

- Tahapan-tahapan gangguan kejiwaan :
 - -Gangguan kejiwaan nampak dalam gejala kehidupan baik jasmani maupun rohani
 - Usaha mempertahankan diri dengan cara negatif;
 - Kekalutan merupakan titik patah (mental breakdown).
- Sebab-sebab timbulnya kekalutan mental:
 - Kepribadian yang lemah akibat kondisi jasmani / mental yang kurang sempurna
 - -Terjadinya konflik sosial budaya akibat norma, tidak dapat menyesuaikan diri
 - -Cara pematangan batin yang salah dengan memberikan reaksi yang berlebihan terhadap kehidupan sosial.
- Kekalutan mental yang dialami seseorang mendorongnya ke arah :
 - -Positif: trauma (luka jiwa), survive dalam hidup;
 - Negatif: trauma diperlarutkan atau diperturutkan akhirnya frustasi.

- Bentuk-bentuk frustasi
 - -Agresi : kemarahan yang meluap-luap akibat emosi tidak terkendali
 - -Regresi: kembali pada pola reaksi primitif atau kekanak-kanakan
 - -Fiksasi: pembatasan pada satu pola yang sama;
 - -Proyeksi: memproyeksikan kelemahan dan sikapsikap sendiri yang negatif pada orang lain;
 - -Identifikasi: menyamakan diri dengan seseorang yang sukses
 - -Narsisme: merasa dirinya lebih superior daripada orang lain
 - -Autisme: menutup diri secara total dari dunia ri puas dengan fantasinya sendiri.



Penderitaan vs Perjuangan

Penderitaan sebagai kodrat manusia, artinya sudah menjadi konsekuensi manusia hidup bahwa manusia hidup ditakdirkan bukan hanya untuk bahagia melainkan juga menderita. Karena itu manusia hidup tidak boleh pesimis yang menganggap hidup sebagai rangkaian penderitaan. Manusia harus optimis, ia harus berusaha mengatasi kesulitan hidup.

Penderitaan, Media Masa Dan Seniman

Dalam dunia modern sekarang ini kemungkinan terjadi penderitaan itu lebih besar. Hal ini telah dibuktikan oleh kemajuan teknologi dansebagainya mensejahterakan manusia dan sebagian lainnya membuat manusia menderita.

Media masa merupakan alat yang paling tepat untuk mengkomunikasikan peristiwa-peristiwa penderitaan manusia secara cepat kepada masyarakat. Tetapi tak kalah pentingnya komunikasi yang dilakukan para seniman melalui karya seni sehingga para pembaca, penontonnya dapat menghayati penderitaan sekaligus keindahan karya seni.

Penderitaan Dan Sebab-Sebabnya

- a. Penderitaan yang timbul karena perbuatan buruk manusia:
 - -Perbuatan semena-mena kepada pembantu rumah tangga
 - -Perbuatan buruk orang tua yang menganiaya anak
 - -Perbuatan buruk para pejabat zaman orde lama
 - -Perbuatan buruk manusia terhadap lingkungan : banjir dan tanah longsor, perbuatan lalai : gas beracun.
- b. Penderitaan yang timbul karena penyakit, siksaan/azab Tuhan
 - -Seorang anak lelaki buta sejak dilahirkan; Nabi Ayub
 - mengalami cobaan Tuhan
 - -Tenggelamnya Fir'aun di laut Merah.



Pengaruh penderitaan

Sikap yang timbul pada orang yang mengalami penderitaan berupa sikap positif ataupun sikap negatif. Contoh sikap negatif yaitu penyesalan karena tidak bahagia, sikap kecewa, putus asa, ingin bunuh diri. Kelanjutan dari sikap negatif ini dapat timbul sikap anti, misalkan tidak mau kawin, tidak punya gairah hidup.

Sikap positif yaitu sikap optimis mengatasi penderitaan hidup bahwa hidup bukan rangkaian penderitaan. Sikap positif biasanya kreatif dan tidak mudah menyerah. Apabila sikap negatif dan sikap positif ini dikomunikasikan oleh para seniman kepada para pembaca, penonton, maka para pembaca, para penonton akan memberikan penilaiannya.

