



Kesejahteraan, Resiko, dan Praktek Hak Asasi Manusia

Pembela Hak Asasi Manusia yang menghadapi resiko seringkali mengalami kesulitan berbicara tentang kesejahteraan mental dan emosional mereka, meskipun mereka sebenarnya mengkhawatirkan hal-hal tersebut. Ini karena budaya dalam praktek HAM cenderung menekankan pengorbanan-diri, kepahlawanan, dan menjadi martir. Norma-norma ini membuat para pembela HAM sungkan mengungkapkan kecemasan mereka dan mencari bantuan. Bagaimana kita dapat berdiskusi tentang kesejahteraan dalam praktek HAM? Bagaimana kita bisa memperkuat strategi pribadi dan strategi bersama demi kesejahteraan para pembela HAM yang beresiko?

Pendahuluan

86 persen pembela HAM yang mengalami resiko dalam studi kami menyatakan bahwa mereka 'agak peduli' atau 'sangat peduli' mengenai kesejahteraan mental dan emosional mereka. Kekhawatiran tersebut sama seperti kekhawatiran terhadap keselamatan fisik dan keamanan digital mereka.

Dalam ringkasan kebijakan ini, kami menyorot tema kesejahteraan yang berulang kali muncul dalam wawancara dan survei kami terhadap para pembela HAM di Kolombia, Meksiko, Mesir, Kenya, dan Indonesia.

Fokus penting namun belum memadai terhadap kesejahteraan

Meskipun para pembela HAM yang beresiko merasa khawatir terhadap kesejahteraan mental dan emosional mereka, kekhawatiran ini tidak banyak dibahas dalam komunitas

HAM. Bahkan di antara para pembela HAM sendiri, topik ini seringkali kurang mendapat perhatian.

Seperti dinyatakan oleh seorang pria trans pembela HAM di Indonesia:

Pembela HAM terkadang tidak memperhatikan [kesejahteraan mereka] karena sibuk membantu para korban. Mereka kadang lupa memikirkan kesejahteraan mereka sendiri. Kadang mereka juga bekerja terlalu berat tanpa istirahat atau libur, dan dengan demikian mengabaikan kesejahteraan mental dan emosional mereka sendiri.

Para pembela HAM juga cenderung memprioritaskan keperluan dan kepentingan pekerjaan mereka sebelum memikirkan kesejahteraan pribadi. Komitmen kuat ini mendorong mereka mencapai tujuan HAM meski banyak tantangan dalam pekerjaan mereka.

Seorang perempuan pembela HAM yang bekerja membela hak LGBTIQ* di Kolombia mengatakan:

Ini pekerjaan yang berat. Kami selalu berhadapan dengan stigma. Kami harus melindungi diri sehubungan dengan orientasi kami. Masalahnya adalah bagaimana bertahan hidup. Tapi anda harus terus bekerja, mengatasi segalanya, jatuh ribuan kali dan selalu bangkit lagi.

Ketika para pembela HAM memikirkan topik kesejahteraan, mereka seringkali berfokus pada kesejahteraan para korban pelanggaran HAM dan penyiksaan, bukan kesejahteraan diri sendiri. Para pembela HAM kadang merasa bersalah ketika memikirkan kesejahteraan mereka sendiri; rasanya seperti memanjakan diri.

Seorang perempuan pembela HAM pada isu hak campesino di Kolombia mengatakan:

Kesejahteraan diri adalah langkah terakhir. Kami mulai dengan berpikir tentang anak-anak kami, keluarga kami, masyarakat kami; orang terakhir yang kami pikirkan adalah diri kami sendiri. Ini karena "cinta terhadap seni"; kami tidak berniat menjadi protagonis atau membela kepentingan diri sendiri.

Meski demikian, konsekuensi psikologis dari pekerjaan mereka sangat besar. Para pembela HAM dalam studi kami berbicara tentang tantangan menjalani hidup dengan rasa takut dan kecemasan; susah tidur; perasaan tak berdaya menghadapi tekanan; perasaan 'kebas' atau tak merasakan emosi apapun; perasaan selalu 'siap tarung'; dan tentang kelelahan, rasa putus asa, rasa terkucil, dan stigma yang mereka terima.

Saya membandingkan pekerjaan kami dengan Sisyphus: tuntutan mental dan fisik yang ekstrim tanpa hasil yang jelas [Kami] bekerja dalam ancaman bahwa kami bisa saja ditahan kapanpun, dan beberapa dari kami diserang secara pribadi di media. Yang membuatnya semakin sulit adalah mengetahui bahwa kalau kami maju ke pengadilan, pengadilan kemungkinan akan bersikap tidak adil dan bias, serta tidak ada transparansi dan profesionalisme.

Pengacara HAM, Mesir

Harapan terhadap resiko dan pengorbanan dalam kerja hak asasi manusia

Di lingkungan HAM terdapat norma-norma sosial budaya yang kuat tentang pengorbanan diri, kepahlawanan, dan menjadi martir. Terutama dalam situasi rawan, resiko dianggap sebagai bagian tak terpisahkan dalam praktek HAM. Para pembela HAM diharapkan berkorban dan menanggung penderitaan; mereka diharapkan menghadapi dan mengelola resiko atau meninggalkan pekerjaan mereka.

Budaya machismo dan tekanan yang dirasakan oleh para pembela HAM untuk menjadi (dan terlihat) 'berani' justru mempersulit munculnya topik kesejahteraan. Pada beberapa kasus, para pembela HAM khawatir bahwa pembahasan tentang ancaman dan serangan yang mereka alami dan

membicarakan kecemasan yang mereka rasakan akan menambah rasa takut dan mencegah orang lain bergabung dengan gerakan hak asasi manusia.

Pemahaman tentang kesejahteraan melalui mediasi budaya

Di kalangan pembela HAM kami menemukan reaksi-reaksi yang berbeda terhadap pertanyaan tentang 'kesejahteraan mental dan emosional' dalam studi kami. Beberapa pembela HAM menganggap ini adalah konsep 'Barat' dan menuju pada intervensi 'Barat' yang tidak cocok bagi mereka.

Sebagaimana dinyatakan seorang pemimpin sebuah komunitas pribumi di Kolombia:

Kami tidak benar-benar menggunakan konsep 'psikososial'. Kami percaya bahwa pekerjaan yang kami lakukan sebagai masyarakat pribumi lebih baik bagi kami. Kami semua dalam kondisi pikiran sehat; panca indera kami berfungsi baik; kami tidak gila. Hanya karena ada kelompok bersenjata, bukan berarti kondisi kami buruk.

Akan tetapi... ada 18-20 kasus bunuh diri selama empat tahun terakhir ... Kami sudah mencoba psikologi 'Barat', tetapi tidak berhasil memperbaiki keadaan. Pengobatan pribumi sudah membantu kami dan menawarkan saran, dan ini lebih baik bagi kami.

Para pembela HAM dalam studi kami mencatat bahwa terkadang sulit mengadakan diskusi tentang kesejahteraan dengan sesama pembela HAM karena dianggap berkaitan dengan 'kegilaan' atau kebutuhan berkonsultasi dengan psikiatris. Mereka yang mengakui perlunya konseling dan perawatan menyatakan sulitnya mengakses dukungan semacam ini sekaligus stigma yang melekat. Beberapa lainnya merasa dukungan budaya dan keagamaan setempat lebih efektif bagi mereka.

Mengandalkan strategi koping pribadi alih-alih kolektif

Para pembela HAM dalam penelitian kami cenderung mengandalkan strategi koping pribadi dibandingkan dukungan organisasi untuk kesejahteraan mereka. Mereka bercerita bagaimana mereka mendapatkan kekuatan dari spiritualitas mereka, berkumpul bersama teman dan keluarga, dan melakukan hobi mereka. Akan tetapi, terkadang mereka juga merasa tersesat dan sendirian dalam perjuangan mereka.

Kami tidak mendapat dukungan dari kolega kami saat menghadapi masalah. Mereka membuat masalah itu seperti 'urusan sepele'. Misalnya, ketika teman saya menerima surat dari polisi bahwa dirinya akan diinterogasi, teman-teman lain menjadikannya sebagai gurauan, misalnya, "Tenang, kami akan. Kami akan bawakan makanan setiap hari kalau kamu ditahan." Kami semua tertawa. Menurut pengalaman saya, saya yakin mereka juga sebenarnya khawatir. Rasanya kami tidak menerima dukungan moral.

Pembela HAM Anti-Korupsi, Indonesia

Secara relatif baru sedikit LSM HAM yang memasukkan praktek kesejahteraan dalam pekerjaan mereka, dengan cara menyediakan pengawasan kerja kasus; memberikan konseling; mengadakan; mendorong keseimbangan kerja-hidup; serta menyediakan asuransi dan pensiun.

Aspek finansial kesejahteraan

Banyak pembela HAM yang menyebut ketidakmapanaan finansial dalam pekerjaan mereka. Mereka bicara tentang pendanaan jangka pendek, upah rendah, kurangnya tunjangan, dan anggapan bahwa kerja HAM seharusnya dilakukan tanpa bayaran. Beberapa pembela HAM dalam penelitian kami kehilangan pemasukan akibat resiko dan ancaman yang mereka hadapi. Sebagian besar harus mencari uang atau menghabiskan tabungan untuk keamanan pribadi - misalnya jaminan keluar penjara, perawatan medis, peralatan keamanan, dan relokasi. Ketidakmapanaan finansial terutama menjadi tantangan bagi para pembela HAM yang memang sudah mengalami kesulitan sosial-ekonomi.

Seorang pembela HAM perempuan yang bekerja di bidang hak reproduksi dan kesehatan ibu di Kenya mengatakan:

Kami tidak memiliki organisasi yang mengurus kesehatan dan keluarga kami. Tidak seorangpun peduli bagaimana kami membeli makan atau membayar sewa rumah dan tidak ada organisasi yang mau memberi pekerjaan karena kami tidak punya surat-surat atau ijazah ... Ini tantangan bagi pembela HAM, terutama ketika mereka sakit atau dirawat; banyak pembela HAM yang mengalami hal ini - isu keuangan adalah masalah terbesar kami.

Identitas, kesejahteraan, dan akses atas sumber daya

Ada kaitan antara identitas pembela HAM, resiko yang mereka hadapi, dan sumberdaya serta dukungan yang dapat mereka akses demi kesejahteraan mereka. Para pembela hak LGBTIQ*, misalnya, memiliki lebih sedikit akses atas mekanisme dukungan. Kalau mereka ingin mencari dukungan di luar lingkaran mereka sendiri, mereka seringkali harus 'membuka' siapa diri mereka dan apa yang mereka kerjakan. Situasi sama berlaku bagi para pembela HAM perempuan yang bekerja menangani isu-isu sensitif. Karenanya, ruang kerja mereka menjadi salah satu dari sedikit ruang untuk memperkuat kesejahteraan mereka.

[Setelah serangan] Saya memutuskan untuk pulang ke rumah orangtua; keadaannya buruk, banyak stigma dan diskriminasi yang saya terima dari keluarga. Mereka bilang saya menjijikkan. "Kamu telah melempar nama kami ke dalam lumpur, kami malu terhadapmu, kamu telah melempar nama kami ke dalam lumpur, kamu tidak punya malu, Tuhan akan mengirimmu ke neraka."

Keadaan begitu berat hingga saya ingin bunuh diri. Saya tidak bisa melakukan pekerjaan saya saat itu. Terjadi kondisi panik dan muncul resiko untuk para LGBTI [di wilayah saya]. Saya tetap bersembunyi sampai keadaan menjadi aman.

Perempuan-trans pembela HAM untuk hak LGBTIQ* di Kenya

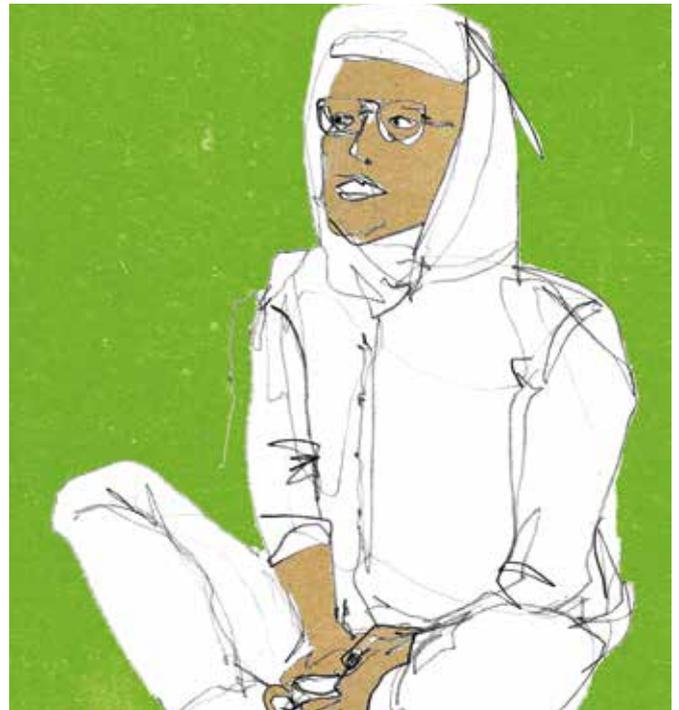
Kesejahteraan melalui praktek HAM

Kerja HAM menghubungkan para pembela HAM dengan cara yang bermakna, sehingga mereka mengalami apa yang menurut mereka sangat mendasar bagi kesejahteraan mereka. Bagi beberapa orang, hidup positif dan melanjutkan kerja mereka meski terdapat tantangan sudah merupakan bentuk ketahanan.

Bagi para pembela HAM ini, pilihannya bukanlah praktek HAM atau kesejahteraan - melainkan praktek HAM justru dilakukan untuk menjaga kesejahteraan.

... perlawanan terhadap represi merupakan proses penyembuhan ... pernyataan bahwa "Ya, negara adalah pelakunya" adalah cara kami menyembuhkan luka; ini adalah kebutuhan emosional sekaligus pernyataan untuk membuat kami lebih kuat, mengurangi rasa rentan dan kesendirian. Kami melawan rasa kesepian; jaringan ini dibangun atas rasa percaya; politik cinta; cinta subversif...

Perempuan, mahasiswa dan pembela feminis, Meksiko



Menciptakan ruang untuk kesejahteraan

Para pembela HAM dalam studi kami menyambut baik adanya penekanan lebih pada perawatan-diri, pengelolaan emosi, dan diskusi tentang kesejahteraan. Mereka menghargai diskusi tentang bagaimana mengembangkan jaringan serta strategi perlindungan kolektif. Dalam sesi-sesi pelatihan keamanan, mereka menghargai kesempatan berbagi pengalaman dengan para pembela HAM lain tentang bagaimana menghadapi resiko dan langkah-langkah perlindungan diri; mereka juga menghargai kesempatan mendengarkan pengalaman orang lain.

Para pembela HAM ini mencatat pentingnya menciptakan ruang untuk refleksi-diri tentang resiko dalam pekerjaan mereka dan tingkat komitmen mereka terhadap tujuan perjuangan.

Seorang pembela HAM haruslah mencintai hidup. Untuk membantu orang lain, dia tidak boleh jatuh ke dalam perangkap perasaan skeptis atau selalu kalah. Kami harus mengalahkan batasan internal dan eksternal kami dan ini hanya mungkin dilakukan bila kami merawat diri sendiri. Kami harus memancarkan pesan-pesan optimis dan transformatif; kami tidak bisa mendampingi korban kalau hanya menambah penderitaan. Secara umum, pembela HAM harus memiliki kapasitas besar untuk menikmati tiap momen dalam hidup.

Pengacara HAM, Kolombia

Dampak terhadap Praktek

Hal-hal berikut ini penting bagi para pembuat kebijakan, praktisi, dan pembela HAM:

- Mengembangkan ruang untuk refleksi diri tentang kesejahteraan para pembela HAM secara individu dan kolektif, terutama mereka yang beresiko.
- Mengakui dan membahas norma-norma dan harapan yang mempersulit pembela HAM untuk berdiskusi tentang kesejahteraan.
- Mencari pendekatan selain pendekatan 'Barat' untuk memahami kesejahteraan. Mengakui, mencatat dan berbagi pengetahuan tentang bentuk-bentuk sosial budaya lain dalam menjelaskan dan memperkuat konsep kesejahteraan.

Tentang Proyek ini:

Ringkasan Kebijakan ini didasarkan pada temuan penelitian dari proyek berjudul 'Menjelajahi Resiko, Mengelola Keamanan, dan Menerima Dukungan' yang menelaah pengalaman para pembela HAM yang menghadapi resiko di Kolombia, Meksiko, Mesir, Kenya, dan Indonesia.

Wawancara dan survei terhadap lebih dari 400 pembela HAM dilakukan antara bulan Juli 2015 dan November 2016.



Centre for Applied Human Rights
University of York
Yorkshire House
6 Innovation Close, York Science Park
Heslington, York YO10 5ZF
United Kingdom

+44 (0)1904 325830
cahr-admin@york.ac.uk
york.ac.uk/cahr

- Melakukan pendekatan terhadap kesejahteraan bukan sebagai tanggung jawab pembela HAM seorang diri melainkan sebagai tanggung jawab kolektif.
- Mengulas bagaimana individu, kelompok, komunitas dan pemangku kepentingan memperkuat strategi kesejahteraan individu dan kolektif. Termasuk mengarusutamakan praktek perawatan-diri dan perawatan orang lain; memasukkan praktek kesejahteraan secara kolektif; dan memahami dampak dari praktek pendanaan terhadap keberlangsungan aktivisme.
- Mengabdikan sumber daya finansial untuk praktek-praktek kesejahteraan yang relevan dan pantas secara budaya dan konteks. Praktek semacam ini meliputi penyediaan layanan kesehatan, konseling, asuransi, dan pensiun.
- Mengakui bahwa bagi beberapa pembela HAM- misalnya LGBTQ* dan pembela hak perempuan - ruang kerja adalah juga merupakan ruang yang sangat penting untuk kesejahteraan mereka. Karenanya harus dipahami bahwa ruang kerja mereka perlu dibentuk ulang sedemikian rupa agar tidak mengulangi opresi, diskriminasi dan kekerasan, dan bahwa keikutsertaan, penerimaan dan ketercakupannya dalam komunitas HAM dapat diperkuat.

Peneliti Utama:

Alice M. Nah

Tim Peneliti

Sherif Azer
Patricia Bartley
Peter Cousins
Indria Fernida
Kholoud Hafez
Budi Hernawan
Irina Ichim
Katrina Maliamauv
Erick Monterrosas
Patrick Mutahi
Paola Pacheco Ruiz
Emily Schmitz

Untuk informasi selanjutnya

securityofdefendersproject.org

security-of-defenders-project@york.ac.uk

Referensi

Nah, A.M. (2017) Wellbeing, Risk, and Human Rights Practice, Human Rights Defender Hub Policy Brief 1, Centre for Applied Human Rights, University of York: York, available at securityofdefendersproject.org

Ilustrasi

Lara Luna Bartley

Desain

Design and Print Solutions