

TRADISI PENGOBATAN SASAK UNTUK KORBAN GEMPA DI KARANG KEREM GUNUNGSARI LOMBOK BARAT

Muh. Syahrul Qodri*, Mahmudi Efendi, Murahim, Natsir Abdullah, Syahbuddin

FKIP Universitas Mataram

*Email: syahrul_qodri@unram.ac.id

Abstrak - Peristiwa gempa yang melanda Lombok beberapa waktu lalu menyisakan duka hingga saat ini, baik dalam bentuk fisik maupun psikis. Duka psikis yang dialami warga berupa trauma, sehingga membutuhkan penanganan yang intensif. Salah satu metode penanganan trauma psikis adalah dengan memanfaatkan pengobatan tradisional masyarakat Sasak yang dikenal dengan sebutan *popot* dan *pretus*. Sayangnya, pengobatan tradisional ini hanya dikuasai oleh ahlinya. Berangkat dari hal tersebut, kami TIM Pengabdian bersama Karang taruna Karang Kerem Gunungsari Lobar hendak mempelajarinya dan langsung mempraktikkannya di masyarakat sebagai penanganan trauma psikis yang dimaksud. Di samping penanganan trauma psikis korban gempa tersebut, luaran yang akan dihasilkan dalam kegiatan pengabdian ini adalah berupa artikel ilmiah yang akan dipublikasikan di jurnal ilmiah, dan prosesi kegiatannya akan dipublikasikan melalui media cetak/elektronik.

Kata Kunci: popot, pretus, tradisional, Sasak

PENDAHULUAN

Tahun 2018 Indonesia kerap dilanda bencana alam seperti gempa bumi. Salah satunya gempa bumi yang mengguncang Lombok pertama kali pada tanggal 29 Juli 2018 pukul 06.47 WITA. Pusat gempa dengan kekuatan 6.4 SR berada di 47 km Timur Laut Kota Mataram dengan kedalaman 24 km. Kemudian disusul dengan gempa 7.0 skala richter (SR) mengguncang Lombok Utara pada tanggal 5 Agustus 2018 pk. 19.46 WITA yang berpotensi tsunami, meski sejam kemudian potensi tsunami tersebut ditutup oleh BMKG (Wikipedia, 2018). Lombok kembali diguncang gempa susulan pada Kamis (9/8/2018) pukul 12.25 WIB, dengan kekuatan 6,2 SR. Belum selesai sampai di situ, Lombok dan Sumbawa kembali diguncang gempa dengan kekuatan besar, yaitu 7,0 SR. Adapun jumlah korban meninggal dunia sebanyak 563 jiwa berdasarkan data Kemensos per tanggal 23 Agustus 2018. Dari jumlah tersebut, 12 jiwa di Kota Mataram, 45 jiwa di Lombok Barat, 471 jiwa korban di Lombok Utara, 2 jiwa di Kabupaten Lombok Tengah, 26 korban jiwa di Lombok Timur, Sumbawa Barat Daya 2 jiwa, dan Sumbawa Besar 5 jiwa (Simanjuntak,

2018). Menurut data BMKG Stasiun Geofisika Mataram tahun 2018 Lombok diguncang gempa bumi 3.699 kali selama 2018 (Dwidinia, 2019).

Dari kesemua rangkaian gempa tersebut, masyarakat Lombok senantiasa merasa histeris jika adanya gempa, meski berkekuatan kecil. Hal tersebut diakibatkan karena terjadinya trauma secara psikis pada kejiwaan masyarakat Lombok. Terjadinya gempa yang beruntun menyebabkan masyarakat korban gempa mengalami trauma, sehingga banyak masyarakat mengalami ketegangan dan cenderung panik jika mendengar dentuman benda di sekitarnya. Bahakn getaran mobil saja dapat membuat mereka takut dan lari sambil berteriak.

Untungnya para relawan cukup sigap menangani persoalan itu. BNPB dan Pemda NTB saling bahu-membahu menangani para korban, baik secara fisik maupun non fisik. Untuk penanganan non fisik, para relawan melakukan *trauma healing* dengan mengajak para korban bermain, bernyanyi bersama, bergembira, agar senantiasa melupakan peristiwa gempa yang telah meluluh-lantakkan rumah bangunan dan menewaskan ratusan

orang. Akan tetapi, nampaknya penanganan *trauma healing* dirasa masih belum cukup. Masih banyak masyarakat yang hingga saat ini masih mengalami trauma, seperti yang terjadi di salah satu daerah yang terkena dampak gempa di Kampung Karang Kerem, Dusun Lendang Bujur Desa Gunungsari, Kecamatan Gunungsari, Kabupaten Lombok Barat.

Hingga saat ini, masyarakat dusun Lendang Bujur, khususnya kampung Karang Kerem masih merasa sangat trauma akan gempa yang terjadi beberapa bulan lalu. Tidak hanya itu, hingga saat ini pun gempa masih seringkali berkunjung tidak tentu waktu, yang membuat warga merasa takut dan histeris jika merasakan sedikit saja adanya getaran. Hal ini menjadi dasar bagi para pemudanya untuk mencari alternatif penanganan trauma dengan cara yang berbeda, yaitu dengan cara pengobatan tradisional. Masyarakat Sasak Lombok memiliki metode pengobatan tradisional yang unik untuk menyembuhkan trauma masyarakat korban gempa, yaitu *popot* dan *pretus*.

Popot adalah ritual pengobatan masyarakat Sasak dengan cara memijit-mijit kepala dengan cara meniupkan mantra tertentu. Sementara itu, *pretus* merupakan ritual pengobatan dengan menarik rambut pada ubun-ubun pesakitan dengan cara khusus. Kedua ritual pengobatan ini sangat dikuasai oleh *belian* (semacam tabib masyarakat Sasak) yang diyakini oleh masyarakat Sasak secara turun-temurun dapat menyembuhkan berbagai macam penyakit, terutama sakit kepala, stress, pusing, atau bahkan penyakit yang tidak terdeteksi oleh medis.

Menurut beberapa *belian*, korban gempa yang mengalami trauma berat butuh *dipopot* atau bila perlu *dipretus* agar trauma yang dialami bisa disembuhkan. Pendapat ini didukung pula oleh masyarakat kampung Karang Kerem. Mereka meminta agar trauma mereka dapat ditangani dengan *popot* atau

pretus. Permintaan ini disampaikan oleh salah seorang pemuda asli kampung Karang Kerem (Mawardi) untuk difasilitasi dalam penanganan masalah psikis korban gempa.

Berangkat dari hal inilah, kami dari Tim Pengabdian Universitas Mataram bersama salah seorang mahasiswa yang terlibat dalam Program Kreativitas Mahasiswa merasa perlu untuk memfasilitasi warga kampung Karang Kerem dalam memulihkan kondisi psikis mereka yang diakibatkan oleh trauma gempa.

Kampung Karang Kerem Dusun Lendang Bujur terletak di Desa Gunungsari, Kecamatan Gunungsari, Kabupaten Lombok Barat. Lokasinya terletak sebelah barat Pasar Umum Gunungsari, dan kurang lebih 15 Km ke pusat kota Mataram. Dusun Karang Kerem atau Lendang Bujur merupakan dusun yang terdiri dari salah satu dari 3 kampung, yaitu Kampung Karang mejelo, Kampung Baru dan Kampung Karang kerem. Dusun ini terletak pada lokasi yang strategis, yaitu terletak di dekat jalan antar kota, jalan raya Tanjung KLU- Kota Mataram.

Kampung ini memiliki potensi perdagangan yang tinggi. Dari segi perdagangan, wilayahnya yang berada pada pusat perdagangan dan pusat keramaian menjadikan wilayah ini sangat cocok untuk daerah perdagangan karena banyak orang yang singgah di tempat ini sebelum melakukan perjalanan menuju KLU, Mataram dan Senggigi. Namun potensi ini terhambat karena kebanyakan warganya masih mengalami trauma akibat gempa.

Untungnya, kegiatan sosial kemasyarakatan di kampung Karang Kerem Dusun Lendang Bujur terbina dengan baik. Kegotong-royongan masih menjadi tradisi yang dibina dengan baik oleh warga maupun remaja di kampung ini. Kerukunan warga menjadikan kampung ini sangat nyaman ditempati.

Kampung karang Kerem memiliki jumlah Kepala Keluarga sejumlah +105. Jumlah Penduduk Kampung ini sebanyak + 525 jiwa.

Terdiri dari 205 jiwa berjenis kelamin laki-laki dan 325 jiwa berjenis kelamin perempuan.

Padukuhan Karang Kerem Dusun Lendang Bujur terletak antara 438.000 – 438.500 mT dan 9.154.200 – 9.155.400 mU. Kampung Karang Kerem Dusun Lendang Bujur meliputi RT 4 RT 5, RT 7 dan RT 7.

Secara administratif batas Kampung Karang Kerem adalah :

- Sebelah utara adalah BTN INDAH Gunungsari
- Sebelah adalah timur Dusun Rendang Bujur Desa Taman Sari
- Sebelah selatan adalah Kampung Karang Mejelo dan Dasan (bagian dari Dusun Lendang Bujur).
- Sebelah Barat adalah Dusun Balekuwu.

Kampung Kerem memiliki penduduk yang keseluruhannya beragama Islam. Kondisi ini memungkinkan bagi warganya untuk dapat menjaga tradisi budaya dalam masyarakat masih terjaga dengan baik. Tradisi-tradisi seperti syukuran, tahlilan, dan berbagai upacara adat Sasak masih dilaksanakan dengan baik di kampung ini. Sebagian besar penduduk di Kampung Karang Kerem bermata pencaharian sebagai petani, pedagang, dan buruh.

Adapun beberapa dampak yang bisa digambarkan di sini antara lain:

1. Dampak yang terjadi yaitu berupa kerusakan fisik dan dampak psikis akibat gempa bumi bagi masyarakat meninggalkan dampak yang luar biasa bagi kehidupan mereka. Dampak yang paling berat bagi masyarakat adalah hancurnya rumah-rumah dan terhentinya mata pencaharian. Kerusakan rumah masyarakat berjumlah 20 unit rumah roboh, 9 rusak berat dan 15 rusak sedang.
2. Dampak psikis yaitu rasa trauma yang berkepanjangan masih dirasakan oleh sebagian besar masyarakat.
3. Sampai memasuki bulan ke 4 setelah terjadinya gempa, sebagian masyarakat

masih ada yang tidur di tenda, baik yang dikarenakan oleh belum mendapatkan bantuan ataupun karena masih merasa takut memasuki rumahnya.

4. Banyak di antara korban gempa kehilangan mata pencaharian, terutama para pedagang karena dagangannya ikut hancur seiring hancurnya rumah dan lapak mereka. Hal ini menyebabkan banyak yang beralih menjadi buruh. Kegiatan ekonomi pun menjadi sangat terganggu, dan berdampak buruk bagi warga Kampung Karang Kerem Dusun Lendang Bujur Kecamatan Gunungsari.
5. Masyarakat Karang Kerem masih memiliki ikatan kekeluargaan yang baik antara sesama masyarakat, yang bisa dilihat dari masih terjalannya kegiatan majelis ta'lim secara rutin setiap 1 kali dalam seminggu. Jika ada kegiatan, terlihat masih terjaga sikap gotong-royong.

Sikap kekeluargaan dan gotong-royong ini memungkinkan bagi kami dalam melaksanakan pengabdian, yaitu penanganan kesehatan psikis atau *trauma healing* bagi warga kampung Karang Kerem dengan pengobatan tradisional Sasak, *popot* dan *pretus*.

METODE PELAKSANAAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian ini dilaksanakan selama 8 (delapan bulan) yang dimulai dari persiapan, koordinasi dengan mitra, mengundang ahli terapi *popot* dan *peretus* yang dirangkai dengan pelatihan kepada mitra, tim pengabdian bersama mitra mengadakan pengobatan bagi warga, evaluasi, dan pelaporan. Pelatihan bersama mitra diperkirakan bisa berjalan 2-3 kali pertemuan, dalam rangka mempeajari bagaimana teknik dasar *popot* dan *peretus* agar bisa diterapkan ke langkah berikutnya. Sementara itu, pengobatan untuk warga bisa berlangsung hingga 5 kali pertemuan agar benar-benar terasa pemulihan trauma yang dirasakan warga.

Tahap-tahap pelaksanaan tersebut dapat dirincikan sebagai berikut.

1. Melakukan koordinasi dengan mitra terkait bagaimana proses pelaksanaan kegiatan pengabdian, lama dan waktu pelaksanaan serta tempat yang akan menjadi lokasi pelatihan bersama.
2. Mengundang *belian* atau ahli *popot* dan *peretus* untuk melatih mitra agar mitra mampu menguasai teknik pengobatan tradisional Sasak tersebut. Proses pelatihan ini dilaksanakan selama 2 -3 kali pertemuan. Mitra dalam hal ini berjumlah 5 orang yang terdiri dari para pemuda dari kampung Karang Kerem.
3. Mitra bekerja sama dengan Tim pengabdian melaksanakan terapi pengobatan *popot* dan *peretus* bagi warga kampung Karang Kerem, yang tetap didampingi oleh *belian*. Pelaksanaan terapi ini harus berkelanjutan sehingga akan dilaksanakan selama 5 kali terapi dalam 5 pekan.
4. Evaluasi dalam hal ini secara internal bisa dilakukan setiap kali melaksanakan terapi *popot* dan *peretus*. Namun tetap dibutuhkan evaluasi secara keseluruhan pada akhir kegiatan.
5. Penyusunan laporan sebagai pertanggungjawaban pelaksanaan pengabdian.
6. Selanjutnya, penyusunan artikel ilmiah yang akan diupload ke jurnal ilmiah.

Perlu diketahui bahwa prosesi terapi *popot* dan *peretus* merupakan ritual yang sacral bagi masyarakat Sasak di Lombok. Artinya, *popot* dan *peretus* bukan hanya sebatas system pengobatan biasa, melainkan sebuah acara ritual. Untuk itu, sebelum melakukan prosesi terapi *popot* dan *peretus*, pelaku harus menyediakan andang-andang, yaitu semacam benda-benda simbolis seperti beras, sirih, pinang, benang kapas, uang logam bolong, serta benda-benda lainnya yang ditempatkan dalam satu wadah. Andang-andang ini menjadi satu

syarat awal pelaksanaan ritual *popot* dan *peretus*.

Setelah pelaksanaan ritual selesai, harus diadakan rowah. Rowah adalah acara selamatan bagi seluruh manusia dan alam semesta dengan mengharap ridho dari Alloh SWT dan syafa'at dari Sang Nabi Muhammad SAW. Dalam pelaksanaan rowah ini, dibutuhkan semacam hewan kurban berupa sapi, kambing atau ayam. Semakin besar pengorbanannya, dipercaya akan semakin baik, namun pada kegiatan pengabdian ini, akan digunakan ayam hitam dan putih untuk menghemat biaya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebagaimana tercantum di atas, pelaksanaan kegiatan Program Pengabdian Masyarakat ini dilaksanakan selama 8 bulan, terhitung sejak awal April 2019, hingga bulan Desember 2019. Proses kegiatan pengabdian ini dapat dibagi menjadienam bagian, disesuaikan dengan metode yang tercantum pada bab sebelumnya. Keenam bagian itu antara lain adalah:

- ~ Persiapan
- ~ Koordinasi
- ~ Mengundang Ahli dan Pelatihan Bersama
- ~ Melaksanakan *Popot* dan *Peretus* bagi warga
- ~ Evaluasi, dan
- ~ Pelaporan

Persiapan dilakukan dengan melakukan pertemuan dan diskusi bersama TIM Pengabdian, dalam rangka perumusan masalah dan tujuan yang hendak dilakukan selama program pengabdian. Persiapan ini dilaksanakan pada minggu kedua bulan Februari 2019.

Setelah menemukan ide atau gagasan mengenai persoalan yang akan diangkat beserta tujuan dilaksanakan program pengabdian ini, TIM Pengabdian melakukan survey lokasi. Survey lokasi didasarkan pada daerah yang terkena bencana dengan lokasi yang dapat

dijangkau oleh Tim. Atas usul adik-adik mahasiswa yang terlibat dalam program PKM, akhirnya ditetapkan lokasi pengabdian di daerah Gunung Sari, tepatnya di Dusun Karang Kerem. Pemilihan tempat ini juga didasarkan atas adanya korban gempa yang merupakan mahasiswa aktif Prodi Pendidikan Bahasa dan Sastra Indonesia FKIP Unram.

Dari cerita mahasiswa tersebut, banyak korban yang mengalami trauma dikarenakan oleh gempa. Meski sudah lewat satu tahun lebih, efek gempa beberapa waktu lalu masih menyisakan trauma yang cukup mendalam, khususnya bagi anak-anak. Hal ini seakan memanggil tanggung jawab dan kewajiban moral sebagai makhluk sosial untuk turun ke lokasi.

Setelah menentukan lokasi, kami dari TIM pengabdian bersama TIM mahasiswa PKM melakukan koordinasi dengan kepala desa dan Kepala Dusun Karang Kerem, beserta pemuda atau karang taruna. Pada pertemuan tersebut, pihak kepala dusun sangat menyambut baik rencana pelaksanaan pengabdian tersebut. Sambutan baik itu ditindaklanjuti dengan menjalin kerja sama yang baik selama proses pelaksanaan pengabdian.

Selanjutnya, perlu adanya penyiapan bahan dan alat. Berbagai peralatan dan bahan yang dibutuhkan selama program berlangsung dipersiapkan terlebih dahulu, dengan tujuan agar pada pelaksanaannya nanti dapat berjalan sesuai dengan perencanaan yang matang. Adapun bahan dan peralatan yang dibutuhkan adalah perangkat-perangkat ritual seperti sirih pinang, beras, kapas, uang keping logam, dan lain-lain. Sementara itu, untuk prosesi rowah, diserahkan kepada pihak karang taruna Dusun Karang Kerem.

Setelah semua persiapan dirasa cukup, hal yang dilaksanakan selanjutnya adalah melakukan koordinasi dengan pihak terkait, yakni pihak LPPM, Perangkat Desa, Pemuda/Karang Taruna, dan tentu saja dengan Tim

PKM dan TIM Pengabdian Universitas Mataram.

Koordinasi dengan pihak LPPM dilaksanakan dengan penyusunan proposal yang dilakukan secara bersamaan dengan kegiatan persiapan lainnya, di waktu yang berbeda dan pembagian tugas dari tim pelaksana pengabdian. Setelah proposal selesai dan dijilid rapi, tim pengabdian menyerahkan secara resmi ke pihak LPPM, sebagai wujud bukti perencanaan pengabdian yang matang dan terencana. Proposal harus sudah disepakati oleh keseluruhan anggota tim yang kemudian disahkan oleh pimpinan fakultas dan kepala LPPM Universitas Mataram.

Sementara itu, koordinasi dengan perangkat desa dan pemuda Karang Kerem dilakukan di rumah salah seorang mahasiswa yang menjadi salah satu korban gempa Lombok tahun lalu.

Di dalam gubuk kecil berukuran sekitar 3 x 3 m, kami berkumpul duduk berdesakan bersama Kepala Dusun Karang Kerem dan dihadiri pula oleh beberapa perwakilan dari pihak Karang Taruna setempat. Dalam pertemuan tersebut diawali dari pembicaraan mengenai kejadian gempa yang melanda daerah tersebut, dimulai dari kerugian akibat kerusakan bangunan, hingga korban jiwa. Tercatat sekitar 80% rumah roboh akibat gempa, puluhan orang korban luka, dan 2 orang meninggal dunia. Di samping itu, terdapat banyak anak-anak yang mengalami trauma psikis akibat gempa, seperti sering melamun, sering histeris, ketakutan, dan sebagainya. Data ini berasal dari laporan pemuda/ karang taruna setempat.

Sebelum TIM kami datang, sudah ada beberapa relawan yang datang dan membantu para korban baik dari segi logistik maupun trauma healing. Akan tetapi persoalan ini tentu saja tidak serta-merta dapat terselesaikan secara singkat, khususnya anak-anak yang mengalami trauma. Trauma psikis ini membutuhkan waktu

yang cukup lama, dan sangat tergantung dari bagaimana penanganannya.

Berangkat dari persoalan yang dihadapi tersebut, kami menawarkan prosesi pengobatan tradisional yang dikenal oleh masyarakat Sasak secara umum, yang disebut sebagai *popot* dan *pretus*. Tawaran ini pun disambut dengan sangat antusias oleh warga, karena nampaknya mereka lupa akan apa yang mereka miliki.

Di dusun tersebut, terdapat satu orang yang dikenal menguasai ilmu *popot* dan *pretus*, yakni Papuq Asih. Menurut penuturan warga setempat, Papuq Asih sudah jarang mengobati warga karena di samping warga sudah tidak mempercayai hal-hal berbau tradisional, Papuq Asih juga sudah mulai kurang ingatan, kurang pendengaran yang disebabkan oleh usianya yang sangat tua. Diperkirakan Papuq Asih berusia lebih 90 tahun.

Menurut penuturan warga setempat, tradisi pengobatan tradisional tersebut kemudian dilanjutkan oleh anaknya yang dikenal dengan panggilan akrab Inaq Marnah. Inaq Marnah melanjutkan tradisi pengobatan *popot* dan *pretus*, namun sudah mulai jarang mengobati orang lain dikarenakan masyarakat cenderung pergi ke rumah sakit atau puskesmas.

Menutup pertemuan tersebut, disepakati bahwa warga menyepakati bahwa pelaksanaan program pengabdian ini dilanjutkan setelah bulan puasa.

Pada pertemuan selanjutnya, kami meminta kesediaan Papuq Asih untuk menjelaskan tata cara melakukan *popot* dan *pretus* sesuai tradisi masyarakat setempat.

Popot pada dasarnya adalah memijit kepala dimulai dari tengkuk hingga ke keseluruhan bagian kepala. Pijitan ini dapat melancarkan peredaran darah di bagian kepala sehingga kepala terasa lebih ringan dan terasa nyaman. Menurut papuq Asih, dulu jika seseorang merasakan sakit kepala, pusing, atau semcamnya, cukup dipopot sudah sembuh.

Tapi sekarang, masyarakat sudah beralih ke obat-obatan yang dijual di apotek atau ke rumah sakit. Tanpa disadari, obat-obatan itu memiliki efek samping jangka panjang yang dapat membahayakan kesehatan pengguna. Beda halnya dengan *popot* yang tidak memiliki efek samping sama sekali,

Sementara itu, *pretus* adalah menarik sebagian kecil rambut yang ada di ubun-ubun kepala hingga berbunyi “tek”. Secara logika, *pretus* juga merupakan salah satu metode dalam rangka memperlancar peredaran darah di bagian kepala. Tetapi bagi masyarakat Sasak, selain memperlancar peredaran, diyakini ada pengaruh gaib yang mempengaruhi kesehatan manusia, sehingga dengan *pretus* tersebut dapat terkomunikasikan.

Menurut Papuq Asih, umumnya *pretus* diperuntukkan bagi orang yang *ketemuq*, yaitu orang akan mengalami sakit kepala dan pusing hingga muntah-muntah, tanpa diketahui sebab-musababnya. *Ketemuq* menurut kepercayaan masyarakat Sasak adalah dispanya seseorang oleh sesuatu yang gaib, biasanya oleh arwah keluarga yang telah lebih dulu meninggal dunia. Kepercayaan itu menuntut bagi orang yang *ketemuq* untuk mengingat dan membacakan fatihah kepada para pendahulunya. Hanya dengan doa dan kiriman pahala fatihah seseorang bisa berkomunikasi dengan orang-orang yang telah meninggal.

Namun demikian, *pretus* juga dapat digunakan bagi orang yang sakit kepala, sakit perut, sakit pinggang, atau sakit apa saja yang secara fisik dapat terdektesi. Hal ini berarti, *pretus* juga dipercaya dapat mengobati rasa takut, gelisah, cemas, yang diakibatkan oleh trauma.

Tata cara melakukan *popot* dan *pretus* sesuai tradisi harus dimulai dengan membaca *astagfirullahal'azim*, sebanyak tiga kali. Dilanjutkan dengan membaca *sholawat* juga tiga kali, dan diakhiri dengan membaca surah al-Fatihah yang pahalanya dikirimkan untuk

para leluhur yang telah lebih dulu meninggalkan kita.

Selanjutnya, kepala dipijit secara perlahan dimulai dari tengkuk hingga ke seluruh kepala, termasuk ke bagian wajah. Setelah kepala terasa ringan dan nyaman, kemudian diakhiri dengan pretus atau menarik beberapa helai rambut yang terdapat di ubun-ubun.

Tidak banyak hal yang disampaikan oleh Papuq Asih karena keterbatasan waktu dan bahasa komunikasi. Selain beliau berusia sudah cukup tua, kami agak sulit memahami bahasanya. Akan tetapi yang terpenting adalah kami, khususnya tim mahasiswa dan para pemuda memahami inti dari apa itu popot dan peretus.

Pada pertemuan berikutnya, tim mahasiswa dan para pemuda mempraktikkan tata cara popot dan peretus, didampingi oleh papuq Asih. Metode yang dilakukan adalah dengan saling popot dan peretus. Salah satu sebagai pasiennya, sementara yang lainnya bersungguh-sungguh menjadi tabib dengan mengikuti semua arahan Papuq Asih.

Selanjutnya, yang tadi menjadi pasien begantian bertindak sebagai tabib, sedangkan tabib yang tadi bertindak sebagai pasiennya. Praktik ini dilakukan berulang-ulang sampai benar-benar merasakan getaran energi yang keluar dari kegiatan popot dan peretus tersebut. Papuq Asih tampak mengangguk-anggukkan kepalanya, menandakan beliau cukup puas melihat para pemuda dan tim mahasiswa mampu melakukan popot dan peretus dengan baik.

Pada akhir pelatihannya, Papuq Asih memberikan restunya kepada tim mahasiswa dan para pemuda. Senyum sumringah yang tersungging dari bibir tipisnya menandakan adanya kebanggaan tersendiri. Mungkin karena tradisi pengobatan ini sudah mulai ditinggalkan oleh masyarakat Sasak sendiri, tetapi kini popot

dan peretus tersebut kembali diangkat sebagai salah satu metode pengobatan bagi warganya.

Perlu diketahui bahwa sebelum proses popot dan pretus ini dimulai, umumnya masyarakat Sasak menyediakan prangkat ritual yang disebut dengan *andang-andang*. Perangkat itu terdiri dari buah pinang, daun sirih, kapur, kemenyan, beras, benang kapas, dan uang logam. Di sebagian tempat lainnya, disediakan juga tembakau. Kesemua perangkat itu diwadahi dalam satu tempat yang disebut dengan *pinginang*. Di samping perangkat itu, diharuskan juga menyediakan air putih berwadah dari kendi (tanah), dan bara api.

Perangkat-perangkat ini memiliki makna yang sangat mendalam bagi masyarakat. Perangkat tersebut disebut dengan *andang-andang* yang berarti *berhadap-hadapan*. Masyarakat Sasak sejak dulu meyakini bahwa dalam setiap ritual pada hakikatnya adalah menghadap kepada Yang Mahakuasa. Oleh karena itu perlu ada semacam barang bawaan, layaknya ketika seseorang pergi bertamu kepada kerabat saudara, harus ada sesuatu yang dibawa agar tuan rumah merasa senang dan menyambut kedatangan kita dengan baik.

Sebagai orang yang bertauhid sejak awal, masyarakat Sasak sangat menghormati empat unsur kehidupan yakni tanah, air, api dan udara. Karena itulah perlu dipersiapkan kendi yang terbuat dari tanah berisi air sebagai representasi dari tanah dan air. Bara api merupakan representasi dari api. Sedangkan udara direpresentasikan melalui asap yang dihasilkan dari perpaduan antara bara api dan kemenyan.

Sementara itu, beras melambangkan makanan pokok masyarakat Sasak yang merepresentasikan sebagai rezeki. Harapannya adalah dengan membawa sebagian kecil beras, Tuhan menambahkan rezekinya. Benang kapas melambangkan kebersihan atau kesucian, karena ketika menghadap kepada Yang Mahakuasa, kita wajib dalam keadaan bersih suci. Uang logam bermaknakan kekuatan atau

keteguhan hati, sehingga masyarakat Sasak senantiasa berdoa agar diberikan kekuatan Iman, Islam, Tauhid, ma'rifat.

Sementara itu, daun buah pinang dan daun sirih jika disatukan akan berubah wujud menjadi merah darah dan menyatu dalam satu kesatuan yang utuh. Bukankah Tuhan SWT sendiri berfirman, bahwa "Aku lebih dekat daripada urat nadimu". Harapan inilah yang diharapkan oleh masyarakat agar menyatunya diri dalam Tuhan Yang Maha Agung.

Keyakinan ini telah diyakini oleh masyarakat Sasak sejak dulu, dan ketika berbicara soal keyakinan, logika kadang sulit menembusnya. Misalnya dari pengalaman-pengalaman nyata yang pernah terjadi. Seorang anak kecil berusia dalam hitungan bulan, menangis dari sore hingga malam menjelang isya, tidak berhenti menangis. Badannya tidak panas atau dalam artian normal. Hanya banyak keluar keringat dingin. Lalu ibunya dipretus oleh *belian* (=tabib tradisi). Seketika itupun anak kecil itu berhenti menangis. Menurut *belian*-nya setelah anak itu berhenti menangis dan terlelap pulas, anak itu *ketemuq*. Bagaimana menjelaskan peristiwa tersebut secara ilmu kedokteran?

Demikianlah salah satu kearifan lokal masyarakat Sasak yang saat ini berangsur mulai hilang. Di sinilah letak pentingnya program pengabdian ini. Kami berusaha untuk mengangkat kembali tradisi pengobatan masyarakat Sasak yang sangat ampuh dalam menyembuhkan berbagai macam penyakit, termasuk trauma psikis yang dialami oleh anak-anak korban gempa, khususnya yang ada di wilayah Karang Kerem.

Sebelum melaksanakan kegiatan inti, Tim pengabdian bersama pemuda bersama-sama melakukan pendataan, jumlah anak-anak yang sekiranya perlu mendapatkan penanganan serius. Kami dibantu oleh para pemuda mendatangi rumah ke rumah menanyakan kepada warga, bagaimana kondisi keluarga,

khususnya anak-anak. Dari hasil pendataan, terdapat sekitar 32 anak yang masih perlu penanganan *trauma healing*, dan *trauma healing* yang akan dilakukan adalah dengan menggunakan popot dan pretus, sebuah tradisi pengobatan yang telah lama dimiliki oleh masyarakat Sasak.

Pendataan ini membutuhkan waktu seharian karena cukup banyak rumah yang harus didatangi, sementara data yang ada di profil desa belum sepenuhnya terupdate. Meskipun demikian, kedatangan kami ke rumah-rumah tersebut disambut baik oleh warga, dan diterima dengan senang hati. Hal ini membuat kami merasa cukup lega.

Pada hari berikutnya, baru pelaksanaan popot dan pretus dapat dilaksanakan, yaitu setelah sholat Isya berjamaah di musholla. Sebelum pelaksanaan dimulai, harus ada upacara selamatan yang oleh masyarakat Sasak dikenal dengan sebutan rowah. Upacara rowah dilaksanakan di rumah mahasiswa korban gempa, yang sekaligus sebagai koordinator pemuda setempat. Kebetulan rumahnya itu cukup dekat dengan musholla tempat pelaksanaan kegiatan popot dan pretus tersebut.

Menurut beberapa tokoh masyarakat Sasak, rowah berasal dari kata ruh (Arab). Kata ini kemudian mengalami pergeseran pengucapan sehingga oleh masyarakat menyebutnya sebagai rowah. Rowah dapat diartikan sebagai acara selamatan, dengan menyediakan makanan ala kadarnya bagi para warga yang hadir. Oleh karena upacara rowah ini merupakan upacara selamatan, maka harus didahului dengan zikir dan do'a yang dipimpin oleh seorang kiyai. Pelaksanaan rowah di sini sangat sederhana karena situasi dan kondisi yang serba terbatas, serta keterbatasan anggaran.

Setelah upacara rowah selesai dengan kesederhanaan, akhirnya kami bersama warga kembali ke musholla dan melaksanakan sholat

isya berjamaah. Selepas Isya, anak-anak yang sudah didata telah menunggu dengan antusias. Tim mahasiswa dan para pemuda yang sudah menguasai ilmu popot dan peretus siap beraksi.

Terlihat anak-anak duduk berbaris mengelilingi bagian luar musholla. Mereka dihampiri oleh tim secara perlahan dan duduk berhadap-hadapan. Anak-anak laki-laki ditangani oleh tim laki-laki, sementara yang perempuan ditangani oleh tim yang perempuan. Prosesi popot pun dimulai dan berlangsung santai dan menyenangkan, yang diakhiri dengan peretus sebagai penutupnya. Karena jumlah pasien tidak sebanding dengan tim, maka tentu popot dan peretus dilakukan secara bergantian.

Berselang setelah sepekan lamanya pelaksanaan popot dan peretus, kami kembali datang ke lokasi untuk melakukan evaluasi. Kedatangan kami disambut oleh warga dengan sangat antusias. Beberapa di antara mereka seakan berebutan menyalami kami dan mengajak kami ke rumah mereka. Terutama anak-anak yang kami tangani minggu lalu, mereka langsung “lengket” seakan tidak mau berjarak. Hal ini mengindikasikan bahwa apa yang telah kami lakukan sebelumnya, tampaknya telah membuat mereka merasa nyaman dan menyenangkan.

Kami mampir di salah satu rumah warga yang bangunannya baru setengah jadi. Sebuah bangunan desain RISHA yang terlihat tidak terlalu kokoh. Mungkin keluarga ini terpaksa menerima bangunan itu sebagai bantuan dari pemerintah. Lalu seorang ibu menyuguhkan kami minuman hangat, dan duduk di dekat pintu masuk. Ia mengucapkan banyak terima kasih, karena anaknya kini sudah tidak terlalu sering mengigau saat tidur. Biasanya, anaknya sering kali mengigau, bahkan kadang sampai teriak seperti orang ketakutan. Tapi alhamdulillah kini sudah berangsur hilang.

Cerita ibu tersebut mengindikasikan bahwa anaknya sempat mengalami trauma yang

anak itu sendiri tidak menyadari. Kemudian entah pengaruh dari mana, kini anaknya sudah mulai membaik. Tidak berani kami pastikan secara mutlak, jika popot dan peretus yang menyembuhkannya, karena perlu dikaji lebih rinci secara ilmiah. Namun yang pasti bahwa ada indikasi bahwa kegiatan popot dan peretus yang dilaksanakan minggu lalu memiliki pengaruh yang cukup signifikan terhadap anaknya. Selain itu, dari sambutan warga yang sangat antusias akan kedatangan kami juga tentu menunjukkan bahwa program pengabdian dengan melaksanakan popot dan peretus telah memberikan kesan bahwa tugas kami cukup berhasil.

KESIMPULAN DAN SARAN

Setelah melewati proses yang cukup panjang, dimulai dari persiapan, koordinasi, mengundang ahli dan pelatihan bersama, kemudian melaksanakan popot dan peretus bagi warga, sampai tahap evaluasi, dapat ditarik kesimpulan bahwa ada indikasi kegiatan popot dan peretus yang dilaksanakan di daerah Karang Kerem Gunung sari Lombok Barat memiliki pengaruh yang cukup signifikan terhadap anaknya. Selain itu, dari sambutan warga yang sangat antusias akan kedatangan kami saat mealkukan evaluasi setelah pelaksanaan kegiatan tersebut menunjukkan bahwa program pengabdian dengan melaksanakan popot dan peretus telah memberikan kesan bahwa tugas kami cukup berhasil.

Dari hasil tersebut perlu adanya penelitian lebih lanjut terkait tradisi pengobatan masyarakat Sasak yakni popot dan peretus ini. Harapannya, tradisi pengobatan yang diangkat dari kearifan lokal seperti ini dapat memberikan sumbangsih bagi kesehatan masyarakat di masa yang akan datang.

DAFTAR PUSTAKA

- Dwidinia, A. 2019. Gempa bumi Lombok 5 Agustus 2018. Dikutip 3 januari 2019 dari <https://insidelombok.id/berita-utama/mencengangkan-lombok-diguncang-gempa-bumi-3-699-kali-selama-2018/>.
- Simanjuntak, R.A. 2018. Jumlah Korban Tewas Gempa Lombok Menjadi 563 Orang. dikutip sabtu, 25 Agustus 2018 dari <https://daerah.sindonews.com/read/1333013/174/jumlah-korban-tewas-gempa-lombok-menjadi-563-orang-1535185863>.
- Wikipedia. 2018. Gempa bumi Lombok 5 Agustus 2018. Dikutip dari https://id.wikipedia.org/wiki/Gempa_bumi_Lombok_5_Agustus_2018.