

Resensi

How To Die: An Ancient Guide to the End of Life

Nikodemus Niko¹, Punyawan Jitprakong²

¹Program Studi Sosiologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik, Universitas Maritim Raja Ali Haji, Indonesia

²Faculty of Political Science, Chulalongkorn University, Thailand
nikodemusn@umrah.ac.id

Seneca. 2018. *How To Die: An Ancient Guide to the End of Life*. Princeton and Oxford: Princeton University Press. 105 Halaman. ISBN: 978-0-691-17557-7

ABSTRAK

Buku ini memberi ruang untuk memaknai kematian secara mendalam. Saya berpikir bahwa kehidupan masa kini yang penuh dengan kemajuan dunia, perlu merefleksikan bagaimana kehidupan dimaknai. Pada sebagian masyarakat kita, kematian adalah tradisi yang sakral. Kematian dianggap sebagai kabar yang menyedihkan, menyayat hati dan oleh karenanya kita harus bersedih. Ketika keluarga dekat, teman, atau orang yang kita kenal meninggal dunia, maka akan lebih terbiasa respon kita adalah menangis dan bersedih. Adalah perihal yang wajar apabila orang yang ditinggalkan akan merasa sedih dan hatinya perih.

Kata Kunci: Kematian, Sosiologi Kematian, Kesedihan

ABSTRACT

This book gives space to interpret death deeply. I think that today's life, which is full of world progress, needs to reflect on how life is interpreted. In some of our societies, death is a sacred tradition. Death is considered sad, heart-wrenching news and therefore we should grieve. When close family, friends, or people we know pass away, we are more accustomed to crying and grieving. It is natural that the person left behind will feel sad and his heart hurts.

Keywords: Death, Sociology of death, Grief

Kematian adalah gagasan sosiologis, yang didalamnya terdapat narasi-narasi berbeda dalam pemaknaannya oleh komunitas-komunitas masyarakat di dunia, terkhusus di Indonesia. Kellehear (1984) mengatakan bahwa adanya gagasan “*good life*” sudah seharusnya ada gagasan “*good death*” yang memberikan informasi-informasi tentang gagasan nilai sosial dan kematian. Ini sejalan dengan apa yang menurut Seneca bahwa hasrat untuk hidup harus disingkirkan, bahwa yang terpenting adalah seberapa baik kau hidup, bukan seberapa panjang (h.27). Lalu, bagaimana dengan kita yang akan menghadapi kematian juga? Ketika membaca tulisan Fulton (1977) tentang sosiologi kematian, dia menyebutkan bahwa kesedihan itu subjektif, respon emosional terhadap kehilangan (kematian) memiliki denotasi sosiologis. Hal tersebut memiliki keterhubungan dengan status dan peran seseorang yang mengalami kematian itu, ada hubungannya dengan fakta kerugian yang telah dialami yang mungkin tidak dirasakan secara subjektif atau emosional.

Hari ini, dunia sedang menghadapi wabah virus Corona yang tidak terhindarkan oleh siapapun. Semua kalangan, tua muda, miskin kaya, memiliki potensi sama tertular virus ini. Artinya bahwa semua orang memiliki kekhawatiran yang sama apabila menghadapi kematian karena terpapar virus ini. Pertanyaannya, sudah siapkah kita menghadapi kematian? Yang bisa kapan saja menghampiri kita, bisa hari ini atau besok, tidak ada yang tahu.

Seneca dalam Bab 2 buku ini mengingatkan kepada dunia; kita hidup untuk mempersiapkan kematian. Tidak perlu mencemaskan apapun. Bagi sebagian orang, mungkin kecemasan ini menjadi ekspresi diri, ini wajar-wajar saja. Apabila kembali pada persoalan takdir, memang kita tidak akan dapat mengelak takdir yang sudah digariskan untuk perjalanan hidup kita. Perihal ini, Seneca menyiratkan sebuah nasehat, bahwa cara kita menjalani kehidupan di dunia ini akan memengaruhi cara kita mati kelak. Artinya dengan menjalani kehidupan dengan baik, maka kita betul-betul memahami cara kematian yang baik bagi kita akan tiba kapan saja dan dimana saja.

Kemudian, bila kita berkaca pada budaya Toraja yang pada dasarnya beranggapan bahwa seseorang tidak akan pernah mati. Memang sejak kecil mereka diajarkan oleh agama untuk menerima kematian sebagai bagian dari perjalanan hidup, namun tradisi menghadapi kematian yang diwariskan oleh nenek moyang mereka masih tetap mereka jalankan (Sieber, 2017). Dimana tubuh yang sudah tidak bernyawa masih tetap tinggal di rumah, dianggap masih hidup, diberi makan dan minum, dan hanya dianggap sebagai orang yang sakit saja.

Kübler-Ross (1969) pernah menulis bahwa seseorang akan bereaksi dengan penyangkalan-penyangkalan terhadap kemungkinan kematian, yang ditandai dengan perasaan baik-baik saja, menyangkali penyakit sekarat, dan merasa bahwa “kematian tidak akan terjadi untuk saya”. Penyangkalan ini, dalam surat Seneca justru mempertanyakan kepada diri kita sebagai yang mempunyai hidup—Kau mau hidup, tapi tahukah kamu bagaimana caranya hidup? Kau takut mati: kenapa begitu? Bukankah kehidupanmu sudah menemui ajal? (h.31)

Apa yang mau Seneca sampaikan bahwa hidup kita bukan atas kehendak kita sendiri, pun demikian juga kematian kita bukan atas kehendak kita sendiri. Takdir yang sudah tergariskan pada kehidupan setiap yang bernyawa di muka bumi ini, tidak dapat disangkal dengan permohonan.

Pada Bab 4, *Set Yourself Free*, mengulik bagaimana takdir itu mutlak, dan kita harus bersiap menerima takdir itu setiap waktu, setiap detik kita bernapas. Seumur hidup kita adalah garis takdir, dan waktu itu pula diberikan kepada kita untuk belajar bagaimana menghadapi kematian. Seneca menyiratkan pesan bahwa waktu kita adalah belajar untuk bagaimana menjelang kematian.

Walter (2008) menyebutkan bahwa kematian adalah salah satu mobilitas dalam masyarakat, dimana praktik dan keyakinan mereka tentang kematian secara mendalam mempengaruhi masyarakat. Saya mengamini pendapat Walter bahwa di Indonesia yang memiliki berbagai suku bangsa yang memiliki tradisi yang berbeda-beda dalam menghadapi suatu kejadian kematian. Seperti misalnya masyarakat

Ciacia yang memiliki tradisi Male-Male sebagai sarana pengingat diri akan kematian, memperkokoh keimanan dan meningkatkan empati, serta solidaritas sesama (Asrif, 2012).

Kematian Sebagai Anotasi “Pulang Dengan Tenang”

Pada sepanjang sejarah, kematian tidak bisa dihindari dan tidak bisa diubah. Kematian adalah peristiwa penting sosial dan pada tiap budaya di dunia memiliki aturan-aturan dalam mendefinisikan kematian sebagai ritus terakhir perjalanan kehidupan seseorang (Riley, 1983). Hari ini, kematian menjadi situasi yang menakutkan bagi semua manusia. Misalnya, wabah virus Corona yang menyerang manusia di seluruh dunia, menunjukkan kepada kita bahwa ada jalan takdir lain bagi seseorang menghadapi kematiannya. Seneca sendiri mengamini itu, dalam bukunya, ia menganjurkan kepada kita bahwa permenungan panjang menghadapi kematian itu tidak akan pernah sia-sia.

Di Indonesia, upacara kematian pada berbagai komunitas suku memunculkan solidaritas sosial yang amat besar. Artinya bahwa kematian bukan perihal kesedihan yang ditanggung sendirian, ada kegotongroyongan komunitas masyarakat yang saling berbagi sedih dan duka. Ini menandakan adanya suatu paradoks dalam masyarakat bahwa yang pulang harus dihantar dengan kebahagiaan dan sukacita. Sehingga, kematian itu sendiri—di dalam masyarakat tertentu—dirayakan dengan pesta-pesta besar.

Kemudian, yang dapat dilihat dari kegiatan upacara kematian dalam suatu komunitas masyarakat di Indonesia tidak terlepas dari pengaruh keagamaan. Artinya bahwa upacara kematian berpatokan pada; “menganut agama apa si yang meninggal”. Upacara kematian yang sifatnya berdasarkan tradisi biasanya akan beriringan bersama.

Seneca dalam Bab 5, mengingatkan kita agar memikirkan ajal sebelum kematian itu ada di depan mata kita. Ajakan ini sebenarnya memunculkan sisi kesamaan atas praktik agama-agama yang saat ini ada di Indonesia; bahwasannya agama-agama selalu mengajarkan untuk mengingat akhirat, disamping dunia.

Seneca melalui surat-suratnya, sekali lagi mengajak kita mengenali kematian yang adalah kepunyaan kita sendiri. Jangan merenungkan kematian di saat kematian itu sendiri sudah ada di depan mata. Kita dapat memilih cara mati yang dikehendaki takdir, kematian inilah yang ia sebut sebagai kematian yang menenangkan dan damai. Dalam konteks Indonesia, tentu saja upacara kematian yang ada pada tiap-tiap komunitas masyarakat dapat menjadi sarana bagi kedamaian seseorang menuju alam kematiannya.

Penutup

Pada abad ke-20 dan hingga abad ke-21 hari ini, fenomena kematian dan makna sosialnya telah bertransformasi sedemikian rupa. Kita mengetahui adanya teknologi canggih yang dapat memperpanjang umur seseorang, teknologi pencegahan penuaan dini dan lain-lain. Alat-alat kedokteran yang semakin maju, dapat memperpanjang umur seseorang yang sedang sekarat. Seneca sekali lagi menyisipkan pesan mendalam sebenarnya, dimana ada pembiasaan mental yang ditanamkan; bagaimana harus memulai mengenali kematian. Berulang kali Seneca sebutkan bahwa kematian hanyalah satu bagian dari sistem pemikiran kita, yang harus kita ketahui dengan baik.

Seneca pada masanya memang belum mengenali teknologi canggih dan bagaimana teknologi itu dapat mengubah yang mati menjadi hidup. Namun, paling tidak pengingat Seneca bahwa teknologi itu sendiri dapat menjadi jalan sulit menemukan ajal, mengapa tidak memilih jalan kematian yang mudah saja, kematian yang sudah digariskan oleh takdir?

Terlepas dari subjektivitas Seneca dalam surat-surat yang ditulisnya, pemaknaan ulang kematian menjadi jalan permenungan tersendiri bagi kita sebagai makhluk sosial; bagaimana mengelola rasa marah dan kehilangan.

Daftar Pustaka

- Asrif. 2012. "Tradisi Lisan Male-Male: Nyanyian Kematian dalam Masyarakat Ciacia: Kajian Sosiologis dan Upaya Pewarisan." *Jurnal Pendidikan Bahasa dan Sastra* 12(2). Doi: https://doi.org/10.17509/bs_jpbs.v12i2
- Fulton, Robert. 1977. "The Sociology of Death." *Death Education* 1(1):15-25. Doi: 10.1080/07481187708252875
- Kellehear, Allan. 1984. "The Sociology of Death and Dying: An Overview." *Australian Social Work* 37(3-4):3-9. Doi: 10.1080/03124078408549804
- Kubler-Ross, Elisabeth. 1997. *On Death and Dying*. New York City: Scribner Publisher.
- Riley, John W. 1983. "Dying and the Meaning of Death: Sociological Inquiries." *Annual Review of Sociology* 9(1):191-216. Doi:10.1146/annurev.so.09.080183.001203
- Sieber, Claudio. 2017. "Living with corpses: how indonesia's Toraja people deal with their dead." Retrieved January 18, 2023 (<https://www.scmp.com/magazines/post-magazine/long-reads/article/2115027/living-corpses-how-indonesias-toraja-people-deal>)
- Walter, Tony. 2008. "The Sociology of Death." *Sociology Compass* 2(1):317–336. Doi: 10.1111/j.1751-9020.2007.00069.x