

**Learned Helplessness, Arsitektur Trauma, dan Penolakan Relokasi:
Studi Kasus Permukiman Pinggir Rel Tanah Abang, Jakarta**

Hanna Chodijah

Sosiologi, Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik

Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta

Email: hanna.chodijah25@mhs.uinjkt.ac.id

Abstract : *Since the 1960s, extremely poor communities have inhabited informal settlements along urban railway tracks, lacking proper sanitation and living under the constant threat of eviction. This reality raises a paradox, namely why residents adamantly refuse relocation to public housing (Rusun) and appear resigned to the trap of extreme poverty. This attitude is often misunderstood as legal defiance, when in fact residents are caught in deeply rooted structural repression. This qualitative case study combines library research with fieldwork through participant observation and in-depth interviews conducted at night, involving the local RT (neighborhood) head and a 66-year-old woman who has lived in the area for more than six decades; the data were analyzed thematically. The study reveals three findings. First, eviction trauma manifests as a trauma architecture, in which homes are built without nails so they can be easily dismantled and reassembled. Second, residents reject public housing to avoid the cognitive burden of monthly rent obligations that far exceed their income. Third, residents' fatalism culminates in a reproductive tragedy, in which a mother surrendered her twelfth newborn due to unaffordable delivery costs. Rent-based relocation merely displaces residents' suffering into concrete buildings; public policy must shift toward structural interventions that address both economic vulnerability and residents' trauma proportionately.*

Keywords: *learned helplessness; trauma architecture; marginal settlements; cognitive load; urban planning.*

Abstrak : Sejak dekade 1960-an, kelompok miskin ekstrem mendiami permukiman nonpermanen di pinggir rel kereta api perkotaan tanpa sanitasi layak dan di bawah ancaman penggusuran terus-menerus. Realitas ini memunculkan sebuah paradoks, yakni mengapa warga bersikeras menolak relokasi ke Rumah Susun (Rusun) dan tampak pasrah pada jerat kemiskinan ekstrem. Sikap ini sering disalahpahami sebagai pembangkangan hukum, padahal warga sesungguhnya terjebak dalam represi struktural yang mengakar. Penelitian kualitatif berbentuk studi kasus ini menggabungkan studi kepustakaan dan studi lapangan melalui

observasi partisipatif serta wawancara mendalam pada malam hari terhadap Ketua RT setempat dan seorang ibu lansia berusia 66 tahun yang telah bermukim di kawasan tersebut lebih dari enam dekade; data dianalisis secara tematik. Studi ini mengungkap tiga temuan. Pertama, trauma penggusuran termanifestasi dalam arsitektur trauma, yaitu rumah tanpa paku agar mudah dibongkar-pasang. Kedua, warga menolak Rusun untuk menghindari beban kognitif akibat kewajiban sewa bulanan yang melampaui pendapatan mereka. Ketiga, fatalisme warga berujung pada tragedi reproduksi, ketika seorang ibu menyerahkan bayi ke-12-nya karena biaya persalinan yang tak terjangkau. Relokasi berbasis sewa hanya memindahkan penderitaan warga ke bangunan beton; kebijakan publik perlu bergeser menuju intervensi struktural yang memulihkan kerentanan ekonomi sekaligus trauma warga secara proporsional.

Kata kunci: *learned helplessness; arsitektur trauma; permukiman marginal; beban kognitif; tata kota.*

PENDAHULUAN

Tekanan psikologis akibat kemiskinan sering kali menjebak masyarakat miskin untuk terus berada di dalam *poverty trap* atau siklus kemiskinan yang sulit diputus, karena kemiskinan dapat membebani perhatian dan pikiran seseorang sehingga memengaruhi cara mereka mengambil keputusan (Haushofer & Fehr, 2014). Fenomena ini terlihat nyata pada kelompok miskin ekstrem yang mendiami permukiman nonpermanen di pinggir rel kereta api kawasan Tanah Abang, Jakarta, yang telah bermukim di sana sejak tahun 1966. Pola ini senada dengan tren global, ketika penggusuran permukiman informal di kota-kota Global Selatan terus terjadi dalam dua dekade terakhir meski berbagai moratorium kebijakan sempat diberlakukan (Van Oostrum, 2025).

Salah satu konsep kunci untuk memahami fenomena ini adalah *learned helplessness* atau ketidakberdayaan yang dipelajari, yaitu kondisi ketika individu yang berulang kali menghadapi situasi traumatis di luar kendalinya akhirnya berhenti berusaha mencari jalan keluar meskipun kesempatan untuk itu sebenarnya ada (Seligman, 1972). Pada warga miskin perkotaan, kondisi ini sering muncul sebagai sikap pasrah terhadap keadaan hidup yang buruk, yang oleh masyarakat awam kerap disalahartikan sebagai kemalasan atau ketidakmauan untuk berubah.

Meskipun hidup tanpa sanitasi yang layak dan terus-menerus menghadapi ancaman penggusuran oleh aparat, warga secara adaptif tetap bertahan di hunian yang hanya terbuat dari spanduk atau plastik bekas (Wawancara Warga Lansia, 2026). Realitas ini memunculkan sebuah paradoks sosiologis, yakni mengapa warga bersikeras menolak ketika direlokasi ke Rumah Susun (Rusun) yang secara fisik jauh lebih layak dan tampak pasrah pada jerat kemiskinan ekstrem di pinggiran rel (Wawancara Ketua RT, 2026). Sikap bertahan ini sering disalahpahami oleh publik dan pemerintah sebagai bentuk pembangkangan hukum atau

semata-mata rasa malas. Padahal, jika ditelaah lebih dalam, warga sesungguhnya terjebak dalam represi struktural yang mengakar dan trauma historis yang panjang.

Artikel ini bertujuan membongkar paradoks tersebut melalui tigaacamata yang saling melengkapi: sosiologi ruang, konsep perlawanan sehari-hari (*everyday forms of resistance*) sebagaimana dikembangkan (Scott, n.d.), dan psikologi sosial mengenai *learned helplessness*. Dengan demikian, artikel ini memposisikan penolakan relokasi bukan sebagai penyimpangan, melainkan sebagai strategi bertahan yang rasional di tengah keterbatasan struktural.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus pada satu komunitas permukiman pinggir rel di Tanah Abang, Jakarta. Desain ini dipilih karena tujuan penelitian bukan menggeneralisasi secara statistik, melainkan memahami secara mendalam makna, pengalaman, dan logika bertahan hidup warga dalam konteksnya yang spesifik.

Pemilihan informan dilakukan secara *purposive* (bertujuan) dengan kriteria keterwakilan pengalaman dan pengetahuan atas dinamika kawasan. Atas dasar itu dipilih dua informan kunci. Pertama, Ketua RT setempat, yang berperan sentral sebagai perantara komunitas sekaligus pekerja sosial tanpa bayaran, sehingga memiliki pengetahuan menyeluruh mengenai kondisi administratif dan sosial warga. Kedua, seorang ibu lansia berusia 66 tahun yang telah menetap lebih dari enam dekade dan mengalami langsung berbagai gelombang penggusuran, sehingga menjadi representasi memori kolektif dan pengalaman hidup jangka panjang di kawasan tersebut.

Pengumpulan data primer dilakukan melalui observasi partisipatif dan wawancara mendalam. Wawancara sengaja dilaksanakan pada malam hari karena pada waktu itulah warga berada di rumah dan aktivitas keseharian berlangsung secara alami, sehingga peneliti dapat menangkap realitas sehari-hari secara lebih otentik. Studi kepustakaan (*library research*) digunakan sebagai sumber data sekunder untuk membingkai dan menafsirkan temuan lapangan dengan teori sosiologi dan psikologi sosial yang relevan.

Data dianalisis menggunakan analisis tematik. Hasil wawancara dan catatan observasi ditranskripsikan, dikodekan secara terbuka, lalu dikelompokkan ke dalam tema-tema utama, yaitu arsitektur trauma, penghindaran beban kognitif, dan ketidakberdayaan yang dipelajari. Untuk menjaga keabsahan data, peneliti melakukan triangulasi sumber dengan menyilangkan keterangan Ketua RT, penuturan warga lansia, dan hasil observasi lapangan, serta menaутkannya dengan literatur.

Penelitian ini menaati prinsip etika. Partisipasi bersifat sukarela dengan persetujuan lisan setelah penjelasan tujuan penelitian, dan identitas informan disamarkan, khususnya pada bagian yang menyangkut pengalaman sensitif. Adapun keterbatasan penelitian perlu ditegaskan: jumlah informan yang terbatas dan cakupan satu lokasi membuat temuan bersifat transferabilitas analitis, bukan generalisasi statistik. Kendala di lapangan mencakup

keterbatasan akses pada malam hari serta kepekaan sejumlah topik yang menuntut pembangunan kepercayaan sebelum wawancara dapat berlangsung.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Bagian ini memaparkan tiga temuan yang diperoleh melalui observasi partisipatif dan wawancara mendalam, kemudian menafsirkannya dengan kerangka teori yang relevan. Data lapangan diposisikan sebagai alat penjelas atas logika bertahan hidup warga, bukan sekadar narasi.

1.1 Arsitektur Trauma sebagai Bentuk Everyday Resistance

Trauma atas pengusuran yang represif merupakan pengalaman yang lekat dalam memori kolektif warga pinggir rel. Menurut penuturan warga lansia dan Ketua RT (Wawancara, 2026), pengusuran paling traumatis terjadi pada era Orde Baru, ketika gubuk-gubuk warga ditertibkan dengan cara dibakar. Keterangan ini bersifat memori kolektif yang dikuatkan oleh kedua informan; verifikasi lebih lanjut melalui dokumen atau pemberitaan sezaman disarankan untuk memperkuat klaim historis tersebut. Luka masa lalu itu, ditambah rutinitas penertiban masa kini yang dapat terjadi hampir setiap pekan, termanifestasi secara fisik dalam apa yang penulis sebut sebagai arsitektur trauma.

Alih-alih melawan aparat Satpol PP secara fisik atau berdemonstrasi (tindakan yang mereka anggap sebagai bunuh diri politik) warga mengembangkan adaptasi perlawanan sehari-hari (*everyday resistance*). Berdasarkan observasi dan penuturan informan, warga membangun hunian dari spanduk bekas tanpa paku dan hanya mengikatnya dengan tali plastik. Fleksibilitas ini, menurut penuturan warga sendiri, memang dimaksudkan agar rumah mudah dibongkar dan didirikan kembali; seorang informan menyatakan bahwa dengan cara itu ia “enggak kaget” dan tidak stres menghadapi rutinitas penertiban. Pernyataan tersebut menjadi indikasi bahwa desain hunian merupakan siasat yang disengaja, bukan sekadar keterbatasan bahan.

Temuan ini sejalan dengan argumen bahwa kelompok subordinat kerap melakukan perlawanan dalam bentuk *everyday forms of resistance* yang sunyi, terselubung, anonim, dan tidak dideklarasikan secara publik, seperti menunda-nunda dan berpura-pura patuh. Taktik perlawanan spasial semacam ini merupakan strategi paling rasional ketika konfrontasi terbuka terlalu berisiko. Pola serupa ditemukan pada warga permukiman informal di kawasan urban Asia Tenggara yang cenderung mengembangkan strategi adaptif dan jaringan sosial informal untuk bertahan menghadapi ancaman pengusuran berulang, alih-alih melakukan perlawanan terbuka terhadap otoritas kota (Na, 2022).

1.2 Penolakan Rusun dan Penghindaran Beban Kognitif

Salah satu temuan paling menonjol, yang sekaligus mematahkan stigma “pembangkangan warga”, adalah adanya alasan rasional di balik penolakan relokasi ke Rusun. Menurut penuturan ibu lansia dan dikuatkan Ketua RT (Wawancara, 2026), penolakan itu berakar pada

kesadaran bahwa relokasi tidak berpihak pada kelas miskin absolut: Rusun memang gratis pada enam bulan pertama, tetapi bulan-bulan berikutnya mewajibkan pembayaran sewa. Bahkan, menurut informan, janji penyediaan Rusun oleh pihak luar tidak jarang berujung pada janji palsu, dan unit yang tersedia justru disewa oleh orang dari luar kawasan.

Penolakan ini dapat dipahami sebagai persoalan beban kognitif (*cognitive load*). Tinjauan terbaru menegaskan adanya hubungan yang kuat antara kemiskinan dan kondisi psikologis, ketika kemiskinan menghabiskan sumber daya kognitif dan mengganggu proses pengambilan keputusan (Haushofer & Salicath, 2023). Bagi warga miskin ekstrem di lokasi ini, hidup di bawah bayang-bayang kemiskinan memunculkan stres yang menggerus kapasitas untuk merencanakan jangka panjang, sehingga fokus mereka menyempit pada kebutuhan bertahan hidup harian.

Data lapangan memperjelas logika tersebut. Ibu lansia yang berpenghasilan sangat minim sesekali (menerima Rp40.000 dari anaknya atau sekitar Rp125.000 per minggu dari memulung) menyatakan tidak sanggup memikirkan biaya kontrakan Rp300.000 hingga Rp400.000 sebulan karena, dalam ungkapannya sendiri, ia “enggak kuat pikiran”. Dengan konteks ekonomi seperti ini, bertahan di hunian nonpermanen dapat dipahami sebagai keputusan yang rasional untuk menjaga stabilitas psikologis, alih-alih memaksakan diri masuk ke sistem sewa yang justru memicu stres akut. Dengan kata lain, data di sini berfungsi menjelaskan mengapa penolakan itu rasional, bukan sekadar mengilustrasikan kisah warga.

1.3 Learned Helplessness dan Tragedi Reproduksi sebagai Kekerasan Struktural

Lebih jauh, ketiadaan harapan dan tekanan hidup puluhan tahun menanamkan *learned helplessness* yang mengakar. Teori menjelaskan bahwa ketidakberdayaan yang dipelajari muncul ketika individu berulang kali menghadapi situasi yang tidak dapat dikendalikan, sehingga akhirnya berhenti berusaha meskipun peluang untuk keluar sebenarnya tersedia (Seligman, n.d.). Studi terbaru menunjukkan bahwa akumulasi paparan kemiskinan sejak usia dini berhubungan signifikan dengan munculnya ciri-ciri *learned helplessness* pada individu (Evans & De France, 2022).

Dalam konteks komunitas ini, penulis mengusulkan bahwa ketidakberdayaan tersebut dapat bertransisi menjadi fatalisme kolektif yang diwariskan antargenerasi melalui bahasa, memori sosial, dan adaptasi terhadap kemiskinan struktural, sebuah gejala yang penulis istilahkan sebagai *culturally encoded learned helplessness*. Istilah ini diajukan sebagai kerangka tafsir yang masih perlu diuji lebih lanjut, bukan sebagai konsep yang sudah mapan.

Kepasrahan ini tampak dalam pernyataan ibu lansia bahwa ia tidak memiliki bayangan tentang masa depan karena merasa nasibnya memang “susah dari dulu”, sebuah kemiskinan antargenerasi yang terwariskan. Akibat kemiskinan yang menjerat sejak generasi orang tuanya dan mahal biaya pendidikan pada masa lampau (Rp15.000 pun terasa sangat berat pada masa itu), tidak seorang pun anaknya menempuh pendidikan tinggi. Pendidikan mereka

terhenti pada kelas 4 hingga 6 sekolah dasar. Keterbatasan ini nyaris menutup akses mereka ke sektor kerja formal.

Eksklusi sosial diperparah oleh minimnya pengakuan administratif. Ketua RT mencatat hanya sekitar enam warga yang memiliki identitas resmi, dan baru dua orang yang tersentuh bantuan negara seperti Program Keluarga Harapan (PKH). Pada titik paling kelam, fatalisme dan minimnya akses kesehatan memicu tragedi kekerasan struktural di ranah reproduksi. Menurut penuturan informan (identitas disamarkan), kemiskinan ekstrem pernah memaksa seorang ibu menyerahkan bayi ke-12 yang baru dilahirkannya untuk diadopsi orang lain, semata-mata karena ia tidak mampu membayar tagihan persalinan bidan sebesar Rp90.000. Sebagai ganti kehilangan hak asuh, ia hanya menerima kompensasi berupa uang Rp50.000, dua potong daster, dan dua helai sarung.

Tragedi ini menunjukkan betapa represi kemiskinan struktural dapat membunuh *agency* atau keberdayaan warga. Temuan ini sejalan dengan gagasan bahwa penggusuran dan ketidakadilan hunian dapat dipahami sebagai bentuk kekerasan komunitas yang bersifat struktural, yang dampaknya dirasakan bukan hanya oleh individu yang digusur, melainkan juga oleh seluruh komunitas di sekitarnya (Sealy-Jefferson et al., 2026).

KESIMPULAN

Berdasarkan studi kasus di permukiman pinggir rel Tanah Abang, Jakarta, penelitian ini menegaskan bahwa keengganan warga marjinal untuk direlokasi bukanlah bentuk ketidakpatuhan hukum, melainkan mekanisme koping psikologis sekaligus siasat tata ruang terhadap represi sistemik. Konsep *learned helplessness* dan *everyday resistance* tampak nyata melalui arsitektur rumah tanpa paku untuk menyiasati penggusuran serta penolakan sadar terhadap beban kognitif sewa Rusun. Inilah posisi dan kontribusi studi ini: membaca ulang “penolakan” warga sebagai rasionalitas bertahan hidup yang selama ini luput dari kebijakan.

Dari temuan tersebut, argumen utama artikel ini adalah bahwa intervensi struktural merupakan syarat bukan sekadar salah satu pilihan bagi kebijakan yang adil. Memaksakan relokasi yang berujung pada kewajiban sewa tidak memutus rantai kemiskinan; ia hanya memindahkan penderitaan dan stres psikologis warga ke dalam bangunan beton. Karena itu, kebijakan publik perlu bergeser dari pendekatan estetika tata kota yang represif menuju intervensi struktural yang secara bersamaan memulihkan kerentanan ekonomi dan menangani trauma psikologis warga miskin absolut secara holistik dan proporsional.

DAFTAR PUSTAKA

- Evans, G. W., & De France, K. (2022). Childhood poverty and psychological well-being: The mediating role of cumulative risk exposure. *Development and Psychopathology*, 34(3), 911–921. <https://doi.org/10.1017/S0954579420001947>
- Haushofer, J., & Fehr, E. (2014). The psychology of poverty. *Science*, 344(6186), 862–867. <https://doi.org/10.1126/science.1232491>
- Haushofer, J., & Salicath, D. (2023). The psychology of poverty: Where do we stand? *Social Philosophy and Policy*, 40. <https://doi.org/10.1017/S0265052523000419>
- Maningo, R. (2022). Examining urban poor voices: Displacement and resettlement of informal settlers in Metro Manila. *Social Transformations: Journal of the Global South*, 9(1), 125–156. <https://doi.org/10.13185/stjgs2021.09107>
- Scott, J. C. (1985). *Weapons of the weak: Everyday forms of peasant resistance*. Yale University Press.
- Sealy-Jefferson, S., Ross, L. J., Anderson-Mays, T., Jones-McBryde, C., Sanders, K., Oneal, R., Booth, J. M., Brown, J., Anderson, T., Hill, M., & Bellamy, S. (2026). Eviction as structural community violence: Qualitative focus group findings from the SECURE study. *SSM – Qualitative Research in Health*, 9, 100691. <https://doi.org/10.1016/j.ssmqr.2025.100691>
- Seligman, M. E. P. (1972). Learned helplessness. *Annual Review of Medicine*, 23(1), 407–412. <https://doi.org/10.1146/annurev.me.23.020172.002203>
- Seligman, M. E. P. (1975). *Helplessness: On depression, development, and death*. W. H. Freeman.
- van Oostrum, M. (2025). A regional assessment of two decades of informal settlement displacement 2003–2022. *Habitat International*, 162. <https://doi.org/10.1016/j.habitatint.2025.103434>