

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Peranan psikologi tidak dapat dilepaskan dari berbagai macam aspek maupun tokoh-tokoh lain yang ada di tengah masyarakat. Penanganan secara psikologis pun tidak dapat berdiri sendiri secara eksklusif tanpa mempertimbangkan aspek-aspek kehidupan lainnya, seperti misalnya budaya, kondisi sosial maupun agama atau spiritualitas. Hal-hal tersebut merupakan elemen mendasar yang melekat di dalam kehidupan masyarakat.

Masyarakat Indonesia dikenal memiliki kedekatan yang sangat kuat dengan aspek sosial, budaya serta agama atau spiritualitas di dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Hal ini menjadi sangat penting diperhatikan dalam penerapan ilmu psikologi di Indonesia yang penduduknya memiliki berbagai macam latar belakang. Keberagaman latar belakang masyarakat Indonesia tidak terlepas dari masalah yang berkaitan dengan kesehatan mental. Hal ini didukung juga oleh jumlah penduduk Indonesia yang menempati urutan kelima sebagai penduduk terbanyak di dunia. Kemungkinan terjadinya gangguan psikologis secara umum adalah sebesar 11,6% dari total populasi orang dewasa (Setiyawati, dkk, 2014). Berdasarkan data tersebut maka psikologi semakin perlu merangkul segala aspek atau elemen yang di dalam masyarakat untuk melakukan tindakan preventif maupun penanganan terhadap gangguan-gangguan psikologis. Tujuan

dari hal ini adalah agar ilmu psikologi dapat menjadi lebih dekat dengan masyarakat sehingga penanganan yang diberikan menjadi lebih luas.

Masyarakat seringkali memberikan stigma negatif tentang gangguan mental yang memiliki kemungkinan cukup tinggi untuk terjadi tersebut. Gangguan mental dianggap sebagai aib sehingga dalam beberapa kasus dengan intensitas gangguan yang tinggi, sering terjadi diskriminasi terhadap individu yang mengalami gangguan mental. Individu yang mengalami gangguan seringkali dilecehkan bahkan dianggap tidak dapat sembuh (Candra, 2012). Erniati (dalam Anna, 2012) mengatakan “Belakangan ini pandangan masyarakat terhadap penderita gangguan jiwa selalu diidentikkan dengan sebutan orang gila yang dianggap sebagai suatu masalah yang negatif dan mengancam”. Hal ini menyebabkan individu serta keluarga individu merasa malu dan akhirnya menutup-nutupi adanya indikasi gangguan mental yang dapat berakibat lebih buruk dalam jangka panjang.

Menurut Jorm (2000) serta Taylor-Rodgers dan Batterham (2014), cukup sering ditemukan individu yang memiliki gangguan mental yang tidak terdeteksi. Hal ini dapat terjadi karena selain alasan malu akibat stigma negatif, sehingga gangguan mental berusaha ditutupi, sering juga ditemui kasus-kasus yang mendapatkan salah penanganan. Individu serta sistem terdekatnya cenderung tidak memahami ciri-ciri wujud dari gangguan mental yang dialami. Akibatnya indikasi gangguan mental yang dialami dapat menjadi lebih tinggi intensitasnya.

Salah satu aspek atau sistem yang ada di dalam kehidupan individu adalah agama. Sebagian besar individu memiliki kepercayaan kepada Tuhan yang

diwujudkan dengan melakukan tata cara ibadah tertentu yang disebut agama (Plante, 2008). Agama telah menjadi bagian dari keyakinan dan cara hidup yang dapat mengarahkan pola perilaku maupun pemikiran individu dalam kehidupan sehari-hari. Jung (1938) mengistilahkan manusia sebagai *homo religious* yang berarti bahwa manusia secara naluriah menempatkan salah satu dari aktivitas pemikirannya kepada hal yang secara universal telah ada sejak dulu yaitu memeluk keyakinan atau agama. Struktur psikologi dan kepribadian individu tidak dapat dilepaskan dari agama yang tidak hanya sebagai fenomena sosiologis atau historis saja namun telah menjadi bagian dari perhatian pribadi individu. Pernyataan yang diungkap oleh Jung (1938) tersebut mendasari perkembangan ilmu psikologi selanjutnya yang tertarik untuk mempertimbangkan aspek agama dan spiritual sebagai suatu kajian tersendiri yang dapat dibahas bersama ilmu psikologi. Perkembangan kajian di ranah tersebut didukung oleh pernyataan Rogers, dkk (2013) yang mengatakan bahwa bidang psikologi klinis telah mengapresiasi dan membuka diri terhadap aspek agama dan spiritualitas dalam dua dekade terakhir ini. Hal ini ditandai oleh APA yang membentuk divisi 36 yaitu Psikologi Agama dan Spiritual (Rogers, dkk, 2013).

Keberadaan agama selalu disertai dengan adanya tokoh atau pemuka agama yang dianggap sebagai mediator antara hal spiritual dengan masyarakat atau umat yang memeluknya (Sterthal, dkk, 2010). Pemuka agama atau kaum rohaniawan juga menjadi bagian dari sistem masyarakat. Kaum rohaniawan dapat dilibatkan sebagai *gatekeeper* atau agen psikologi yang dapat membantu proses penanganan yang ingin dilakukan dari segi psikologis (Boehnlein, 2006;

Breuninger, dkk, 2014). Keterlibatan rohaniawan tersebut menjadi upaya untuk menyentuh masyarakat atau individu yang selama ini belum mengenal peranan psikologi melalui profesional psikolog maupun profesional kesehatan mental lainnya.

Pendekatan ke pemuka agama atau kaum rohaniawan dirasa perlu karena mereka seringkali tidak hanya dianggap sebagai pemimpin dalam kegiatan keagamaan saja tetapi juga dipandang sebagai tokoh yang mampu memberikan solusi terhadap permasalahan yang dialami umatnya. Individu juga merasa lebih nyaman saat menceritakan permasalahannya kepada pemuka agama atau rohaniawan sehingga mereka menganggap pemuka agama adalah salah satu tempat yang akan didatangi pertama kali untuk mencari bantuan. Individu biasanya tidak mendatangi profesional lain terlebih dulu sebelum melakukan konsultasi dengan pemuka agamanya (Breuninger, dkk, 2014; Koenig, 1998; Stanford & McAlister, 2008; Wang, dkk, 2003).

Berdasarkan hasil wawancara penulis dengan pemuka agama Katolik atau yang disebut pastor, penulis menemukan fakta bahwa mereka sering menemukan kasus-kasus yang disebabkan karena beban mental atau psikologis yang terjadi di lapangan. Umat sering menemui pastor untuk membahas masalah sehari-hari maupun yang sudah bersifat berat seperti gangguan jiwa. Beberapa umat menganggap permasalahan psikologis tersebut sebagai manifestasi dari gangguan spiritual, misalnya fenomena perilaku histeris yang lebih diidentikkan dengan kesurupan. Setelah ditelusuri ternyata fenomena tersebut merupakan hasil perilaku yang muncul akibat kondisi psikis yang mengalami tekanan. Pastor yang

diwawancarai oleh penulis mengatakan bahwa para pastor maupun calon pastor atau calon imam sebenarnya membutuhkan pelatihan terkait dengan ilmu psikologi karena mereka sering menemui hal tersebut terjadi di lapangan.

Hasil temuan penulis tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Bledsoe, dkk (2011) dan Rogers, dkk (2013) yang mengungkapkan bahwa pastor sering didatangi umatnya yang meminta bantuan untuk menghadapi masalah emosional dan relasional. Umat akan menjadikan pastor sebagai tempat untuk mencari bantuan yang pertama kali sebelum mereka mencari bantuan ke profesional lain untuk menangani masalah psikis yang dialami. Salah satu alasan yang membuat umat merasa nyaman meminta bantuan kepada pastor adalah karena pastor dirasa lebih familiar karena sering berada di sekitar mereka, serta mudah untuk diakses. Rosenberg dan Rosenberg (2006) mengatakan bahwa profesional kesehatan mental dapat bekerja sama dengan pastor agar penanganan secara psikososial dapat berlangsung lebih efektif. Hal ini sesuai diterapkan pada individu yang memiliki sistem keyakinan tertentu seperti agama, yang berperan cukup kuat di dalam hidup sehari-harinya.

Stanford (2007) dalam Rogers, dkk (2013) juga menyebutkan bahwa selama sepuluh tahun terakhir ini telah terjadi peningkatan pemahaman para pastor mengenai gangguan mental. Beberapa pastor telah mempertimbangkan aspek biologis, psikologis, dan sosiologis sebagai penyebab gangguan mental. Adanya pandangan tersebut membuat para pastor mulai tertarik menggunakan model penanganan psikologis (Kramer, dkk, 2007; Leavey, 2007; Matthews, 2007; Stanford & Philport, 2011 dalam Rogers, dkk, 2013; Trice & Bjorck, 2006).

Permasalahan yang biasa ditangani oleh para pastor adalah masalah seputar pranikah, konseling pernikahan, masalah yang terkait dengan pengasuhan anak, rasa duka dan kehilangan, serta penyalahgunaan substansi (Rogers, dkk, 2013). Penelitian lain yang dilakukan oleh Bledsoe, dkk (2011) terhadap 74 partisipan juga mengungkapkan beberapa layanan kepada umat yang biasa disediakan oleh pastor, yaitu konseling pranikah dan pernikahan yang memiliki persentase terbanyak yaitu 87%, perkabungan (55%), masalah yang terkait dengan depresi (53%), dan masalah seputar pengasuhan (51%). Permasalahan tersebut merupakan hal yang biasa dilakukan oleh para pastor di dalam tugas pelayanannya, namun sebenarnya terdapat area masalah psikologis lain yang memerlukan pelayanan dan penanganan. Kebutuhan layanan untuk menangani permasalahan ini cenderung semakin meningkat namun sebagian besar pastor belum cukup menyediakan penanganan yang tepat, yaitu masalah yang terkait dengan stress, *anger management* dan gangguan mental berat, serta masalah-masalah traumatik.

Adapun berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di United States, sampel dari populasi umat yang datang untuk memperoleh layanan konsultasi terkait dengan gangguan mental di gereja/layanan pastoral adalah gangguan *mood* sebanyak 39,9%, skizofrenia dan gangguan psikotik sebanyak 6,8%, gangguan makan sebesar 4,1%, dan gangguan lainnya sebesar 3,1% (Stanford & McAlister, 2008). Data penelitian serupa yang menunjukkan angka kuantitatif masyarakat yang datang untuk mencari bantuan kepada pastor belum ditemukan di Indonesia, walau demikian fenomena ini sebenarnya terdapat di lapangan. Fenomena tersebut

ditemukan oleh penulis berdasarkan wawancara yang hasilnya bersifat deskriptif seperti yang telah dijelaskan di atas.

Hasil penelitian Stanford dan McAlister (2008) menyatakan pemuka agama telah menjadi salah satu tempat masyarakat atau umatnya untuk memperoleh bantuan pertama kali saat mereka menemui masalah yang tidak dapat dihadapinya sendiri. Berdasarkan hal tersebut maka pemuka agama telah berperan sebagai *gatekeeper* atau istilah lain menyebutkannya sebagai *gateway provider* di dalam dunia kesehatan mental. Fungsi dari *gatekeeper* atau *gateway provider* disini adalah sebagai pintu jalan masuknya intevensi psikologis kepada masyarakat melalui pemuka agama. Beberapa penelitian secara ideal menganggap pemuka agama dapat berperan di dalam sistem rujukan. Pemuka agama dapat merujuk individu atau umatnya yang membutuhkan layanan profesional kesehatan mental ke tangan ahlinya mengingat pemuka agama, khususnya pastor, tidak mendapatkan mendapatkan pelatihan khusus seputar penanganan gangguan mental (Kramer, dkk, 2007 dalam Rogers, 2013). Peran pemuka agama sebagai *gatekeeper* dalam mempromosikan peran psikologi dapat dilakukan dengan menjadikan pemuka agama sebagai sebagai mitra psikologi yang dapat membantu individu atau masyarakat untuk meluruskan pandangan yang salah tentang gangguan mental atau kondisi psikologis yang selama ini dikeluhkan (Breuninger, dkk, 2014; Ellis, dkk, 2010; Stanford & McAlister, 2008).

Adanya beberapa penelitian seputar paradigma *gatekeeper* pada pemuka agama tersebut tidak sepenuhnya didukung oleh penelitian lain. Rogers, dkk (2013) juga mengungkapkan bahwa pandangan yang ideal mengenai *gatekeeper*

tersebut tidak sepenuhnya terjadi di lapangan. Berdasarkan beberapa penelitian yang ditemuinya, hanya sekitar 10% individu yang menghubungi pemuka agama, dalam hal ini pastor, untuk meminta rujukan ke profesional kesehatan mental. Penelitian yang lain yang ditemuinya juga menunjukkan angka kurang dari 40% partisipan yang akan menemui profesional kesehatan mental setelah bertemu dengan pastor. Hal ini menandakan para pastor tetap mencoba untuk melakukan pelayanannya menangani masalah-masalah tersebut walaupun mereka bukan sebagai profesional kesehatan mental. Alasan pemberian layanan tersebut dapat dikarenakan rasa percaya umat yang cukup tinggi kepada pastor karena familiaritas atau penolakan dari umat untuk pergi menemui profesional kesehatan mental. Hal-hal tersebut membuat para pastor tidak dapat dihindarkan dari penanganan terhadap masalah-masalah yang berkaitan dengan gangguan mental baik yang bersifat ringan sampai berat dalam menjalankan tugasnya selain sebagai pemimpin ibadah. Pastor maupun pemuka agama dapat dianggap sebagai salah satu penyedia layanan kesehatan mental, bukan hanya sebagai *gatekeeper* saja.

LaMothe (2014) mengatakan bahwa di abad terakhir ini pemuka agama, khususnya dalam hal ini adalah pastor, semakin tertarik mempelajari ilmu psikologi agar dapat memahami kondisi psikologis individu serta mampu memberikan penanganan yang tepat. Hal ini juga didukung oleh Kramer, dkk (2007) dalam Rogers, dkk (2013) yang mengungkapkan bahwa para pastor menyadari batasan yang dimiliki sehingga tertarik untuk mempelajari mengenai penanganan gangguan kesehatan mental. Para pastor juga memiliki keinginan untuk membangun jaringan dengan sistem dan profesional kesehatan mental.

Pastor dapat bekerja sama dengan profesional kesehatan mental seperti misalnya psikolog untuk dapat mengenal lebih baik masalah yang berhubungan dengan kesehatan mental atau gangguan mental sehingga dapat memberikan respon yang efektif untuk individu/umat yang datang kepada mereka (James, dkk, 2014; Rogers, dkk, 2013). Komunitas gereja juga sudah mulai membuka peluang untuk terjadi hubungan timbal balik yang saling menguntungkan dan dukungan sosial kepada individu-individu yang akan menggunakan layanan kesehatan mental (Rosenberg & Rosenberg, 2006). Hal serupa juga terjadi dari dalam dunia psikologi sendiri yang mulai tertarik untuk mendekati diri dengan konseling pastoral seperti yang ditulis oleh Rappaport & Seidman (2000:496):

“Pada dua puluh tahun terakhir telah terjadi banyak pendekatan hubungan antara psikologi dan agama yang dipicu oleh minat dalam konseling pastoral melalui komunitas agama, minat dalam bekerja dengan sistem agama yang dilakukan oleh profesional kesehatan mental komunitas, serta penghargaan besar tentang pentingnya spiritualitas komunitas agama dan profesional.”

Kutipan di atas menjadi salah satu sumber informasi mengenai kolaborasi yang memungkinkan antara pemuka agama khususnya pastor dengan profesional kesehatan mental khususnya psikolog. Penelitian mengenai kolaborasi dua profesi tersebut masih terbatas, namun cukup jelas bahwa kolaborasi di antara keduanya sangat diperlukan karena dapat berperan penting dalam meningkatkan penanganan masalah yang terkait dengan kesehatan mental serta untuk meluruskan pandangan yang benar tentang gangguan mental (Farrell & Goebert, 2008).

Adapun penulis juga menemukan data pendukung di lapangan terkait hal tersebut. Berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu pastor yang ditemui

peneliti, dikatakan bahwa sangat baik bila ada kegiatan pelatihan yang memberi informasi seputar gangguan mental atau keterampilan untuk deteksi dini perilaku abnormal. Manfaat dari pelatihan tersebut dapat membantu para pastor maupun para frater yang sedang melakukan tugas pelayanannya, yang di antaranya adalah melakukan pendampingan atau konseling. Keterampilan deteksi dini perilaku abnormal dapat membantu para pastor maupun frater dalam menentukan langkah bantuan yang akan dilakukan. Dikatakan juga bahwa mereka sangat sering menemui kasus-kasus yang beragam yang sebenarnya memerlukan pendekatan yang berbeda-beda pula. Keberagaman kasus yang ditemui tersebut terkadang tidak dapat terdampingi dengan baik karena kurangnya keterampilan yang dimiliki dalam menghadapi kasus dengan permasalahan psikologis.

Permasalahan psikologis yang biasa ditemui oleh para pastor maupun frater selama tugas pelayanannya adalah masalah yang berkaitan dengan kecemasan, depresi, trauma, sampai masalah gangguan mental yang memerlukan penanganan ahli. Berdasarkan hal ini, maka para pastor perlu diberi suatu pelatihan mengenai gangguan mental agar mampu melakukan pelayanan yang juga memberi kontribusi pada bidang kesehatan mental. Hal ini perlu untuk diketahui agar pastor dapat memberi langkah penanganan maupun rujukan yang tepat pada kasus yang ditemui di lapangan (Koenig, 1998; Tix & Frazier, 2005). Hal ini juga dapat membuat individu atau umat menjadi lebih mampu melihat permasalahan dari sudut pandang psikologis sehingga konsep mengenai kesehatan mental maupun gangguan psikologis menjadi lebih dapat diterima (Amri & Bemak, 2013; Stanford & McAlister, 2008).

Pelatihan mengenai gangguan mental dapat diberikan dalam bentuk psikoedukasi. Perlunya pemberian pelatihan melalui psikoedukasi ini adalah untuk membuat para rohaniawan dapat mengenali bentuk-bentuk perilaku abnormal yang dapat terjadi pada individu. Melalui psikoedukasi mengenai gangguan mental diharapkan timbul suatu keterampilan dalam melakukan deteksi dini suatu perilaku abnormal. Hal ini diperlukan agar para pastor maupun frater dapat melakukan alur rujukan dengan tepat ketika dibutuhkan penanganan ahli terhadap masalah psikologis yang dialami individu.

Pemberian psikoedukasi mengenai gangguan mental ini terkait pula dengan kesesuaian penggunaan populasi dan *setting* di dalam penelitian ini. Populasi yang akan digunakan penulis pada penelitian ini adalah para frater. Frater adalah sebutan untuk calon imam Katolik (calon pastor) yang menjalani pendidikan di seminari tinggi (Heuken, 2004). Seminari tinggi merupakan lembaga tempat pembinaan dan pendidikan calon rohaniawan atau pemuka agama Katolik yang setara dengan perguruan tinggi (Mardiyanto, 2011). Program pendidikan ini umumnya terdiri dari enam tingkat, yang dilangsungkan selama enam tahun.

Lokasi seminari tinggi yang digunakan dalam penelitian ini berlokasi di Seminari Tinggi Providentia Dei. Seminari tinggi ini bertempat di Jalan Kalisari Selatan, Pakuwon City, Surabaya. Seminari tinggi ini sehari-harinya dijalankan oleh para pembina serta karyawan. Para pembina bertanggung jawab dalam melakukan pembinaan dan bimbingan terhadap para calon imam yang disebut frater. Mereka tinggal di dalam lingkungan seminari bersama-sama setiap hari.

Para frater baru akan diijinkan untuk pulang ke rumahnya masing-masing saat masa liburan semester.

Para binaan atau frater yang berada di Seminari Tinggi Providentia Dei saat ini berjumlah 43 orang. Kegiatan perkuliahan sehari-harinya dilakukan di Fakultas Ilmu Filsafat Universitas Widya Mandala. Kegiatan di luar jam perkuliahan diisi dengan berbagai kegiatan rutin harian lainnya yang diadakan di lingkungan seminari tinggi. Kegiatan rutin tersebut meliputi ibadah harian, kegiatan-kegiatan pengembangan diri, kegiatan rekreasi dan belajar secara pribadi. Kegiatan pengembangan diri maupun pendidikan di seminari sendiri terdiri dari aspek pendidikan pribadi, pendidikan hidup rohani, pendidikan intelektual, dan pendidikan pastoral (Purwatma, 2002). Pendidikan intelektual di seminari meliputi pembelajaran tentang filsafat, teologi, maupun ilmu-ilmu tentang manusia. Ilmu-ilmu tentang manusia ini dipelajari dengan tujuan agar para imam dapat memahami realitas hidup manusia di dalam tugas pelayanannya. Ilmu-ilmu tentang manusia yang dipelajari mencakup pula kajian mengenai psikologi secara umum yang dimasukkan ke dalam kurikulum seminari. Para frater diperkenalkan dengan ilmu psikologi secara umum melalui kajian pendekatan-pendekatan psikologi serta konseling psikologi dalam lingkup pastoral.

Adapun para frater yang sudah berada di tingkat akhir, yaitu tingkat 6 (tahun keenam) memiliki tanggung jawab untuk melakukan pelayanan ke gereja-gereja tempat mereka ditugaskan serta pelayanan terhadap komunitas. Kegiatan ini rutin dilakukan setiap akhir pekan. Kegiatan ini merupakan salah satu bentuk

persiapan diri sebelum mereka benar-benar dinyatakan layak untuk menjadi pastor, berbekal dengan segala ilmu dan pengalaman yang telah diperoleh selama masa pendidikan tahun-tahun sebelumnya.

Berdasarkan gambaran *setting* penelitian ini maka penulis menggunakan populasi para frater karena mereka sedang berada dalam lingkup pendidikan maupun pembinaan formal sehingga mereka akan lebih mudah untuk menerima suatu pelatihan yang juga merupakan bagian dari proses pendidikan untuk melengkapi materi yang terdapat di kurikulum pendidikannya. Sikap para frater yang akan menerima pelatihan mengenai kesehatan mental dan gangguan mental juga merupakan indikator kesuksesan kolaborasi antara pastor dan profesional kesehatan mental di masa depan (Croswell, dkk, 2011).

Alasan lain yang memungkinkan penelitian ini dilakukan pada populasi frater di Seminari Tinggi Providentia Dei adalah karena tempat ini baru meluluskan satu angkatan yang telah ditahbiskan menjadi pastor di tahun 2015. Dapat dikatakan bahwa tempat ini masih baru berdiri sehingga diharapkan adanya pemberian psikoedukasi tentang gangguan mental dapat memberi kontribusi jangka panjang kepada para rohaniawan yang juga terbuka pada masuknya ilmu psikologi. Tujuan jangka panjangnya adalah agar para frater di Seminari Tinggi Providentia Dei memiliki suatu kompetensi lebih mengenai gangguan mental sehingga dapat membantu dalam melakukan tugas pelayanannya yang sebagian besar berurusan dengan masyarakat, yang seringkali mereka juga dijadikan tempat untuk mendapatkan bantuan terhadap berbagai masalah psikologis yang dihadapi individu.

Sasaran utama penelitian ini adalah para frater yang sedang berada di tingkat akhir yang sedang melakukan pelayanan ke komunitas-komunitas, dengan demikian adanya pemberian psikoedukasi tentang gangguan mental ini juga dapat berguna untuk menambah kompetensi mereka di dalam melayani.

Penulis juga mewawancarai frater untuk melengkapi hasil temuan dengan fakta di lapangan. Hasil wawancara mengungkapkan bahwa para frater yang menjalani tugas pelayanan biasanya akan memberi konseling atau penanganan dari segi spiritual terhadap kasus-kasus yang ditemuinya. Para frater sebenarnya juga menerima pendidikan mengenai konseling pastoral di dalam kurikulum pendidikan yang diterimanya, namun mereka akan menyambut dengan terbuka jika diadakan suatu pelatihan mengenai gangguan mental agar dapat meningkatkan keterampilannya dalam melakukan deteksi dini pada perilaku-perilaku abnormal yang dapat ditemui. Para frater dapat mengenal lebih detail mengenai gangguan mental karena mereka menyadari bahwa kasus-kasus yang biasa ditemui sebenarnya memiliki penyebab psikologis. Temuan dari lapangan ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Crowell, dkk (2011) yang menemukan bahwa para frater memiliki sikap yang positif untuk bekerja sama dengan profesional kesehatan mental.

Hal tersebut juga didukung pula oleh beberapa pernyataan pastor yang diwawancarai oleh penulis bahwa seringkali frater-frater yang baru lulus menjadi pastor mengalami kebingungan jika menghadapi kasus-kasus gangguan mental yang cukup berat. Penanganan awal yang biasa dilakukan tentu dari segi spiritual terlebih dulu mengingat lingkup tugas pelayanan mereka yang memang berada

dalam ranah tersebut, namun tidak menutup kemungkinan bahwa kasus yang mereka hadapi memerlukan konseling atau penanganan psikologis lebih lanjut. Berdasarkan tulisan sebelumnya yang mengatakan bahwa pastor juga adalah bagian dari penyedia layanan kesehatan mental maka mereka juga perlu diberi pelatihan secara khusus mengenai gangguan mental.

Hasil temuan ini mengungkapkan bahwa terdapat kebutuhan akan suatu program atau metode yang akan digunakan untuk meningkatkan pengetahuan para frater mengenai gangguan mental. Tujuannya adalah agar mereka dapat mengenali ciri individu yang mengalami stres harian sampai dengan keluhan-keluhan yang sudah mendekati masalah gangguan mental berat. Jorm (2000) mengungkapkan bahwa pendekatan yang dapat digunakan untuk mengontrol masalah kesehatan mental di masyarakat adalah dengan mengedukasi kelompok-kelompok tertentu yang terdapat di tengah masyarakat, yang dalam penelitian ini akan difokuskan pada kelompok frater atau calon pastor. Hal inilah yang menjadi dasar pemberian metode psikoedukasi untuk mengedukasi kelompok frater yang ada di dalam penelitian ini. Psikoedukasi yang akan diberikan bertema tentang gangguan mental.

Adapun alasan yang mendukung penelitian ini dalam upaya memberikan suatu pelatihan terkait dengan materi gangguan mental adalah makin meningkatkannya prevalensi gangguan mental yang terjadi di masyarakat. Hal ini membutuhkan tingkat pelayanan yang semakin tinggi juga untuk menangani hal tersebut. Kurang luasnya jangkauan tenaga profesional kesehatan mental membuat layanan tersebut menjadi kurang memadai, oleh karena itu dibutuhkan kerjasama

dengan berbagai pihak agar jangkauan layanan psikologi dapat lebih meluas di dalam masyarakat. Perluasan jangkauan ini dapat diwujudkan ke dalam bentuk pelatihan, salah satunya melalui psikoedukasi tentang gangguan mental yang sifatnya tidak hanya bertujuan untuk melakukan penanganan, namun juga dapat melakukan pencegahan (Rosiana, dkk, 2015; Supratiknya, 2011).

Psikoedukasi tentang gangguan mental dapat digunakan untuk memberdayakan berbagai macam kelompok dalam masyarakat agar dapat membantu layanan psikologi atau menjadi perpanjangan tangan profesional kesehatan mental. Hal ini dapat dicapai dengan memberi tujuan pada hasil akhir proses psikoedukasi tersebut yaitu memiliki suatu keterampilan dalam melakukan deteksi dini perilaku abnormal (Rosiana, dkk, 2015).

Belum banyak penelitian yang ditemui terkait hal tersebut, namun penulis menemukan beberapa bentuk penelitian yang pada umumnya memiliki tujuan umum serupa dengan penelitian ini. Beberapa hasil penelitian yang ditemukan adalah terdapat hubungan antara pemberian suatu pelatihan atau psikoedukasi tentang gangguan mental terhadap meningkatkan keterampilan individu yang dilatih dalam hal literasi kesehatan mental. Hal ini dapat berguna untuk melakukan deteksi dini perilaku abnormal yang ditemui di sekitar individu yang dilatih tersebut (Jayanti, 2012; Jorm, 2000; Rosiana, dkk, 2015). Hal tersebut yang menjadi acuan di dalam penelitian ini dalam menggunakan beberapa komponen yang bersumber dari penelitian terdahulu, yaitu komponen materi psikoedukasi yang diberikan serta hal-hal menjadi penekanan di dalam penerapan deteksi dini perilaku abnormal.

Adapun psikoedukasi dilakukan sebagai salah satu penyampaian dan penyajian masalah-masalah di dalam usaha untuk mempromosikan kesehatan mental masyarakat. Promosi tersebut dilakukan dengan cara melakukan pengenalan tentang gangguan mental dan perbedaannya dengan stres harian. Psikoedukasi sangat tepat dilakukan dalam suatu kelompok yang memiliki hubungan dekat dengan sistem masyarakat, seperti misalnya kepada pemuka agama atau pastor (Ruffolo, dkk, 2005; Sahin, dkk, 2011). Psikoedukasi juga merupakan metode yang tepat untuk diterapkan ke suatu komunitas agar dapat diberi edukasi tentang masalah-masalah yang terkait dengan kesehatan mental. Pemberian edukasi dalam komunitas dapat memiliki dampak yang lebih luas daripada jumlah peserta yang diberi edukasi sebenarnya. Meningkatkan pemahaman yang tepat mengenai gangguan dan kesehatan mental yang ada di dalam suatu komunitas dapat mengakibatkan peningkatan penyesuaian sosial yang tepat dari suatu gangguan mental (Alvidrez, dkk, 2009).

Intervensi dalam bentuk psikoedukasi menekankan tentang pemberian informasi yang tepat mengenai gangguan mental serta penanganannya untuk meluruskan pemahaman yang salah pada masyarakat awam (Alvidres, dkk, 2009). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Taylor-Rodgers dan Batterham (2014) menunjukkan bahwa psikoedukasi penting dilakukan dalam rangka mempromosikan pandangan yang tepat mengenai kesehatan mental serta untuk meningkatkan perilaku mencari bantuan jika mengalami masalah kesehatan mental.

Lukens dan McFarlane (2004) mengatakan bahwa psikoedukasi merupakan suatu paradigma intervensi dengan pendekatan yang lebih menyeluruh dan berbasis kompetensi, menekankan pada kesehatan, kolaborasi, koping, dan pemberdayaan. Hal ini menjadi dasar bahwa psikoedukasi sangat memungkinkan dilakukan dalam bentuk kelompok sehingga dapat membangun kerjasama, dukungan, serta pembentukan jaringan. Berdasarkan hal ini maka bentuk psikoedukasi yang digunakan di dalam penelitian ini adalah psikoedukasi kelompok yang memiliki tujuan mengajarkan mengenai gangguan mental sehingga diharapkan dapat meningkatkan keterampilan deteksi dini perilaku abnormal. Hal ini dapat membantu para frater di dalam memberikan langkah penanganan yang sesuai.

Psikoedukasi dalam bentuk kelompok dilakukan berdasarkan *setting* penelitian ini. Model berkelompok dianggap paling sesuai karena subjek yang digunakan dalam penelitian ini telah terbentuk dalam kelompok-kelompok tertentu yang memiliki karakteristik serupa, terutama dari segi kompetensi untuk menerima materi psikoedukasi. Penulis tidak perlu lagi membuat suatu kelompok tertentu untuk digunakan sebagai subjek penelitian, melainkan menggunakan kelompok yang telah ada, yaitu para frater yang berada di tingkat enam Seminari Tinggi Providentia Dei Surabaya.

Psikoedukasi kelompok secara umum didefinisikan sebagai suatu kegiatan yang dilakukan dalam suatu kelompok yang memiliki komponen edukasi yang signifikan sebagai penambahan dari komponen psikologis. Psikoedukasi kelompok menekankan pentingnya edukasi dan tujuan preventif di dalam

kelompok tersebut (Brown, 2004). Psikoedukasi kelompok di dalam penelitian ini akan diterapkan pada para frater yang berada di Seminari Tinggi Providentia Dei Surabaya. Pemberian psikoedukasi ini diharapkan dapat meningkatkan keterampilan para frater untuk melakukan deteksi dini terhadap perilaku abnormal yang terjadi di dalam masyarakat, serta dapat memberi saran tindak lanjut yang tepat pada keluhan yang mengarah pada gangguan mental. Hal ini dapat membuat para frater serta sistem komunitasnya melakukan pendekatan yang lebih tepat kepada individu yang datang untuk mencari bantuan pada masalah-masalah psikologis yang dihadapi.

Pemberian psikoedukasi dalam bentuk kelompok untuk meningkatkan keterampilan telah dilakukan di dalam beberapa penelitian dengan berbagai topik, antara lain penelitian yang dilakukan oleh Magill (2012) dan Turner (2009). Magill (2012) mengatakan bahwa penggunaan metode psikoedukasi kelompok disimpulkan dapat memberikan banyak keuntungan, salah satunya adalah meningkatkan aspek pengetahuan maupun keterampilan dari para peserta yang mengikuti psikoedukasi tersebut. Turner (2009) juga menyebutkan bahwa psikoedukasi dalam bentuk kelompok merupakan metode edukasi yang telah terbangun dengan baik, yang dapat digunakan sebagai cara untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan individu-individu yang bekerja dalam suatu lingkungan sosial. Hal ini terjadi karena psikoedukasi kelompok memiliki sifat pemberdayaan dalam konteks sosial, sehingga hasil dari pengetahuan yang diberikan dalam suatu kelompok dapat digunakan untuk mendukung lingkungan sekitarnya melalui edukasi. Berdasarkan hal ini maka sangat tepat bila

psikoedukasi kelompok memiliki sasaran pada kelompok-kelompok atau komunitas yang memiliki peranan cukup kuat di tengah lingkungan sosial atau masyarakat.

Penelitian lain juga mengungkap bahwa psikoedukasi kelompok biasa digunakan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan tentang gangguan mental tertentu yang dapat bertujuan sebagai pencegahan maupun rehabilitasi individu, serta sebagai langkah sosialisasi untuk mengenalkan gangguan mental kepada suatu kelompok (Sands & Solomon, 2003). Sands dan Solomon (2003) menuliskan bahwa psikoedukasi kelompok dapat dilakukan dalam beberapa sesi yang setiap sesinya berlangsung selama satu atau dua jam. Jumlah kelompok dapat bervariasi tergantung dari pertimbangan dan tujuan kelompok, namun berdasarkan beberapa ahli, jumlah peserta yang ideal untuk menerima psikoedukasi kelompok adalah tujuh orang. Jumlah peserta ini biasanya diterapkan untuk para individu yang melakukan tugas-tugas pelayanan sosial dalam suatu komunitas. Jumlah tersebut sesuai dengan jumlah subjek penelitian yang digunakan oleh penulis.

Menurut Brown (2004), psikoedukasi kelompok dapat digunakan pada proses belajar dan edukasi mulai dari komponen kognitif hingga level keterampilan. Hal ini pula yang menjadi dasar keberhasilan dari beberapa penelitian yang menerapkan psikoedukasi kelompok untuk meningkatkan suatu keterampilan tertentu.

Uraian yang terkait fenomena dan latar belakang teoritis yang telah dijelaskan di atas menjadi landasan bagi penulis untuk mengkaji tema penelitian

ini lebih lanjut. Penulis ingin mengetahui lebih dalam mengenai kolaborasi di antara dua bidang profesi tersebut yang menjadi salah satu tonggak kesehatan mental berbasis komunitas.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang permasalahan yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: apakah pemberian intervensi dalam bentuk psikoedukasi kelompok tentang gangguan mental dapat meningkatkan keterampilan deteksi dini perilaku abnormal kepada pada frater di Seminari Tinggi Providentia Dei Surabaya?

1.3. Signifikansi Penelitian

Penelitian mengenai kolaborasi antara pemuka agama dan profesional kesehatan mental di Indonesia masih belum ditemukan di Indonesia, namun penelitian serupa telah diteliti oleh beberapa peneliti di luar negeri. Adapun penelitian mengenai pemberian psikoedukasi dalam ranah kesehatan mental khususnya untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan tentang gangguan mental telah diteliti oleh beberapa peneliti di Indonesia. Hal ini menandakan bahwa penelitian ini penting untuk dilakukan dalam rangka menambah kekayaan penelitian seputar kesehatan mental di Indonesia maupun seputar penggunaan psikoedukasi, khususnya psikoedukasi kelompok. Penulis akan memaparkan beberapa penelitian lain yang telah dilakukan yang menjadi dasar perbandingan untuk melaksanakan penelitian ini.

Penelitian yang dilakukan oleh Farrell dan Goebert (2008) mengungkap bahwa pemuka agama khususnya pastor memiliki peranan yang cukup penting dalam menangani gangguan mental yang biasa dialami oleh kurang lebih 40% orang Amerika. Populasi yang biasa datang mencari bantuan ke pastor kebanyakan terdiri dari jenis kelamin perempuan terutama para janda. Kelompok lanjut usia juga cenderung datang mencari bantuan psikologis ke pastor daripada ke profesional kesehatan mental. Hasil dari penelitian ini menyimpulkan bahwa terdapat kebutuhan yang tinggi untuk kolaborasi antara profesional kesehatan mental dengan pastor atau pemuka agama. Penelitian serupa juga dilakukan oleh Bledsoe, dkk (2011) dengan memakai sampel dari populasi pastoral di California, Amerika. Penelitian tersebut mengutarakan bahwa pelatihan mengenai kesehatan mental perlu dilakukan di dalam pendidikan seminari atau selama para calon imam sedang mempersiapkan dirinya untuk menjadi pastor. Hal ini dibutuhkan karena para pastor yang telah lulus dari seminari cukup sering menjumpai kasus-kasus yang berhubungan dengan masalah kesehatan mental. Pembahasan hasil penelitian menunjukkan bahwa kolaborasi antara praktisi atau profesional kesehatan mental dengan pihak pastoral perlu dilakukan.

Berdasarkan penelitian tersebut maka penulis melihat adanya kebutuhan penelitian yang serupa di Indonesia yang juga memiliki peluang yang tinggi terhadap gangguan mental, yang menurut Setiyawati, dkk (2014) kemungkinan terjadinya gangguan mental secara umum adalah kurang lebih sebesar 11,6% dari populasi orang dewasa. Kurangnya penelitian dengan tema yang serupa memberi peluang yang besar bagi penulis untuk melaksanakan penelitian ini dengan

menggunakan sampel dari populasi anggota pastoral yang ada di Indonesia khususnya di kota Surabaya.

Adapun penelitian lain mengenai kesehatan mental yang dilakukan oleh Burgess, dkk (2009) di Australia menunjukkan fenomena kurangnya inisiatif pencarian bantuan psikologis ke profesional kesehatan mental. Sebagian besar orang di Australia cenderung mencari bantuan ke layanan yang berbasis komunitas atau pada komunitas yang ada di sekitar lingkungannya. Hanya sekitar 35% orang Australia yang mencari bantuan profesional saat mengalami gangguan kesehatan mental. Fenomena yang terjadi di Australia tersebut kurang lebih serupa dengan kondisi yang ada di Indonesia, sehingga hal tersebut juga menjadi dasar penelitian yang akan dilakukan oleh penulis mengingat fenomena pencarian bantuan ke profesional kesehatan mental juga masih cukup rendah intensitasnya. Hal ini membuat peran komunitas-komunitas di sekitar masyarakat menjadi penting sebagai penyedia layanan kesehatan mental, oleh karena itu komunitas yang ada tersebut juga perlu dibekali suatu keterampilan mengenai masalah-masalah yang terkait dengan kesehatan mental.

Pemberian informasi terkait dengan masalah kesehatan mental ini dapat dilakukan melalui metode psikoedukasi pada komunitas yang ada. Psikoedukasi dapat memberikan pandangan yang benar tentang gangguan dan kesehatan mental seperti yang dihasilkan dari penelitian yang dilakukan oleh Alvidrez, dkk (2009). Bentuk psikoedukasi yang dilakukan dalam penelitian tersebut berupa pemberian *booklet* yang berisi informasi seputar penanganan terhadap masalah kesehatan mental, tantangan yang akan dihadapi selama proses penanganannya, strategi yang

dapat digunakan untuk mengatasi tantangan tersebut, serta saran untuk membuat penanganan yang dilakukan dapat bekerja efektif. Gard dan Ruzek (2006) juga mendukung peranan psikoedukasi yang dapat digunakan untuk meningkatkan kesadaran yang tinggi mengenai kesehatan mental. Menurut Gard dan Ruzek (2006), psikoedukasi juga dapat disampaikan melalui percakapan yang bersifat informal maupun dalam bentuk presentasi formal yang terstruktur. Adapun penelitian mengenai psikoedukasi untuk meningkatkan kesadaran kesehatan mental juga telah dilakukan di Indonesia. Jayanti (2012) memberikan psikoedukasi pada kelompok tenaga kesehatan pada salah satu puskesmas di Surabaya. Tujuan penelitiannya adalah untuk meningkatkan *mental health literacy*.

Penggunaan psikoedukasi kelompok untuk memberikan suatu keterampilan juga dilakukan oleh Magill (2012). Keterampilan yang diberikan adalah mengenai perilaku gaya hidup sehat yang diberikan kepada para orang dengan gangguan mental. Hasil penelitian tersebut menunjukkan adanya peningkatan kemampuan peserta melalui kegiatan psikoedukasi kelompok.

Adanya beberapa penelitian mengenai metode psikoedukasi yang dapat digunakan dalam ranah kesehatan mental pada suatu kelompok atau komunitas menjadi acuan bagi penulis untuk melangsungkan penelitian ini dengan tujuan yang serupa namun dengan kelompok subjek penelitian yang berbeda dari penelitian-penelitian sebelumnya. Fokus penelitian yang ada di dalam penelitian ini adalah untuk meningkatkan keterampilan deteksi perilaku abnormal sebagai dasar untuk memperoleh kesadaran kesehatan mental. Penggunaan subjek

penelitian pada kelompok frater atau calon imam sebagai kelompok pemuka agama/rohaniawan juga dapat menjadi kekayaan penelitian seputar kolaborasi antara dua profesi dalam ranah kesehatan mental di Indonesia.

1.4. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektivitas dari penerapan psikoedukasi kelompok tentang gangguan mental yang digunakan untuk meningkatkan keterampilan deteksi dini perilaku abnormal yang diterapkan kepada para frater di Seminari Tinggi Providentia Dei Surabaya.

1.5. Manfaat Penelitian

1.5.1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya ilmu psikologi khususnya di bidang kesehatan mental yang berbasis komunitas agar peranan ilmu psikologi dapat dikembangkan lebih lanjut melalui penelitian-penelitian serupa yang diadakan di Indonesia. Manfaat teoritis lainnya adalah memperkaya hasil penelitian tentang kekhasan fenomena-fenomena yang terjadi sistem masyarakat di Indonesia.

1.5.2. Manfaat Praktis

Bagi para frater maupun para pemuka agama, penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan seputar hal-hal yang berkaitan dengan gangguan-

gangguan mental atau permasalahan psikologis yang sering ditemui dalam menjalani profesinya.

Bagi para tenaga yang bekerja di bidang psikologi, penelitian ini diharapkan dapat memperkaya metode untuk melakukan pendekatan kepada masyarakat dalam mempromosikan dan meningkatkan layanan kesehatan mental.

