

PSIKOSPIRITUAL PENDAMPINGAN PASTORAL SECARA PSIKOSPIRITUAL KRISTEN KEPADA KONSELI PENDERITA SKIZOFRENIA

Kevin Kassner

kevin.kassnerr@gmail.com

Sekolah Tinggi Teologi Abdi Sabda Medan

Abstrak

Tujuan penulisan ini adalah memberikan dampak pendampingan baru terhadap konseli yang berada di Rumah Sehat Jiwa Pangaribuan. Dimana pendampingan pastoral secara psikospiritual Kristen juga merupakan analisis yang digunakan dalam melihat akar masalah konseli baik dari kacamata psikologi dan kaca mata spiritual. Artinya, akar masalah konseli bisa masalah psikis dan atau masalah spiritual atau rohani. Pendampingan pastoral secara psikospiritual Kristen berkaitan dengan hubungan antara spiritualitas dan pikiran, maka konselor mengabungkan antara nyanyi pujian kepada Allah dan kedekatan kepada Allah dengan doa. Selama pendampingan dilakukan ada banyak hal ditemui konselor, yang artinya bahwa pendampingan dengan merode psikospiritual membawa dampak positif untuk kesegaran jiwa dan iman konseli. Sekalipun belum maksimal, karena mengingat bahwa pendampingan terhadap orang dalam gangguan jiwa terkhusus skizofrenia harus dilakukan secara instens dan konsisten bahkan membutuhkan jangka waktu yang panjang. Maka dalam hal ini kehadiran konselor ingin menyampaikan bahwa masih ada orang-orang yang menerima keberadaan dalam kekurangan mereka.

Kata Kunci: Skizofrenia, Psikospiritual, Spritualitas, Gangguan Jiwa.

PENDAHULUAN

Hati yang gembira adalah obat yang manjur, namun semangat yang patah mengeringkan tulang (Ams. 17:22). Temuan-temuan modern membenarkan pernyataan Alkitab tersebut. Mereka yang gembira/bahagia memiliki tingkat kesehatan yang tinggi dan bahkan harapan hidup di atas rata-rata manusia pada umumnya. Sebaliknya, mereka yang mengalami depresi mengalami berbagai kesulitan hidup dan sakit penyakit lainnya. Kebenaran pernyataan Alkitab tersebut dikonfirmasi oleh temuan-temuan di bidang neurosains modern akan hormon-hormon kebahagiaan dan juga hormon-hormon stress yang diproduksi di dalam otak ketika manusia berada dalam situasi suasana perasaan berbeda tersebut, beserta akibatnya terhadap kesehatan.

Demikianlah yang terjadi pada konseli di Rumah Singgah/Rumah Sehat Jiwa Kecamatan Pangaribuan. Oleh karena penanganan yang tidak baik dan benar, sehingga gangguan kejiwaan yang mereka alami kini seolah-olah sudah mematikan masa depan mereka. Pemasangan yang dialami konseli di Rumah Singgah/Rumah Sehat Jiwa Kecamatan Pangaribuan berdampak kepada semakin sulitnya proses pemulihan mereka. Sehingga kondisi mereka dianggap sebagai sebuah aib dan keluarga lebih memilih menempatkan mereka di di Rumah Singgah/Rumah Sehat Jiwa Kecamatan Pangaribuan ketimbang menerima keberadaan mereka kembali. Inilah yang terjadi terhadap konseli di Rumah Singgah/Rumah Sehat Jiwa Kecamatan Pangaribuan sekalipun dokter sudah mengizinkan mereka untuk di rawat jalan. Penolakan ini secara tidak langsungpun menjadi penghambat

proses pemulihan konseli yang pada akhirnya stress itu semakin meningkat dan percaya diri itu semakin rendah dan mereka membutuhkan pendampingan yang serius.

Pemahaman mengenai pendampingan memiliki artian mendampingi yang merupakan kegiatan untuk menolong orang lain karena perlu untuk didampingi sehingga dalam pendampingan terjadi suatu interaksi sejajar dan relasi timbal balik. Sedangkan pastoral yang memiliki pemahaman gembala merupakan tugas yang berkonotasi dengan merawat ataupun memelihara, sehingga pendampingan pastoral adalah suatu pelayanan yang dilakukan untuk mendampingi apa saja yang dibutuhkan oleh setiap orang untuk melihat sesuatu yang bermakna dalam diri dan permasalahan yang dihadapinya dengan sikap layaknya merawat dan memperhatikan sehingga dari situlah lahir sikap positif dalam melihat situasi yang ada.

Eduard Thurneysen (1888-1974) membuka kacamata baru mengenai pelayanan pastoral yang menekankan bahwa setiap individu untuk melayani kerajaan Allah. Pelayanan pastoral berusaha memberi makna, perspektif dan wawasan baru kepada penderita melalui kehadirannya, perhatiannya dan keterampilannya dengan kehadiran Allah dalam setiap esensi pelayanan pastoral sehingga dapat memberi makna dan perspektif tersebut. Dengan keretakan yang terjadi dalam setiap kehidupan manusia yang menimbulkan ketidaksempurnaan dalam kehidupan sosial-ekonomi, fisik, emosional, spiritual, relasional sehingga pendampingan pastoral dalam setiap segi kehidupan mampu mencapai tujuan sebagai proses pengutuhan manusia dalam semua aspek hidup sejauh mungkin. Melalui proses pengutuhan tersebut hendaknya pendampingan mencari kenyataan dalam penderitaan serta krisis rohani sehingga hal tersebut menjadi hal yang reflektif untuk menjadi titik balik bagi setiap orang yang mengalami penderitaan dan keretakan dalam kehidupannya. Gary R Collins menjelaskan bahwa ilmu psikologi dan ilmu teologi itu bersifat komplementer. Di mana saling melengkapi, dan mengimbangi, karena kebenaran datangnya dari Allah sehingga kebenaran psikologi dan Alkitab tidak mungkin bertentangan. Pendampingan pastoral secara psikospiritual Kristen menjadi proses pendampingan yang dilakukan oleh penulis. Psikospiritual itu sendiri merupakan suatu fenomena pengalaman yang meliputi transformasi dalam diri seseorang serta yang memiliki potensi untuk mengubah kehidupan seseorang menjadi lebih agamis. Psikologi agama mungkin sudah mulai menyadari potensi-potensi dan daya psikis manusia yang berkaitan dengan kehidupan spiritual. Yang kemudian menempatkan potensi serta daya psikis tersebut sebagai sesuatu hal yang penting dalam kehidupan manusia. Sehingga mulai tumbuh suatu kesadaran baru mengenai hubungan antara potensi dan daya psikis tersebut dengan sikap dan pola tingkah laku manusia.

Permasalahan yang terjadi oleh setiap konseli yang berada di Rumah Singgah/Rumah Sehat Jiwa di Kecamatan Pangaribuan berawal dari tindakan pemasungan yang dilakukan oleh anggota keluarga terhadap saudara mereka yang mengalami skizofrenia. Dimana mereka menganggap hal tersebut menjadi sebuah solusi dan penanganan yang benar. Sementara kondisi skizofrenia yang tidak diatasi dengan semestinya hanya akan meningkatkan perasaan stress yang dialami setiap konseli. Oleh karena konseli sudah mengalami kehilangan kepercayaan diri akibat skizofrenia dan berdampak terhadap perasaan berguna dalam dirinya. Maka dalam hal ini penulis ingin memaparkan pemahaman mengenai skizofrenia secara umum untuk menjadi pemahaman dasar bagi keluarga-keluarga yang mungkin ada anggota keluarganya mengalami skizofrenia.

Penelitian ini juga akan memaparkan sejauhmana pendampingan pastoral relevan menurunkan-memulihkan perasaan stress dan percaya diri konseli skizofrenia di Rumah Singgah/Rumah Sehat Jiwa di Kecamatan Pangaribuan. Melalui penelitian ini pula, penulis

diharapkan gereja-gereja dapat berpartisipasi dan mengambil bagian di dalam melayani warga jemaatnya yang mengalami skizofrenia. Karena pelayan-pelayan gereja harus dapat menjadi garam dan terang bagi warga jemaatnya yang membutuhkan bantuan baik secara rohani maupun secara jasmani.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kualitatif. Dimana penelitian kualitatif sejenis penelitian formatif yang secara khusus memberikan teknik untuk memperoleh jawaban atau informasi mendalam tentang pendapat dan perasaan seseorang. Penelitian ini memungkinkan penulis mendapat hal-hal yang tersirat mengenai sikap, kepercayaan, motivasi dan perilaku target populasi. Informasi atau temuan-temuan yang diperoleh dan secara khusus yang berhubungan dengan kondisi konseli terhadap tingkat stress dan rendahnya percaya diri akan dipakai sebagai acuan di dalam pendampingan pastoral bagi konseli skizofrenia. Di dalam metode penelitian kualitatif penulis banyak mendapatkan informasi terkait keadaan dari konseli, baik itu melalui wawancara atau interview kepada para penjaga Rumah Singgah dan keluarga, bahkan masyarakat sekitar. Metode kualitatif juga mempermudah penulis di dalam mengambil langkah dan keputusan di dalam memberikan pendampingan pastoral kepada konseli. Populasi pada penelitian di Rumah Sehat Jiwa/Rumah Singgah Kecamatan Pangaribuan sebanyak 8 orang yang terdiri dari 7 laki-laki dan 1 perempuan). Sampel penelitian adalah konseli yang mengalami skizofrenia di Rumah Sehat Jiwa/Rumah Singgah Kecamatan Pangaribuan. Di Rumah Sehat Jiwa/Rumah Singgah Kecamatan Pangaribuan jumlah konseli yang mengalami skizofrenia ada sebanyak 8 orang. Terdiri dari 1 perempuan dan 7 laki-laki serta dari ke 8 konseli, 3 diantaranya melakukan pengobatan secara rawat jalan. Penentuan ke 8 konseli dilakukan diantaranya karena 5 diantara konseli berada dirawat inap Rumah Sehat Jiwa/Rumah Singgah Kecamatan Pangaribuan yang memungkinkan penulis terbantu di dalam melakukan pendampingan dan 3 diantaranya konseli rawat jalan yang aktif melakukan pengobatan rawat jalan dan pengambilan 8 orang konseli ini sebagai sampel sesuai dengan sasaran dan tujuan penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

1. DAMPAK SEBELUM DAN SESUDAH PENDAMPINGAN

Tabel 1 Dampak Terhadap Stress Sebelum dan Sesudah Pendampingan

No. Konseli	Nama Konseli	Skor/Tingkat Perasaan Stress				Hasil	
		Sebelum Pendampingan		Sesudah Pendampingan		Skore	Tingkat
		Skore	Tingkat	Skore	Tingkat		
01	Musi	75	Tingkat stress berat	56	Tingkat stress sedang	Turun	Turun
02	Wegar	94	Tingkat stress berat	66	Tingkat stress sedang	Turun	Turun
03	Hosi	84	Tingkat stress berat	62	Tingkat stress sedang	Turun	Turun

04	Mitom	78	Tingkat stress berat	68	Tingkat stress sedang	Turun	Turun
05	Gusla	79	Tingkat stress berat	61	Tingkat stress sedang	Turun	Turun
06	Daran	73	Tingkat stress sedang	60	Tingkat stress sedang	Turun	Tetap
07	Gerta	73	Tingkat stress sedang	58	Tingkat stress sedang	Turun	Tetap
08	Mato	71	Tingkat stress sedang	55	Tingkat stress sedang	Turun	Tetap

Dari data pada tabel 1 di atas, memperlihatkan bahwa pada konseli no. 1 sampai dengan 8 mengalami penurunan skor (100% turun).

Pada konseli no.1 terjadi penurunan skor 21 dari 75 menjadi 56, penurunan ini sangat signifikan dari tingkat stress berat menjadi sedang.

Pada konseli no. 2 terjadi penurunan skor 28 dari 94 menjadi 66, penurunan ini sangat signifikan dari tingkat stress berat menjadi sedang.

Pada konseli no. 3 terjadi penurunan skor 22 dari 84 menjadi 62, penurunan ini sangat signifikan dari tingkat stress berat menjadi sedang.

Pada konseli no.4 terjadi penurunan skor 10 dari 78 menjadi 68, penurunan ini sangat signifikan dari tingkat stress berat menjadi sedang.

Pada konseli no. 5 terjadi penurunan skor 18 dari 79 menjadi 61, penurunan ini sangat signifikan dari tingkat stress berat menjadi sedang.

Pada konseli no. 6 terjadi penurunan 13 skore dari 73 menjadi 60, penurunan ini kurang signifikan dari tingkat stress sedang menjadi tetap sedang.

Pada konseli no. 7 terjadi penurunan skor 15 dari 73 menjadi 58, penurunan ini kurang signifikan dari tingkat stress sedang menjadi tetap sedang.

Pada konseli no. 8 terjadi penurunan skor 16 dari 71 menjadi 55, penurunan ini kurang signifikan dari tingkat stress sedang menjadi tetap sedang.

Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa dampak pendampingan pastoral berhasil menurunkan tingkat stres sampai pada tingkat sedang yakni ada 5 orang (62,5%) Sedangkan konseli (no.6, 7 dan 8) hanya mengalami perubahan skor dengan keadaan tingkat stres yang masih tetap berada pada tingkat stres sedang.

Tabel 2 Dampak Terhadap Percaya Diri Sebelum dan Sesudah Pendampingan

No. Konseli	Nama Konseli	Skor/Tingkat Percaya Diri				Hasil	
		Sebelum Pendampingan		Sesudah Pendampingan		Skore	Tingkat
		Skore	Tingkat	Skore	Tingkat		
01	Musi	99	Tidak percaya diri	83	Kurang percaya diri	Turun	Turun
02	Wegar	98	Tidak percaya diri	82	Kurang percaya	Turun	Turun

					diri		
03	Hosi	5	Kurang percaya diri	69	Percaya diri	Turun	Turun
04	Mitom	90	Kurang percaya diri	76	Kurang percaya diri	Turun	Tetap
05	Gusla	84	Kurang percaya diri	70	Percaya Diri	Turun	Turun
06	Daran	79	Kurang percaya diri	60	Percaya diri	Turun	Turun
07	Gerta	80	Kurang percaya diri	59	Percaya diri	Turun	Turun
08	Mato	78	Kurang percaya diri	59	Percaya diri	Turun	Turun

Dari data pada tabel 2 di atas, memperlihatkan bahwa pada konseli no. 1 sampai dengan 8 mengalami penurunan skor (100% turun).

Pada konseli no.1 terjadi penurunan skor 15 dari 99 menjadi 83, penurunan ini sangat signifikan dari tingkat tidak percaya diri menjadi kurang percaya diri.

Pada konseli no. 2 terjadi penurunan skor 17 dari 98 menjadi 82, penurunan ini sangat signifikan dari tingkat tidak percaya diri menjadi kurang percaya diri.

Pada konseli no. 3 terjadi penurunan skor 16 dari 85 menjadi 69, penurunan ini sangat signifikan dari tingkat percaya diri kurang menjadi percaya diri.

Pada konseli no.4 terjadi penurunan skor 14 dari 90 menjadi 76, penurunan ini kurang signifikan dari tingkat kurang percaya diri menjadi tetap kurang percaya diri.

Pada konseli no. 5 terjadi penurunan skor 14 dari 84 menjadi 70, penurunan ini sangat signifikan dari tingkat percaya diri kurang menjadi percaya diri.

Pada konseli no. 6 terjadi penurunan 19 skor dari 79 menjadi 60, penurunan ini sangat signifikan dari tingkat percaya diri kurang menjadi percaya diri.

Pada konseli no. 7 terjadi penurunan skor 21 dari 80 menjadi 59, penurunan ini sangat signifikan dari tingkat percaya diri kurang menjadi percaya diri.

Pada konseli no. 8 terjadi penurunan skor 19 dari 78 menjadi 59, penurunan ini sangat signifikan dari tingkat percaya diri kurang menjadi percaya diri.

Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa dampak pendampingan pastoral berhasil menurunkan tingkat kurang percaya diri sampai pada tingkat percaya diri yakni ada 5 orang (62,5%). Konseli no. 1 dan 2 mengalami perubahan skor yang signifikan bahkan penurunan tingkat, tetapi masih berada dalam tingkat kurang percaya diri. Sedangkan konseli (no.4) hanya mengalami perubahan skor dengan keadaan tingkat percaya diri yang masih tetap berada pada tingkat percaya diri kurang.

Tabel 3 Tahap-Tahap Pemulihan Konseli

No	Nama Konseli	Tahap Awal	Tahap Pertengahan	Tahap Akhir
01	Musi	Bersikap datar seperti umumnya ODGJ	Berani menyalam konselor dan berbicara sedikit tentang aktivitasnya.	Mulai berani menatap konselor pada saat berbicara.
02	Wegar	Bersikap datar seperti umumnya ODGJ	Menatap konselor tidak ramah, tetapi sudah mau berbicara sedikit jika ditanya.	Mulai berani menceritakan keadaan dan situasinya.

03	Hosi	Bersikap datar seperti umumnya ODGJ	Mau <i>sharing</i> tetapi masih sedikit berbicara	Sudah mulai terbuka tentang apa yang dirasakannya.
04	Mitom	Bersikap datar seperti umumnya ODGJ	Mulai dapat diajak berbicara sekalipun masih ketawa sendiri	Sudah terbuka untuk menceritakan apa yang dirasakannya.
05	Gusla	Bersikap datar seperti umumnya ODGJ	Berbicara sedikit, belum terlalu mau untuk <i>sharing</i> .	Sudah terbuka dan mampu untuk berbagi hal yang dirasakannya.
06	Daran	Bersikap datar seperti umumnya ODGJ	Sudah mau <i>sharing</i> sekalipun sedikit.	Sudah terbuka dan bahkan sudah tidak bersikap datar lagi
07	Gerta	Bersikap datar seperti umumnya ODGJ	Masih bersikap dingin terhadap konselor.	Sudah dapat diajak berkomunikasi dan merespon dengan baik.
08	Mato	Bersikap datar seperti umumnya ODGJ	Sudah mau <i>sharing</i> tetapi masih sedikit.	Sudah terbuka dan tidak bersikap datar lagi.

Pembahasan

1. Pendampingan Pastoral

Pendampingan pastoral merupakan suatu panggilan yang harus dilakukan oleh setiap orang yang telah merespon panggilan Allah. Pendampingan pastoral tidak hanya menjadi tanggung jawab seorang pendeta, pastor atau rohaniawan, tetapi semua orang percaya terpenggil untuk tugas penggembalaan itu. Penggembalaan inilah yang menjadi dasar pendampingan pastoral, untuk mewujudkan kasih, perhatian dan kepedulian kepada mereka yang berada dalam pergumulan, terutama perasaan-perasaannya.

Perjanjian Lama meletakkan dasar yang penting sekali untuk memahami tentang pendampingan pastoral, di mana seluruh pelayanan berasal dari pelayanan Allah pada umatNya. Bangsa Israel memandang Allah sebagai gembala, mereka merasakan pimpinan dan bimbingan Allah di dalam perjalanan keluar dari Mesir menuju ke tanah Kanaan yaitu tanah perjanjian. Allah memelihara bangsa Israel sekalipun bangsa Israel bersungut-sungut dan kurang percaya kepada Allah. Kata yang biasa dipakai dalam Perjanjian Lama untuk menunjuk kepada gembala adalah רֹעֶה - ro'eh, (Kej. 4:2; 37:2; 47:3; 46:32, 34; Kel. 3:1), yang dibentuk dari kata רָעַע - ra'a' (Bahasa aslinya) yang berarti makan rumput, memberi makan, menggembalakan, merawat/memelihara, menyegarkan dan melindungi.

Praktik pendampingan juga ada dalam zaman para rasul pada Perjanjian Baru yang diejawantahkan dalam bentuk: saling menasehati (Rm. 15:14); "Nasehatilah seorang akan yang lain" (Ibr 3:13): "Hiburkanlah seorang akan yang lain dengan perkataan-perkataan ini". (1 Tes. 4:18); "Nasehatilah seorang akan yang lain dan saling membangunlah kamu". (1 Tes. 5:11; "Hendaklah kamu saling mengaku dan saling mendoakan, supaya kamu sembuh" (Yak. 5:16). Kata yang biasa dipakai dalam Perjanjian Baru untuk menunjuk kepada gembala adalah poimen (ποιμην). Kata gembala adalah menggambarkan Yesus sebagai gembala yang baik (Yoh. 10:11, 14). Sebagai gembala yang baik, Yesus menyerahkan nyawaNya bagi domba-dombaNya, Ia mengenal domba-dombaNya dan domba-dombaNya mengenal Dia.

Dalam Perjanjian Baru istilah konselor sering muncul dalam hubungannya dengan Roh

Kudus sebagai penghiburan, anjuran; penghibur, penasehat, penolong, pengantara. Istilah yang banyak dipakai untuk menggambarkan pelayanan konseling adalah kata gembala dan penggembalaan, menasehati, menghibur, membangun, menolong atau bertolong-tolongan. Yesus sebagai Gembala Agung bagi segala domba Dialah gembala yang hidup, yang baik dan lalah yang memimpin umatNya ke dalam perhentian iman yang kekal di surga. Dalam Yohanes 21:15-17; diceritakan setelah Yesus bangkit dari kematian dan sebelum Dia naik ke surga, Yesus memerintahkan kepada para rasul untuk menggembalakan domba-dombaNya. Domba-domba Yesus ini adalah orang-orang yang berada dalam kegelapan atau cengkraman maut yang berhasil diselamatkan oleh Yesus dan murid-muridNya, para rasul dan orang percaya yang lainnya. Orang-orang dari segala bangsa yang terbelenggu oleh dosa dan maut, merekalah yang membutuhkan penggembalaan, pendampingan pastoral agar mereka datang kepada Yesus dan bebas dari permasalahan hidupnya. Oleh karena Yesus mengutus murid-muridNya menggembalakan domba-dombaNya, maka Yesuslah yang berhak mengangkat gembala-gembalaNya (para penginjil, pendeta, penatua dan pengajar).

Fungsi adalah kegunaan atau manfaat yang didapat dari pelayanan pendampingan pastoral, di mana fungsi merupakan tujuan-tujuan kegiatan yang hendak dicapai dalam upaya membantu orang yang sedang memiliki masalah. Ada enam fungsi pendampingan pastoral, yaitu:

1. Membimbing
2. Mendamaikan atau Memperbaiki Hubungan
3. Menopang atau Menyokong
4. Menyembuhkan
5. Mengasuh
6. Mengutuhkan

2. Psikospiritual Kristen

Psikospiritual berasal dari dua suku kata yang digabungkan dari psikologi dan spiritual. Konsep dari psikospiritual merupakan suatu teori yang mempertemukan psikologi dan spiritual, yang di mana dimensi psikologi mempengaruhi pengalaman spiritual dan sebaliknya dimensi spiritual dapat saling mempengaruhi psikologi. Awalnya psikologi adalah subdisiplin ilmu teologi dan filosofi. Dalam perkembangannya kebanyakan psikologi menolak studi spiritual sebagai bagian dari manusia dan memilih untuk fokus pada perilaku dan pikiran manusia. Psikospiritual juga merupakan analisis yang digunakan dalam melihat akar masalah konseli baik dari kacamata psikologi dan kaca mata spiritual. Artinya, akar masalah konseli bisa masalah psikis dan atau masalah spiritual atau rohani. Kaca mata untuk melihat akar masalah konseli bisa tunggal dan bisa juga kombinasi. Hal ini diperlukan mengingat akar masalah yang menjadi penyebab persoalan konseli tidak selalu hanya masalah psikis tetapi mungkin juga terdapat masalah spiritual atau rohani.

Psikospiritual berkaitan dengan hubungan antara spiritualitas dan pikiran. Dalam ensiklopedia Indonesia, spiritual adalah:

1. Bentuk nyanyian rakyat yang bersifat keagamaan, dikembangkan oleh budak-budak negro dan keturunan mereka di Amerika Serikat di bagian selatan.
2. Berhubungan dengan rohani dan eksistensi kristiani yang berdasarkan kehadiran dan roh kudus dalam setiap orang beriman dan seluruh gereja. Adapun spiritualitas adalah kehidupan rohani (spiritual) dan perwujudannya dalam cara berfikir, merasa, berdoa dan berkarya.

Dalam terapi psikospiritual terkadang didalamnya yaitu penyembuhan atau pengobatan. Orang yang melakukan terapi disebut terapis, dan fungsi terapis yang esensial

adalah memberikan umpan balik yang jujur dan langsung kepada konseli. Mereka juga perlu memberikan dukungan serta kehangatan, tetapi juga cukup perhatian untuk menantang dan berkonfrontasi. Terapi yang baik merupakan terapi yang bisa mendorong seseorang untuk sikap penyerahan diri kepada otoritas yang lebih tinggi, tanpa mengidentifikasi bahwa otoritas itu adalah terapis. Di antara tujuan terapi yaitu, membantu konseli untuk memperoleh kesadaran atas pengalaman dari saat ke saatnya. Menantang konseli agar menerima tanggungjawab atas pengambilan dukungan internal alih-alih dukungan eksternal.

Adapun yang menjadi tujuan dari terapi psikospiritual adalah berusaha menangani permasalahan psikologis dengan mengintegrasikan pendekatan psikologis serta pendekatan spiritual. Terapi psikospiritual adalah suatu layanan psikoterapi/konseling psikologi yang memperhatikan dan memanfaatkan nilai, iman, dan spiritual untuk perubahan dan pertumbuhannya. Jika seseorang sudah mencapai titik tertinggi dalam spiritualnya, maka orang tersebut akan merasa bebas, dan tenteram dalam hidupnya. Dalam hal ini, usaha penyembuhan atau terapinya biasanya dihubungkan dengan aspek keyakinan masing-masing.

Maka konsep dari psikospiritual adalah pendekatan psikologi dan pendekatan rohani. Tentu perlu sekali terlebih dahulu untuk melihat masalah psikis konseli sebelum masuk ke dalam intervensi rohani seperti: menyanyikan kidung rohani favorit atau lagu kesukaan dari klien. Salah satu kekuatan menyanyikan lagu rohani favorit konseli adalah di samping konseli sudah mengetahui lagu tersebut juga memiliki efek healing atau pemulih. Lagu favorit biasanya langsung menyentuh aspek afeksi konseli yang bertipe kinestetik dan audio serta visual dan aspek kognisi konseli dengan tipe digital.

Perlu sekali bagi seorang konselor untuk memandang masalah konseli dari sudut pandang psikospiritual. Konseptualisasi adalah narasi mengenai pergumulan konseli yang didalamnya sudah disajikan hubungan sebab akibat dari permasalahan konseli dan dalam konseptualisasi juga ada hipotesa. Hipotesa adalah kesimpulan sementara tentang akar masalah konseli dan intervensi yang akan dilakukan yang masih akan dibuktikan kebenarannya. Hipotesa baru benar apabila setelah intervensi dilakukan konseli mengalami pemulihan. Sebagai contoh apabila dalam konseptualisasi konselor berhipotesa bahwa akar masalah konseli adalah masalah psikis seperti penolakan, maka apabila setelah intervensi psikis dan rohani dilakukan dengan self disclosure atau curhat dan mau mengampuni, maka itu berarti hipotesa benar.

3. Skizofrenia

Gangguan jiwa dibagi atas dua golongan besar, yaitu: gangguan jiwa ringan (neurosa) dan gangguan jiwa berat (psikosis). Golongan psikosis ditandai dengan dua gejala utama, yaitu tidak adanya pemahaman diri (insight) dan ketidakmampuan menilai realitas (reality testing ability terganggu). Sedangkan golongan neurosis kedua gejala utama tersebut masih baik. Salah satu bentuk gangguan jiwa yang terdapat di seluruh dunia yaitu skizofrenia. Skizofrenia merupakan salah satu bentuk gangguan jiwa jenis psikosis terbanyak.

Istilah skizofrenia berasal dari bahasa Yunani yaitu schizo (perpecahan) dan phren (jiwa). Istilah tersebut digunakan untuk menjelaskan terpecahnya atau terfragmentasinya pikiran individu dengan gangguan ini. Istilah skizofrenia tidak menunjukkan beragamnya kepribadian kepada suatu individu (multiple personality). Deskripsi tanda dan gejala yang mirip skizofrenia sebenarnya sudah diketahui dan tercatat di masyarakat Yunani Kuno. Namun dalam perkembangannya, gangguan jiwa berat ini (skizofrenia) baru benar-benar dikenali dan mulai banyak studi tentang gangguan tersebut pada abad 19.

Skizofrenia dapat terjadi pada pria atau wanita dan juga mempengaruhi semua kelompok etnis. Gejala biasanya mulai muncul antara usia 16 dan 30 tahun. Dalam hal ini yang

mungkin jarang terjadi, anak-anak juga dapat menderita skizofrenia. Faktor yang dapat menyebabkan seseorang mengalami skizofrenia, antara lain sebagai berikut:

1. Faktor Genetik

Faktor genetik pada orang dengan skizofrenia melibatkan dari satu gen, yang disebut fenomena lokus kereta kuantitatif. Skizofrenia yang paling sering terjadi dengan faktor genetik dapat disebabkan oleh beberapa gen yang terletak di tempat yang berbeda pada kromosom yang berbeda.

2. Lingkungan

Faktor lingkungan ini mungkin termasuk hidup dalam kemiskinan, lingkungan yang penuh tekanan atau bahaya, adanya paparan virus atau permasalahan nutrisi sebelum lahir akan menjadi faktor resiko munculnya gangguan skizofrenia.

3. Struktur Otak & Kimia Otak

Skizofrenia dapat berasal dari ketidakseimbangan berbagai kimia otak yang disebut neurotransmitter yang merupakan biokimia otak yang menyebabkan neurin berkomunikasi satu sama lain. Berbagai ahli mengatakan bahwa skizofrenia bermula dari aktivitas berlebihan neurotransmitter dopamine di bagian otak tertentu atau karena sensitivitas otak yang tidak normal terhadap dopamine.

4. Faktor Psikologis Sosial

Faktor psikologis meliputi adanya faktor herediter yang semakin lama semakin kuat, adanya trauma yang bersifat kejiwaan dan merusak mental serta psikologis seseorang. Adanya hubungan antara orangtua dan anak yang bersifat patogenik atau interaksi patogenik dalam keluarga.

Adapun jenis-jenis skizofrenia, yaitu:

a. Skizofrenia Paranoid

Gambaran klinis didominasi oleh waham yang relatif stabil, seringkali paranoid, biasanya disertai dengan halusinasi konseli, terutama halusinasi pendengaran dan gangguan persepsi sensorik. Gangguan afektif, serta kemauan (volition) dan bicara serta gejala katatonik yang tidak menonjol.

b. Skizofrenia Hebefrenik

Suatu bentuk skizofrenia dengan perubahan afektif yang nyata dan secara umum terdapat waham dan halusinasi yang mengambang atau terpisah-pisah serta berbagai perilaku yang tidak bertanggung jawab.

c. Skizofrenia Katatonik

Gangguan psikomotor yang sangat menonjol adalah ciri yang sering dan dominan, dan dapat bervariasi antara ekstrim seperti: hiperkinesis dan pingsan, antara kepatuhan otomatis dan negativism. Postur terbatas dan posisi tubuh yang dapat dipertahankan dalam jangka waktu yang lama. Episode kecemasan yang disertai dengan kekerasan yang mungkin terjadi merupakan gambaran yang sangat mencolok dari kondisi ini.

d. Skizofrenia Tak Terinci (Undifferentiated)

Kondisi yang memenuhi karakteristik diagnosis umum untuk skizofrenia tetapi tidak cocok dengan salah satu subtype skizofrenia diatas, seperti: skizofrenia paranoid dan skizofrenia katatonik, yang menunjukkan lebih banyak gejala daripada subtype tanpa dominasi yang lebih jelas untuk sekelompok diagnosis tipikal skizofrenia.

e. Depresi Pasca Skizofrenia

Episode depresi yang dapat berlangsung lama dan terjadi setelah serangan skizofrenia. Berbagai gejala skizofrenia yang harus ada tetapi tidak lagi mendominasi gambaran klinis. Gejala persisten ini bisa positif atau negatif, meskipun biasanya yang terakhir lebih sering

terjadi pada konseli.

f. Skizofrenia Residual

Tahap kronis dalam perkembangan dan gejala skizofrenia, di mana telah terjadi perkembangan yang nyata dari tahap awal (terdiri dari satu atau lebih episode dengan berbagai gejala psikotik yang memenuhi kriteria umum untuk skizofrenia di atas) ke tahap yang lebih lanjut yang dapat ditandai dengan gejala negatif dalam jangka panjang.

g. Skizofrenia Simpleks

Gangguan yang sangat tidak biasa, di mana terjadi perkembangan ketidakmampuan untuk memenuhi tuntutan masyarakat dan penurunan kinerja secara keseluruhan dalam berbagai aktivitas.

Menurut Substance Abuse and Mental Health Service Administration (SAMHSA), sebuah badan milik pemerintah Amerika Serikat, pengertian dari pemulihan merupakan suatu perubahan di mana kesehatan dan kesejahteraan seseorang menjadi meningkat, hidup sesuai dengan arah kehidupan yang dipilihnya, dan berjuang mencapai tujuan hidup sesuai dengan seluruh kemampuan yang dia punya. Pemulihan yaitu suatu proses atau perjalanan panjang, bukan menjadi suatu tujuan, tapi suatu proses yang selalu bergerak serta dinamis. Pemulihan menjadi suatu proses perubahan dari kurang sehat dan tersandera oleh gejala gangguan jiwa, menuju kepada suatu keadaan yang lebih sehat dan sejahtera. Pulih bukan berarti sembuh, oleh karena seseorang yang sudah pulih bisa kembali jatuh sakit. Pulihnya penderita gangguan jiwa yaitu seperti pulihnya seseorang yang menderita diabetes. Mereka sewaktu waktu dapat kambuh, gula darahnya bisa kembali meningkat. Penderita tekanan darah tinggi yang sudah terkontrol, juga bisa kambuh serta tekanan darahnya kembali menjadi tinggi dan tidak terkontrol. Kesehatan jiwa seseorang harus terus dijaga dan ditingkatkan untuk menuju ke keadaan yang menjadi lebih baik.

Skizofrenia merupakan penyakit menahun/ kronis, seperti juga dengan penyakit darah tinggi atau gula darah, di mana memerlukan pengobatan dalam jangka panjang meskipun gejalanya sudah menghilang atau berkurang. Pengobatan dengan minum obat dan psikoterapi akan dapat membuat penderita skizofrenia mengendalikan penyakitnya. Pada saat krisis atau kambuh parah, penanganan atau perawatan di rumah sakit sangat diperlukan sehingga penderita bisa tetap mendapat nutrisi, tidur dan penanganan kebersihan diri yang baik. Obat-obatan merupakan kunci utama pengobatan skizofrenia. Terkadang, pemberian obat tersebut dapat memberikan efek samping yang tidak enak sehingga membuat penderita menjadi malas minum obat. Tujuan utama pemberian obat-obatan adalah menekan tanda dan gejala skizofrenia dengan dosis serendah mungkin.

Selain dengan obat-obatan, untuk mendukung pemulihan penderita skizofrenia juga memerlukan penyembuhan dalam bentuk terapi psikososial, seperti:

- a) social skills training yang fokusnya pada pelatihan keterampilan komunikasi dan interaksi sosial.
- b) family therapy (terapi keluarga) dengan memberi informasi kepada keluarga tentang caranya mendukung pemulihan penderita schizophrenia
- c) vocational rehabilitation dan supported employment, di mana pelatihan kerja diberikan dan juga dukungan psikososial selama sang penderita bekerja
- d) individual therapy di mana penderita belajar tentang cara mencegah kambuh dan belajar mengatasi penyakitnya. Di Negara-negara maju, masyarakat juga mengembangkan program yang menggarap masalah pekerjaan, perumahan, self-help group, dll.

4. Stress Dan Percaya Diri Dalam Alkitab

Stress Dalam Alkitab

Kata Stress dalam perjanjian lama dapat diartikan sebagai suatu perasaan gelisah atau tidak tenang. הַמָּהָה - hamah adalah istilah ibrani yang berarti jiwa yang gelisah atau tidak tenang sehingga muncul dalam Tindakan yang kacau dan melelahkan. Dalam Alkitab Perjanjian Lama keadaan stress digambarkan dengan istilah:

- a. Jiwa yang tertekan dituliskan sebanyak 7 kali dalam Alkitab (Mzm. 42:5,6,11, Mzm. 43:5; 88:7, Rat. 3:20 dan Hab. 3:7).
- b. Jiwa yang gelisah (cast down), terdapat sebanyak 20 kali di dalam Alkitab (Ayb. 7:4, Yes. 21:4, Mzm. 42: 5, 11 Mzm. 43:5, Dan. 2:1, Mat. 24:6, Mrk. 24:7, Yoh. 14:1, Kis. 17:8, 2 Tes. 2:2 dan sebagainya).
- c. Sesak hati atau hati yang sesak, terdapat sebanyak 10 kali dalam Alkitab. Dalam istilah bahasa Inggris: King James Version memakai istilah astonishment dan asthonies (Kej. 32:7). Hal ini sehubungan dengan stress yang dihadapi Yakub. Ia takut bertemu dengan Esau karena kejahatan yang pernah dilakukannya terhadap Esau yang pernah ditipunya dua kali. Namun stress yang dialami Yakub mendorong dia untuk kreatif mengatur strategi menghadapi Esau, Yakub melakukan kebaikan dengan memberikan pemberian sebagai penghormatannya kepada Esau dan hendak berdamai dengan orang yang pernah memusuhinya dan ingin membunuhnya. Kemudian ia juga berdoa memohon pertolongan dan perlindungan kepada Allah dan mengingat janji dan kebaikan Tuhan. Dalam hal ini tidak semua stress yang berakibat buruk, tergantung kepada sikap dan perilaku seseorang menyikapinya.
- d. Dalam Kejadian 42 :1, bagaimana sesak hati yang dialami Yusuf pada waktu ia dibuang oleh saudara-saudaranya ke sumur kosong dan kemudian dijual sebagai budak kepada pedagang Midian. Sekalipun Yusuf memohon dengan sangat agar ia jangan dijual, tetapi saudara-saudaranya tidak mengacuhkannya. Namun stress dan sesak hati yang dialami Yusuf inilah yang mendorong dia semakin berpaut kepada Allah dan merupakan rencana Allah mempersiapkan dirinya sebagai seorang mangkubumi di Mesir untuk keselamatan hidup keluarganya dan bangsa Mesir. Stress yang dialami saudara Yusuf mengingatkan mereka kepada kejahatan yang pernah mereka lakukan terhadap Yusuf yang hingga saat itu belum pernah diakui.
- e. Hati yang gundah gulana. Mazmur 42:5, "Jiwaku gundah gulana", Mazmur 42:6 "Jiwa yang tertekan dan hati yang gelisah", Yehezkiel 4:16,17 dan Yehezkiel 12:19: orang Israel yang makan roti dengan hati yang cemas dan minum air dengan hati yang gundah gulana karena mereka telah memberontak dan berbuat dosa serta meninggalkan Tuhan.
- f. Keadaan susah dan sulit. Yeremia 19:9. Stress yang dialami oleh orang Israel disebabkan keadaan susah dan sulit yang dialami bangsa Israel pada waktu mereka dikepung oleh musuh karena mereka telah durhaka kepada Tuhan. Keadaan ini sedemikian sulit dan susah sampai mereka memakan daging anak-anaknya dan daging teman-temannya.
- g. Gelisah dan tidak dapat tidur karena stress menghadapi musibah. Ayub 7:4, Ayub yang dalam keadaan stress karena musibah yang dialaminya, membuat dia tidak dapat tidur sepanjang malam
- h. Stress disebabkan sakit penyakit. Mazmur 77:3-5: "... Engkau membuat mataku tetap terbuka," aku gelisah sehingga tidak dapat berkata-kata. Ungkapan hati Ayub sehubungan dengan penderitaan karena itulah yang menimpa dirinya setelah ia kehilangan semua miliknya.

Dalam Perjanjian Baru stres juga dapat diartikan sebuah ketakutan (Luk. 22:44).

Ketakutan itu menunjuk kepada suatu masalah yang sedang dihadapi, suatu ketegangan (inner tension) dan kecemasan (anxiety) dan stress juga dapat diartikan dengan khawatir dalam Bahasa Yunani adalah μέριμνα - merimna, dan digunakan 19 kali di dalam Perjanjian Baru. Kata ini berarti menarik ke arah berbeda yang terbagi pada dua pikiran, masalah besar atau kecil. Kekhawatiran diawali dengan keprihatinan yang logis, tetapi ada yang sangat terlihat semakin besar yaitu ketakutan. Jika dibiarkan, ketakutan berubah menjadi “bagaimana jika” yang berlebihan menyebabkan stress. Dalam Alkitab Perjanjian Baru stress digambarkan dalam konteks seperti:

- a) Yesus di Taman Getsemani yang mengalami: hati yang sangat sedih, seperti mau mati rasanya” (Mat. 26:38, Mrk. 14:34)
- b) Yesus yang merasa sangat ketakutan, lalu semakin sungguh-sungguh berdoa (Luk. 22:44).
- c) Peluh seperti titik-titik darah yang bertetes ke tanah karena stress (Luk. 22:44).
- d) Paulus yang menulis surat kepada jemaat di Korintus dengan hati yang sangat cemas dan sesak (2 Kor. 2:4).
- e) Stress dengan menyebabkan tangisan yang mencururkan banyak air mata (2 Kor. 2:4).
- f) Hati yang gelisah dan tidak tenang (2 Kor. 2:13). Paulus yang mengkhawatirkan keberadaan Titus anak rohaninya dan kawan sekerjanya di ladang Tuhan.

Dari beberapa uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa stress dapat membawa kita lebih dekat kepada Allah dan lebih sungguh-sungguh bergantung kepadaNya. Stress dapat terjadi karena situasi yang tidak kondusif, stress dapat terjadi karena kecemasan dan ketakutan yang berat.

5. Percaya Diri Dalam Alkitab

Percaya diri memiliki persamaan dengan kata yakin, dapat diandalkan atau dipercayai. Dalam bahasa ibrani yakin diterjemahkan dengan kata תָּמַךְ - emeth”; diandalkan atau dipercayai diterjemahkan dengan kata אָמַן - aman” yang berarti keadaan yang benar dan dapat dipercaya atau diandalkan. Dalam kitab Kejadian 1:26-27 dikatakan bahwa Allah menciptakan manusia menurut gambarNya. Manusia diberi tempat mulia dalam alam semesta, diberi kuasa untuk memenuhi bumi dan menaklukkannya dan berkuasa atas semua makhluk (Kej. 1:27-2:3). Kesaksian yang sama tentang kekuasaan manusia dan tentang tempatnya yang sentral dalam alam ciptaan ini (Yes. 42:5-6; Mzm. 8:5-9; Mzm. 104:14-15). Setelah peristiwa kejatuhan manusia ke dalam dosa hubungan manusia dengan Allah rusak. Manusia mulai menyadari ketidaksenangan Allah terhadap mereka karena telah melanggar ketetapan dan perintah Allah. Manusia juga sadar telah kehilangan kedudukan dihadapan Allah dan berada di bawah hukumanNya. Dan akhirnya manusia bukan mencari persekutuan dengan Allah, tetapi berusaha menjauhi Allah (bnd. Kej. 3:7-8), perasaan minder menguasai mereka. Hati nurani merasa membuat manusia tidak dapat tenang.

Percaya diri dalam Bahasa Inggris menggunakan kata “confident”. Ada 2 kata dalam Bahasa Yunani yang diterjemahkan dengan kata θάρρα - tharreó (digunakan dalam 2 Korintus 5:6 & 8), artinya to be of good courage, merasa tenang, bersikap berani, menaruh kepercayaan / yakin; πείθω - peithó (digunakan dalam Flp 1:14), artinya to have confidence, menjadi yakin, menaruh kepercayaan, mengandalkan. Manusia menurut janji Allah masih harus dipandang sebagai citra Allah (lih. Kej. 5:1; Kej. 9:1; Mzm. 8; 1 Kor. 11:7; Yak. 3:9), bukan berdasarkan apa yang ada dalam dirinya sendiri, tetapi berdasarkan apa makna Kristus bagi dirinya dan berdasarkan apa makna dia dalam Kristus. Dalam Kristuslah dilihat makna yang sebenarnya dari perjanjian yang dibuat Allah untuk mencapainya (bnd. Kej. 1:27-30; Kej. 9:8-17; Mzm. 8; Ef. 1:22; Ibr. 2:6), karena kesetiaan manusia dari segi kehidupan perseorangan (Mat. 18:12) maupun dari segi kehidupan bersama (Mat. 9:36; Mat. 23:37), dipandang lebih

jauh bernilai dari seluruh alam (Mat. 10:31; Mat. 12:12; Mrk. 8:36-37).

Dengan demikian, manusia kehilangan persepsi benar mengenai realita bahwa Allah mengasihi manusia. Manusia mewarisi cara berpikir yang sia-sia, tidak mengenal Allah, dengan pengertian yang gelap, jauh dari persekutuan dengan Allah (Ef. 4:17-18). Manusia sering merasa terganggu karena pendapat atau cara berfikir mengenai hal-hal yang ada di sekitarnya. Manusia memiliki konsep yang jauh dari standart Allah dan akhirnya jadilah pribadi yang memiliki perasaan tidak percaya diri.

Salah satu contoh dalam Alkitab yang dibangkitkan kepercayaan dirinya adalah Timotius. Timotius adalah seorang yang setia dalam pelayanannya bersama dengan Paulus yang adalah bapak rohaninya. Pengajaran yang diberikan Paulus kepada Timotius adalah tentang melayani dari muda. Paulus mengajarkan Timotius sejak muda untuk terlibat dalam pelayanan dan tidak menganggap rendah diri karena pemuda adalah tulang punggung gereja. Akan tetapi sebelum Timotius menjalankan pelayanannya, ia adalah seorang yang pemalu dan minder, karena ia muda tetapi Paulus mengajarkan ia supaya tetap melayani Tuhan dan menjadi teladan.

6. Gangguan Jiwa Dalam Sejarah Alkitab

Alkitab memiliki banyak kisah mengenai kesehatan dan gangguan jiwa, baik dalam Perjanjian Lama maupun Perjanjian Baru. Alkitab menyebutkan bahwa hati yang gembira adalah obat yang manjur, namun semangat yang patah mengeringkan tulang (Ams. 17:22). Temuan-temuan modern membenarkan pernyataan Alkitab tersebut. Mereka yang senang memiliki tingkat kesehatan yang tinggi serta harapan hidup di atas rata-rata manusia pada umumnya. Sebaliknya, mereka yang mengalami depresi mengalami berbagai kesulitan hidup dan sakit penyakit lainnya. Kebenaran penjelasan dalam Alkitab tersebut kemudian dikonfirmasi oleh temuan-temuan di bidang neurosains modern mengenai hormon-hormon kebahagiaan dan juga hormon-hormon stres yang diproduksi di dalam otak ketika manusia berada dalam kondisi suasana perasaan berbeda tersebut, beserta akibatnya pada kesehatan. Alkitab sebenarnya lebih banyak dipenuhi kisah-kisah gangguan jiwa atau gangguan mental bila ditinjau dengan tafsir kesehatan mental modern. Berikut ini beberapa contoh tokoh-tokoh dalam Alkitab yang diduga mengalami gangguan jiwa atau gangguan mental:

a. Raja Saul

Menurut 1 Samuel 16, Raja Saul yang dikategorikan mengalami gangguan ansietas atau kecemasan. Karena saul memberontak terhadap kehendak Allah, ia diserahkan kepada pengaruh roh-roh jahat. Penasihat-penasihat Saul mengusulkan untuk mencari seseorang yang pandai memainkan kecapi, yang diharapkan dapat menenangkan jiwa Saul pada saat-saat ia mengalami gangguan kejiwaan. Daud kemudian menggunakan musik sebagai sarana untuk mengeluarkan roh jahat yang merasuki Saul (1 Sam.16:14–23).

b. Yunus

Menurut Yunus 4:3, Yunus sedang mengalami depresi, karena perbuatan Tuhan yang tidak sesuai dengan keinginannya sehingga ia meminta untuk segera diambil nyawanya. “jadi sekarang, ya TUHAN, cabutlah kiranya nyawaku, karena lebih baik, aku mati daripada hidup”. Kata “ingin mati” ini, merupakan perasaan tertekan di mana seseorang putus asa dengan hidupnya sendiri.

c. Elia

Kisah Elia yang mengalami depresi setelah mendapatkan ancaman dari Izebel hanya melalui suruhannya. Padahal, pada peristiwa sebelumnya Elia melakukan mukjizat menurunkan hujan dan membunuh para nabi Baal (1 Raj. 18 dan 19). Awalnya Elia menunjukkan imannya, mukjizat, dan keberanian yang kemudian secara mengejutkan tiba-

tiba mengalami ketakutan luar biasa sampai memiliki keinginan untuk mati pada bagian selanjutnya, hanya karena mendapatkan ancaman.

d. Seorang Pria Gerasa

Kisah ini secara paralel muncul pula dalam Markus 5:1-20, di mana pria Gerasa ini dapat dikategorikan mengalami gangguan skizofrenia. Karena kondisi pria tersebut diam dan dirantai sekalipun rantai tidak sanggup lagi mengikatnya (bnd. Mrk. 5:2). Markus secara lebih lengkap mengurai proses terapi yang dibuat Yesus terhadap pria Gerasa ini. Mula-mula dia menjadi pasien dengan keluhan gangguan jiwa yang tidak bisa diatasi, bahkan dirantai saja sudah tidak mempan lagi. Kemudian sepanjang hidupnya penuh penderitaan, sebab tidak kenal istirahat atau tidur, dia selalu menjerit dan disiksa tanpa henti.

e. Yudas Iskariot

Dalam Matius 27:5 memperlihatkan kisah seorang murid Yesus yang menukar Yesus dengan uang 30 perak. Penyesal Yudas Iskariot dalam ketika Yesus diadili di Mahkamah Agama dengan pelbagai saksi dusta (Mat. 26:57-68). Ia diolok-olok, diludahi, dipukuli, dirobeki bajunya sampai dipakaikan mahkota duri bahkan Yesus di jatuhi hukuman mati. Inilah penyesalan mendalam Yudas yang membuat ia mengalami gangguan depresi berat dan pada akhirnya ia memutuskan untuk bunuh diri. Oleh karena penyesalan itu setiap hari sangat menyiksa dirinya.

7. Refleksi Teologis

Secara holistic penyebab stres dan tidak percaya diri adalah akibat ketidakseimbangan dalam menjalankan hidup baik secara biologis, psikologis, dan spiritual. Secara rohani atau spiritual penyebab orang gagal mengatasi stress dan tidak percaya diri adalah karena kurangnya percaya atau iman kepada Allah Yang Maha Kuasa sebagai pemelihara dan penolong. Tidak adanya sikap mental yang bergantung kepada Tuhan. Manusia harus menemukan makna hidup yang sejati dalam Tuhan ketika pencobaan datang.

Kehadiran psikospiritual adalah menjadi warna di dalam membantu seseorang dalam menurunkan tingkatan stress dan meningkatkan kepercayaan diri. Psikospiritual adalah bentuk terapi yang memadukan antara unsur psikologi dengan unsur ritual keagamaan.

Ketika orang sedang mengalami stress yang berat orang itu akan cenderung terfokus pada masalahnya yang buruk, tetapi ketika orang itu merespon dengan pujian dan penyembahan kepada Tuhan, hatinya akan bersyukur buat apa yang baik dari Tuhan. Maka sama halnya dengan kepercayaan diri, jika seseorang mengalami masalah pada kepercayaan diri tetapi ia malah mencoba berlari maka ia tidak akan menemukan jalan apapun. Dalam kisah Paulus dan Silas yang dipenjara, ketika mereka memuji dan menyembah Tuhan terjadi kuasa supranatural, pintu penjara terbuka, rantai-rantai yang membelenggu terlepas. Memang ada kuasa dalam pujian kepada Allah. Bersyukur adalah emosi yang paling sehat yang bisa kita pilih ketika ada dalam tekanan (under pressure) daripada panik, pesimis, atau bersungut-sungut.

Berdasarkan dari penjelasan diatas, konseli yang mengalami skizofrenia di Rumah Singgah/Rumah Sehat Jiwa Kecamatan Pangaribuan harus mendapatkan pendampingan pastoral dengan terapi psikospiritual Kristen. Secara aktif konseli harus dibimbing untuk berdoa, bergaul dengan firman Tuhan bahkan dibimbing untuk terus menerus menyanyikan lagu pujian kepada Tuhan sebagai penyembahan maka ia dapat menurunkan bahkan melenyapkan masalah-masalah kejiwaan yang ada padanya. Memang di dalam konselor melakukan pendampingan dengan psikospiritual perubahan-perubahan yang terjadi pada diri konseli tidak secara langsung merubah kebiasaan yang selama ini sudah terbentuk oleh karena gangguan kejiwaannya. Akan tetapi perubahan perilaku terlihat jelas dari bagaimana

konseli merespon kehadiran konselor, mau dibimbing dan bertekad sembuh dari sakit penyakitnya.

KESIMPULAN

Gangguan jiwa dibagi atas dua golongan besar, yaitu: gangguan jiwa ringan (neurosa) dan gangguan jiwa berat (psikosis). Golongan psikosis ditandai dengan dua gejala utama, yaitu tidak adanya pemahaman diri (insight) dan ketidakmampuan menilai realitas (reality testing ability terganggu). Sedangkan golongan neurosis kedua gejala utama tersebut masih baik. Salah satu bentuk gangguan jiwa yang terdapat di seluruh dunia yaitu skizofrenia. Ada berbagai jenis-jenis penggolongan penderita skizofrenia, akan tetapi yang dalam penulisan ini jenis-jenis hebefrenik dan paranoid yang ditemukan. Dalam kasus skizofrenia memerlukan pengobatan jangka panjang meskipun gejala sudah menghilang atau berkurang. Pengobatan dengan minum obat dan psikoterapi hanya akan dapat membuat penderita skizofrenia mengendalikan penyakitnya.

Psikospiritual adalah suatu teori yang mempertemukan psikologi dan spiritual, di mana dimensi psikologi mempengaruhi pengalaman spiritual dan sebaliknya dimensi spiritual dapat saling mempengaruhi psikologi. Di mana aspek spiritual memiliki dua proses, pertama proses ke atas yang merupakan tumbuhnya kekuatan internal yang mengubah hubungan seseorang dengan Tuhan, kedua proses ke bawah yang ditandai dengan peningkatan realitas fisik seseorang akibat perubahan internal. Maka dalam konteks penulisan ini konselor menggunakan terapi psikospiritual dengan metode menyanyikan nyanyian rohani, memberikan firman singkat dan mengajak konseli untuk berdoa. Adapun tujuan dari terapi psikospiritual dilakukan untuk berusaha menangani persoalan psikologis dengan mengintegrasikan pendekatan psikologis dan pendekatan spiritual, yaitu dengan memperhatikan dan memanfaatkan nilai, iman, dan spiritual untuk perubahan dan pertumbuhannya.

Dalam proses pendampingan pastoral sebelum dilakukan konseli rata-rata berada di tingkat stress yang berat, sekalipun ada yang berada di tingkat stress yang sedang. Setelah dilakukan pendampingan dengan metode psikospiritual tingkat stress konseli menurun menjadi stress sedang. Sedangkan untuk tingkat percaya diri sebelum dilakukannya pendampingan konseli rata-rata kurang memiliki ketidakpercayaan terhadap dirinya sendiri, sekalipun ada yang memiliki ketidakpercayaan terhadap dirinya. Setelah dilakukan pendampingan dengan metode psikospiritual maka tingkat ketidakpercayaan diri turun menjadi percaya diri dan kurang percaya diri. Maka dalam pemulihan konseli, konseli sudah diizinkan untuk melakukan rawat jalan dan kembali ke keluarganya masing-masing, tetapi sikap keluarga yang menolak membuat proses pemulihan konseli menjadi tidak maksimal.

Hal-hal yang terjadi baik sebelum maupun sesudah dilakukannya pendampingan hampir pada tahap awal konselor hadir menjumpai konseli, konseli semua menghindar dan bersikap datar kepada konselor. Setelah pendampingan rutin dilakukan, konselor melakukan pendekatan baik terhadap para penjaga yang merawat konseli dan terkhusus konseli langsung, mulai ada perubahan sekalipun masih ada ketakutan dan ketidaknyamanan dengan kehadiran konselor. Mulai dari konseli ketika ditanya hanya diam saja, ketika diajak berbicara memandang kearah yang lain dan ada juga yang menatap konselor sinis itu yang terjadi sebelum dilakukan pendekatan terhadap konseli. Akan tetapi dengan bantuan para penjaga yang merawat konseli dan tahapan-tahapan pendekatan yang konselor lakukan, maka pada tahap atau pertemuan 4-8 mulai ada respon yang baik dari konseli terhadap konselor. Ini menjadi bukti bahwa pendekatan dan metode terapi psikospiritual relevan untuk konseli

apalagi jika dilakukan dengan jangka waktu yang panjang, maka akan membantu konseli menemukan kembali kehidupannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Anthoneta Jubliana, "Kepercayaan Diri Remaja", dalam Willem A. Van Gemeren, Dictionary of Old Testament Theology & Exegesis Volume I, Amerika: Paternoster Press, 1996.
- Bambang Syamsul, Psikologi Agama, Bandung: Pustaka Setia, 2008.
- Barth C., Teologi Perjanjian Lama 4, Jakarta: BPK Gunung Mulia, 1993.
- Bastaman Hana Djumhana, Logoterapi: Psikologi Untuk Menemukan Makna Hidup Dan Meraih Hidup Bermakna, Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2007.
- Beek Aart Van, Pendampingan Pastoral, Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2011.
- Bergant Dianne dan Robert J. Karris, Tafsir Alkitab Perjanjian Lama, Yogyakarta: Kanisius, 2002.
- Brill J. Wesley, Tafsiran Surat Ibrani, Bandung: Kalam Hidup, 2004.
- Cahaya Noor, Aku Kenal Skizofrenia, Yogyakarta: Bintang Semesta Media, 2022.
- Collins Gary, The Christians Psychology, Michigan: Baker Book House, 1973.
- Corey Gerald, Teori Dan Praktek Konseling Dan Psikoterapi, Bandung: Refika Aditama, 2005.
- Ella Hadi Nurlaela, Aplikasi Metode Kualitatif Dalam Penelitian Kesehatan, Depok: FKM UI, 2000.
- Engle J. D., Pastoral dan Kebutuhan Dasar Konseling, Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2016.
- Jalaluddin, Psikologi Agama, Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2010.
- Jiwo Tirto, Mengenal Skizofrenia, Purworejo: Tirto Jiwo, 2012.
- Kohlhammer Verlag W., Theological Dictionary of The New Testament, Stuttgart Germany: Eerdmans Publishing, 1968.
- MacArthur John F. & Wayne A Mack, Pengantar Konseling Alkitabiah, Malang: Gandum Mas, 2002.
- Morton Scott, Apa Sejatinya Kata Alkitab tentang Uang, Bandung: NavPress Indonesia, 2021.
- Munawar Ahmadi, Psikologi Perkembangan, Jakarta: Rineka Cipta, 2005.
- Newman Barclay M., Kamus Yunani Indonesia, untuk Perjanjian Baru, Jakarta: BPK Gunung Mulia 2002.
- Palmquist Stephen, Fondasi Psikologi Perkembangan: Menyelami Mimpi Mencapai Kematangan Diri, Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2005.
- Pink A. W., Tafsiran Injil Yohannes, Surabaya: YAKIN, 1990.
- Rey Hendra, Menata Hidup Serupa Kristus, Bandung: Visi Anugerah Indonesia, 2014.
- Seamands David A., Kesembuhan Emosi, Bandung: Kalam Hidup, 2000.
- Setiadi Gunawan, Pemulihan Gangguan Jiwa, Purworejo: Tirto Jiwo, 2014.
- Simanjuntak A., Tafsir Alkitab Masa Kini, Jakarta: BPK Gunung Mulia, 1983.
- Sinaga Triani Devita, "Pemulihan Alkitabiah Terhadap Konsep Diri Irasional Kaum Muda", dalam J.D. Douglas (ed.), Ensiklopedia Alkitab Masa Kini, Jakarta: YKBK/OMF, 1995.
- Sovitriana Rilla, Dinamika Psikologis Kasus Penderita Skizofrenia, Sidoarjo: Uwais Inspirasi Indonesia, 2019.
- Sumbayak Jaharianson Saragih, PsychoDelSi (Psycho Deliverance Spiritual) Kacamata Baru dalam melihat Akar Masalah Klien, Medan: Sinarta Medan, 2021.
- Suryabrata Sumadi, Psikologi Kepribadian, Bandung: Rajawali Pers, 1983.
- Tanjung Arif Irfan, Penyebab Kekambuhan Pada Pasien Skizofrenia, Indramayu: Adanu Abimata/Adab, 2023.
- Theissen Hendry C., Teologia Sistematis, Malang: Gandum Mas, 1997.
- Wasti Nurbaya Sastri & Pujiati, "Dampak Pengajaran 1 Timotius 4:6-16 Terhadap Keterlibatan Pemuda Dalam Pelayanan Gereja Di GKII Nangka", Jurnal Penabiblos Edisi ke-27, Vol.13 No.2 (2022).
- Widjaja Paulus S. dan Wahyu S. Wibowo, Meretas Diri, Merengkuh Liyan, Berbagai Kehidupan, Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2020.
- Yancey Philip & Beranda Quinn, Meet the Bible Dari Kerjaan Sampai Wahyu, Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2016.