

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

“Hati yang gembira adalah obat yang manjur, tetapi semangat yang patah mengeringkan tulang” (Amsal 17:22).¹ Teks ayat Alkitab di atas menggambarkan konsep Alkitabiah tentang korelasi atau dampak kesehatan psikis/mental terhadap kesehatan fisik. Jauh hari sebelum ilmu psikologi mengalami perkembangan pesat seperti sekarang ini, Alkitab telah menuangkan gagasan terkait hubungan integral antara kesehatan mental dan kesehatan fisik. Temuan-temuan modern membenarkan pernyataan Alkitab tersebut. Mereka yang gembira/ bahagia memiliki tingkat kesehatan yang tinggi, sebaliknya mereka yang mengalami depresi mengalami berbagai kesulitan hidup dan sakit penyakit lainnya. Kebenaran Alkitab tersebut dikonfirmasi oleh temuan-temuan di bidang *neurosains* modern mengenai hormon-hormon kebahagiaan dan juga hormon-hormon stress yang diproduksi di dalam otak dan dampaknya pada kesehatan.²

Sejak awal abad 19, ahli kedokteran mulai menyadari adanya korelasi integral antara penyakit fisik dan kondisi psikis manusia. Hal ini mengakibatkan adanya hubungan timbal-balik antara gangguan mental dan penyakit fisik. Manusia dapat mengalami gangguan fisik yang disebabkan

¹Alkitab Dengan Kidung Jemaat, Edisi NLO (TB) cetakan ke-63 Lembaga Alkitab Indonesia, Jakarta: 2011.

²Siswanto, *Meretas Diri, Merengkuh Liyan, Berbagi Kehidupan* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2020), 72.

oleh gangguan mental, demikian juga sebaliknya.³ Dalam dunia medis, sering dijumpai gejala penyakit fisik yang sulit bahkan tidak dapat didiagnosa secara medis. Hal tersebut diakibatkan oleh perkembangan jenis-jenis penyakit baru dalam tubuh manusia, yang dalam istilah medis disebut *rare disorder/ orphan disorder* atau penyakit langka. Bill Bryson menyebut penyakit langka sebagai penyakit yang terjadi tak lebih pada satu orang per dua ribu. Sayangnya bagi 90% penyakit langka, tak ada pengobatan sama sekali.⁴

Dewasa ini, mulai disadari bahwa penyakit fisik tidaklah selalu merupakan *patologi*. Factor-faktor psikis/ mental juga memberi pengaruh besar terhadap kesehatan fisik seseorang. Sering kali dijumpai suatu penyakit yang sulit didiagnosa dan ditangani secara medis tetapi bisa ditangani dengan pendekatan psikologi, terapi musik, ritual-budaya, dan pendekatan-pendekatan yang lain. Secara psikologis, banyak *treatment* yang kini sedang dikembangkan. Demikian halnya dalam tatanan tradisi, ditemui ritual-ritual tertentu sebagai sarana pengobatan tradisional bagi penderita penyakit mental dan fisik.

Dalam konteks masyarakat Mamasa,⁵ salah satu pengobatan tradisional yang sampai saat ini masih lestari adalah ritual *messalu* dalam hal ini secara spesifik disebut *messalu saki*. *Messalu* berasal dari kata *salu* yang dalam

³Mulyadi, Adriantoni, *Psikologi Agama* (Jakarta: KENCANA-Prenada Media, 2021), 217.

⁴Bill Bryson, *The Body: Panduan Bagi Penghuni* (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2021), 362

⁵Mamasa yang dimaksud dalam hal ini adalah daerah yang mencakup wilayah kehadiran lembaga adat *Indona Sesenapadang*, secara administrasi pemerintahan mencakup seluruh wilayah kecamatan Sesenapadang, kabupaten Mamasa, SUL-BAR.

bahasa local berarti sungai. Secara harafia *messalu* dapat diartikan sebagai proses pembersihan atau penyucian diri dari kesalahan dengan datang kepada sumber kehidupan untuk memperoleh pengampunan dan kesembuhan.⁶ *Messalu* merupakan proses menyadari kesalahan atau pelanggaran lalu mengakui dan bertobat agar terhindar dari mara bahaya dan atau pulih dari suatu penyakit. Kata *messalu* memiliki padanan kata dan makna dengan *massuru* seperti yang terdapat juga dalam budaya Toraja. *Massuru*” dalam konteks budaya Toraja adalah cara memperbaiki kesalahan melalui pertobatan dan pengampunan salah.⁷

Ritual *messalu* dipahami, diyakini, dan diklaim oleh masyarakat Mamasa sebagai upaya penyembuhan yang efektif bagi seseorang yang mengalami gangguan kesehatan mental dan fisik, yang pada umumnya tidak dapat didiagnosa dan disembuhkan secara medis. Secara teknis, ritual *messalu* terdiri dari rangkaian proses yang di dalamnya dilaksanakan kilas balik kehidupan untuk mencari dan menemukan sekiranya ada kesalahan dan pelanggaran dalam kaitannya dengan tatanan kehidupan keluarga, sosial, maupun aspek religius. Setelah kilas balik kehidupan dilaksanakan dan dijumpai adanya kesalahan dan pelanggaran, maka proses selanjutnya adalah proses pengakuan salah dan pertobatan yang didalamnya dilaksanakan ritual penyembelihan hewan kurban. Pada umumnya, kegiatan ritual *messalu saki*

⁶Samuel T. Massa, Wawancara oleh penulis, Mamasa tanggal 15 Januari 2023.

⁷Frans Paillin Rumbi, *Tradisi Massuru' dan Pertobatan Dalam Injil Sinoptik* (BIA: Jurnal Teologi dan Pendidikan Kristen Kontekstual, Volume1, no.1, 2018), 28.

muncul atau berangkat dari inisiatif mereka yang mengalami sakit fisik dan mental.

Pelaksanaan ritual *messalu* dalam tradisi masyarakat Mamasa sangat sarat dengan hal mistis, karena sering dikaitkan dengan keluarga atau leluhur yang telah meninggal (arwah). Mereka yang mengalami gangguan mental dan fisik sering dipahami masih memiliki sangkutan dengan mereka yang telah meninggal baik dalam hal relasi semasa hidup maupun dalam hal proses kematian (*pantunuan*). Paradigma-paradigma mistis tersebut ditengarai memberi dampak negatif bagi kesehatan mental yang sekaligus berdampak juga bagi kesehatan fisik. Sejatinya ritual *messalu* dilaksanakan dengan tujuan agar mereka yang mengalami gangguan kesehatan fisik dan mental mengalami kesembuhan dan pemulihan, namun dalam kasus-kasus tertentu, mereka yang telah melakukan ritual *messalu* sering kali tidak mengalami pemulihan atau kesembuhan.

Untuk mengetahui korelasi atau dampak ritual *messalu* terhadap kesehatan fisik dan mental, maka penulis hendak meneliti dan mengkajinya dari perspektif psikologis dengan menggunakan teori psikoterapi Aaron Beck yaitu CBT (*Cognitive Behavior Therapy*). *Cognitive Behavior Therapy* atau terapi perilaku kognitif yang digagas oleh Aaron Beck (tahun 1960an) merupakan salah satu bentuk psikoterapi/psikososial yang bertujuan untuk mengubah pikiran dan perilaku negatif yang diharapkan dapat mengurangi

intensitas dari dampak emosi negatif yang mengganggu.⁸ Menurut Beck *Cognitive Behavior Therapy* merupakan pendekatan konseling yang sengaja dirancang untuk menyelesaikan permasalahan klien dengan melakukan restrukturisasi kognisi dan perilaku yang menyimpang.⁹

Belum ada penelitian sebelumnya terkait dengan kajian intervensi psikologis dalam ritual *messalu* di Mamasa, namun dari hasil observasi dan wawancara awal ditemukan fakta lapangan bahwa ada korelasi yang kuat antara ritual *messalu* dan kesembuhan penyakit fisik dan mental dalam masyarakat Mamasa. Hal tersebut terwujud dalam sebuah istilah dalam proses *messalu* yang disebut “*pakuli kada*” (kata adalah obat). Perkataan *tomessalu* bahwa *lamalapu' moko to'o* (kamu akan sembuh) dapat menjadi sugesti atau obat yang manjur bagi si sakit.¹⁰ Selain itu kalimat “*pakuli kada*” juga mengandung makna bahwa segala perkataan/ petunjuk dari *tomessalu* akan menjadi obat jika dilaksanakan oleh mereka yang melakukan ritual *messalu*. Korelasi tersebut yang akan diteliti oleh penulis dari perspektif psikoterapi Aaron Beck.

Penelitian terhadap ritual *messalu* dari perspektif psikologi merupakan upaya untuk menemukan apakah terdapat integrasi psikologi dan budaya serta bagaimana hubungan keduanya. Sebagaimana gagasan yang dicetuskan oleh Berry dan Kim bahwa faktor psikologis dan budaya menentukan hubungan

⁸Niken Yuniar Sari, *Terapi Kognitif Perilaku dan Terapi Psikoedukasi keluarga untuk Remaja* (Penerbit: NEM, 2021), 35.

⁹Linda Fitria, dkk. *Cognitive Behavior Therapy Counseling Untuk Mengatasi Anxiety Dalam Masa Pandemi Covid-19*, (Al-Irsyad: Jurnal Pendidikan dan Konseling, BKI FITK UIN Sumatera Utara Medan, Vol. 10, No. 1, Edisi Januari-Juni 2020), 26.

¹⁰Demma'musu', Wawancara oleh penulis via telfon, Mamasa tanggal 22 September 2023, Mamasa.

kontak antara budaya dengan kesehatan mental.¹¹ Faktor psikologis dan budaya ternyata juga memberi dampak serius bagi kesehatan fisik dan psikis seseorang, dengan demikian integrasi budaya dan psikologi adalah sebuah keniscayaan. Oleh karena itu kajian terhadap ritual *messalu* dari perspektif psikologi dalam tulisan ini diberi judul **“Intervensi Psikoterapi Aaron Beck (Cognitif Behavior Therapy) dalam Ritual *Messalu* Bagi Penderita Gangguan Kesehatan Fisik dan Mental di Kecamatan Sesenapadang, Kabupaten Mamasa”**

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah Bagaimana Intervensi Psikoterapi Aaron Beck (Cognitif Behavior Therapy) dalam Ritual *Messalu* Bagi Penderita Gangguan Kesehatan Fisik dan Mental di Kecamatan Sesenapadang, Kabupaten Mamasa?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan uraian latar belakang dan rumusan masalah di atas maka tujuan tulisan dan penelitian ini adalah mengkaji dan menganalisis Intervensi Psikoterapi Aaron Beck (Cognitif Behavior Therapy) dalam Ritual *Messalu* Bagi Penderita Gangguan Kesehatan Fisik dan Mental di Kecamatan Sesenapadang, Kabupaten Mamasa.

¹¹Tri Dayakisni, Salis Yuniardi, *Psikologi Lintas Budaya* (Malang: Penerbit UMM, APPTI-IKAPI, 2022), 328.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Akademis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat memberi sumbangsih bagi pengembangan dan peningkatan teologi di lingkungan IAKN Toraja khususnya konsentrasi pastoral konseling.
- b. Menjadi perbendaharaan referensi akademik bagi mahasiswa IAKN Toraja.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Penulis

Peningkatan kapasitas wawasan bagi penulis terkait dengan tradisi *messalu*, pendekatan CBT (*Cognitive Behavior Therapy*), dan Intervensi Psikoterapi Aaron Beck (*Cognitif Behavior Therapy*) dalam Ritual *Messalu* Bagi Penderita Gangguan Kesehatan Fisik dan Mental di Kecamatan Sesenapadang, Kabupaten Mamasa.

b. Bagi pelayan Gereja (Pendeta, Penatua dan Diaken)

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi para hamba Tuhan (GTM) dalam mewujudkan pelayanan pastoral kontekstual terkait praktek ritual *messalu* sebagai sarana pengobatan tradisional bagi penderita gangguan kesehatan mental dan fisik.

c. Bagi Masyarakat Kecamatan Sesenapadang Kabupaten Mamasa

Tulisan ini diharapkan menjadi referensi bagi masyarakat Kecamatan Sesenapadang Kabupaten Mamasa untuk memperkaya wawasan tentang warisan budaya leluhur.