

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Konseling berbasis iman sangat penting bagi orang Kristen, yang sering menghadapi berbagai rintangan dalam hidup.¹ Mungkin sulit untuk menghadapi berbagai masalah, bahkan masalah yang sudah mengakar dan kompleks, tetapi konseling Kristen membantu orang menemukan solusi yang sesuai dengan rancangan Tuhan. Penyakit kejiwaan dan penyalahgunaan obat-obatan adalah dua masalah utama yang sering muncul dalam kehidupan ini.

Penyalahgunaan narkoba dan gangguan kejiwaan menunjukkan hubungan yang kuat yang berdampak buruk bagi individu dan masyarakat. Kecanduan narkoba berkontribusi secara signifikan terhadap perkembangan penyakit kejiwaan pada banyak orang, dan dalam kasus lain, orang menggunakan narkoba sebagai teknik mengatasi masalah kesehatan mental mereka. Hal ini memengaruhi dinamika sosial dan kesejahteraan masyarakat secara umum selain kesehatan fisik dan mental.

Penyalahgunaan narkoba dan gangguan mental merupakan dua masalah rumit yang saling terkait erat dalam hal penyebab dan akibat bagi individu dan masyarakat. Menurut Badan Narkotika Nasional (BNN), lebih

¹ Arianus Hermanus Illu and Leniwan Darmawati Gea, 'Efektivitas Konseling Kristen Melalui Pendidikan Dalam Keluarga Kristen', *Jurnal Teologi Injili*, 1.1 (2021), 48–59.

dari 3,6 juta orang Indonesia mengonsumsi narkoba pada tahun 2022. Selain berdampak buruk pada tubuh, kecanduan narkoba sering kali mengakibatkan penyakit mental seperti kesedihan, kecemasan, dan psikosis. Tidak dapat disangkal bahwa kedua masalah ini membutuhkan terapi yang memadai.

Lebih dari 1 miliar orang di seluruh dunia menderita penyakit kesehatan mental, dan 1 dari 8 orang mengalaminya setiap tahun, menurut laporan terbaru Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) dari tahun 2022.² Menurut Riskesdas 2018, 9,8% penduduk Indonesia berusia 15 tahun ke atas memiliki masalah kesehatan mental emosional, yang menunjukkan bahwa prevalensi penyakit mental merupakan masalah nasional yang signifikan.³ Strategi penyembuhan yang mempertimbangkan faktor psikologis dan spiritual selain faktor medis sangat penting dalam situasi ini. Oleh karena itu, menggunakan konseling kelompok berbasis psikodinamik dalam lingkungan keagamaan seperti di Yayasan pemulihan Bethesda adalah cara cerdas untuk mendukung pemulihan pasien secara keseluruhan.

Penyakit mental yang tidak diobati dapat menyebabkan standar hidup yang lebih rendah, disabilitas, dan bahkan kematian karena bunuh diri. Di sisi lain, penyalahgunaan narkoba sering dikaitkan dengan meningkatnya

² World Health Organization, *World Mental Health Report: Transforming Mental Health for All* (World Health Organization, 2022).

³ Dukungan Sosial Di Kabupaten Jember, 'Health Estimates. World Heal Organ. Published Online 2017. 4. Kemenkes RI R. Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar 2018. Badan Penelit Dan Pengemb Kesehat. Published Online 2018. 5. Badan Litbangkes Kemenkes RI. Laporan Provinsi Jambi RISKESDAS 2018. Bad', *Policy*, 3.2 (2021), 92–101.

angka kriminalitas, kecelakaan lalu lintas, dan masalah kesehatan parah lainnya termasuk HIV/AIDS.

Tujuan dari teori psikodinamika adalah untuk memahami bagaimana dinamika internal dan pengalaman masa lalu membentuk perilaku saat ini. Kesempatan untuk memeriksa dan membicarakan masalah-masalah ini dalam suasana yang aman ditawarkan oleh konseling kelompok.

Untuk beberapa alasan, penelitian tentang penerapan konseling kelompok dalam program rehabilitasi Yayasan Pemulihan Bethesda menjadi sangat penting dan relevan. Dalam proses pemulihan telah terbukti bahwa konseling kelompok dapat bermanfaat bagi orang-orang yang menjadi korban dalam penyalahgunaan narkoba atau yang memiliki masalah kesehatan mental.⁴ Melalui proses konseling, orang dapat memiliki dukungan emosional yang kuat, pemahaman yang lebih baik tentang masalah mereka, dan mekanisme koping yang berguna untuk melewati masa-masa sulit dalam hidup.

Di Yayasan Pemulihan Bethesda, yang berlokasi di Lembang Tonglo dan dikelola oleh Pdt. Lasarus, banyak individu yang mengalami gangguan kejiwaan akibat trauma masa lalu dan faktor sosial. Salah satu pendekatan yang dapat dikembangkan lebih jauh adalah konseling kelompok berbasis psikodinamika. Konseling kelompok memungkinkan individu untuk

⁴ Uray Herlina, 'Teknik Role Playing Dalam Konseling Kelompok', *Sosial Horizon: Jurnal Pendidikan Sosial*, 2.1 (2015), 94–107.

mengeksplorasi konflik batin yang tersembunyi, memperoleh wawasan baru tentang masalah mereka, dan mendapatkan dukungan sosial yang dapat mempercepat proses pemulihan.

Yayasan Pemulihan Bethesda telah lama berperan aktif dalam membantu orang-orang yang mengalami gangguan kejiwaan dan penyalahgunaan narkoba, melalui program pemulihan yang mereka terapkan. Yayasan Pemulihan Bethesda berlokasi di Lembang Tonglo, tetapnya di GPDI Tumonga. Yayasan ini, masih memanfaatkan gedung pastori. Bukan hanya menampung orang-orang yang terkena gangguan kejiwaan dan penyalahgunaan narkoba, terkadang juga menampung orang-orang penyandang disabilitas.

Yayasan Pemulihan Bethesda menjalankan program rehabilitasi mental untuk individu dengan gangguan kejiwaan dan korban penyalahgunaan narkoba. Namun, infrastruktur dan sistem pendukung untuk yayasan ini belum sepenuhnya siap, dan jumlah pasien yang menjalani program rehabilitasi di yayasan ini terkadang bisa mencapai puluhan. Mereka berusaha semaksimal mungkin untuk menyelesaikan operasi kemanusiaan ini, meskipun masih memiliki keterbatasan dalam hal infrastruktur, fasilitas, dan dukungan material yang menetap.

Orang-orang dapat saling menyemangati dan berbagi pengalaman melalui konseling kelompok. Hal ini dapat memberikan motivasi yang mereka butuhkan untuk mengatasi hambatan dan membuat mereka merasa

tidak sendirian. Melalui pengalaman orang lain, konseli dalam proses konseling kelompok bisa mendapatkan wawasan baru dan mekanisme penanganan yang praktis. Selain mempromosikan hubungan sosial yang sehat, konseling kelompok dapat membantu mendapatkan kembali keterampilan sosial yang mungkin telah dikompromikan oleh penggunaan narkoba atau penyakit kejiwaan.

Program pemulihan menyeluruh ditawarkan oleh Yayasan Pemulihan Bethesda, yang berfokus dalam rehabilitasi dan pemulihan bagi mereka yang mengalami penyalahgunaan narkoba dan penyakit kejiwaan. Adapun makna rehabilitasi yayasan saat ini ialah dapat dibuat lebih sukses dengan menambahkan konseling ke dalam penawarannya. Dengan menawarkan wawasan tentang strategi dan metode yang digunakan di yayasan pemulihan bethesda, kesimpulan penelitian ini diharapkan memiliki pengaruh besar terhadap pengembangan program rehabilitasi tambahan yang sukses di Indonesia.

Tujuan khusus teknik ini ialah membantu rehabilitasi pasien, bagaimana konseling kelompok berkontribusi dalam meningkatkan kesadaran diri, regulasi emosi, dan mekanisme koping mereka, dan untuk mengidentifikasi kesulitan dan aspek pendukung dalam pelaksanaannya.

Meskipun menjanjikan, penerapan konseling kelompok yayasan Bethesda masih menghadapi masalah seperti kurangnya konselor, fasilitas yang tidak memadai, dan kurangnya penelitian akademis yang mengkaji

efektivitas metode ini dalam konteks pemulihan berbasis agama. Fokusnya ialah bagaimana Bethesda Rehabilitation Foundation dapat menggunakan konseling kelompok berbasis psikodinamik untuk membantu rehabilitasi mereka yang menderita penyakit mental dan kecanduan narkoba.

B. Fokus Masalah

Penelitian yang secara khusus mengkaji efektivitas terapi psikodinamik, menurut Freud, dalam meningkatkan kualitas hidup pasien berdasarkan perspektif kekristenan mereka agak terbatas. Namun, ada beberapa penelitian yang mengkaji integrasi psikoterapi dan spiritualitas Kristen dalam konteks terapi pastoral, yang dapat memberikan wawasan tentang topik yang sedang dibahas.

Kemampuan teori psikodinamik Freud untuk menyelidiki penyebab konflik psikis yang mendasarinya yang sering kali diakibatkan oleh peristiwa traumatis di masa lalu membuatnya relevan dengan pelayanan rehabilitasi Kristen. Menemukan penyebab stres emosional yang belum terselesaikan, yang kemudian bermanifestasi sebagai penyakit mental atau perilaku adiktif, menjadi jauh lebih mudah dengan ide ini. Meskipun Freud memiliki reputasi sebagai tokoh sekuler, banyak teolog pastoral dan konselor Kristen kontemporer telah memasukkan konsep psikodinamik ke

dalam keyakinan mereka, menjadikannya cara yang efektif untuk mencapai penyembuhan mental dan spiritual.⁵

Berdasarkan pendekatan holistik Clinebell dan Roma 12:2 yang ditulis oleh Lilis Sarong, bahwa studi ini meneliti bagaimana spiritualitas dan psikoterapi dapat diintegrasikan dalam konseling pastoral Kristen.⁶ Menurut studi tersebut, integrasi semacam ini dapat dilihat dengan metode keseluruhan untuk membantu orang mencapai kualitas hidup. Menggunakan intervensi yang berlandaskan Alkitab, menggabungkan disiplin spiritual tradisional, dan menggunakan penemuan psikologis dalam kerangka spiritual adalah beberapa strategi praktis yang digunakan. Studi tersebut menggarisbawahi pentingnya menggabungkan unsur-unsur psikologis dan spiritual dalam konseling pastoral, meskipun tidak secara khusus menggunakan pendekatan psikodinamik Freud.

Yohanes Eilson juga melakukan penelitian tersebut, namun lebih menekankan bagaimana konseling pastoral dapat membantu pasien perawatan paliatif dengan kanker payudara menjalani kehidupan yang lebih baik.⁷ Konseling pastoral membantu pasien menerima kondisi mereka,

⁵ Siang-Yang Tan, 'Theoretical Issues in the Relationship between Psychology and Religion: Some Comments on Reber, Nelson, Slife and Whoolery, and Richardson', *Journal of Psychology and Theology*, 34.3 (2006), 260–65.

⁶ Lilis Sarong Sarampang Yurlianti Tanggana, Serlina, Serlita Tudang, 'Integrasi Spritualitas Dan Psikoterapi Dalam Konseling Pastoral Kristiani Berdasarkan Roma 12:2 Dan Pendekatan Holistik Clinebell', *Relinesia: Jurnal Kajian Agama Dan Multikulturalisme Indonesia*, 3 (4) (2024), 436–50.

⁷ Yohanes Eilson B. Lena Meo Andreas Marison Sinaga, Kevin Hendrato Tandautama, Yohanes Endi, 'Peran Konseling Pastoral Dalam Perawatan Paliatif : Meningkatkan Kualitas Hidup

menjalani proses perawatan dengan damai, dan menemukan tujuan hidup yang lebih besar dengan menawarkan dukungan psikologis dan spiritual selama sesi konseling. Penekanan metode ini pada elemen psikologis dan spiritual sejalan dengan tujuan untuk meningkatkan kualitas hidup pasien, meskipun tidak ada hubungannya dengan teori Freud.

Lebih jauh, Samuel Siringoringo bersama dengan David dan Devi Tampubolon melakukan penelitian tentang bagaimana teologi Kristen dan psikoanalisis berhubungan dengan kesehatan mental remaja Kristen yang belajar dari jarak jauh. Untuk meningkatkan kesehatan mental remaja, studi ini meneliti metode psikoanalisis penting seperti analisis mimpi dan asosiasi bebas dan bagaimana ide-ide ini dapat dikombinasikan dengan prinsip-prinsip teologi Kristen.⁸ Studi ini menawarkan wawasan tentang bagaimana metode psikoanalisis dapat dimodifikasi untuk lingkungan Kristen, meskipun tidak secara langsung menganalisis kualitas hidup pasien.

Matt Jarvis pun melihat studi berdasarkan teori psikodinamik, peneliti lebih menekankan bahwa banyak kasus penyakit mental dan penyalahgunaan narkoba bermula dari ketegangan psikologis bawah sadar dan trauma masa lalu. Orang yang mengalami tekanan emosional sering kali menggunakan narkoba untuk mengatasi stres yang belum teratasi. Namun,

Penderita Kanker Payudara', *Jurnal Teologi Praktika*, 1.Vol.4 No.2 (December 2020) (2023), 39–59 <<https://ejurnal.sttkadesiyogyakarta.ac.id/index.php/juteolog>>.

⁸ Samuel Siringoringo David Ferdinan Tampubolon, Puja Sri Raso Devi Tampubolon, 'Pendekatan Psikoanalisis Dan Teologi Kristen Terhadap Kesehatan Mental Remaja Kristen Akibat Pembelajaran Jarak Jauh', *Luxnos: Jurnal Sekolah Tinggi Teologi Pelita Dunia*, 7 (2) (2021), 201–21.

ketergantungan ini merusak kesehatan mental mereka, sehingga mengakibatkan siklus yang sulit dihentikan.⁹

Dalam penelitian mengenai penyalahgunaan narkoba dan gangguan kejiwaan yang dilakukan oleh I Ketut Swarjana mengatakan bahwa sering kali yang menjadi penyebab ialah lingkungan sosial. Konseling kelompok menawarkan lingkungan yang mendukung yang mengisi kesenjangan ini.¹⁰ Menurut teori dukungan sosial, menerima bantuan emosional, praktis, atau informasi dari orang lain dapat membantu orang mengatasi stres dan menjaga kesehatan mental yang lebih baik.

Seperti yang dibahas Lilis Sarong, penelitian tentang integrasi psikoterapi dan spiritualitas dalam konseling pastoral Kristen menyoroti nilai dari strategi komprehensif yang menggabungkan komponen spiritual dan psikologis untuk mendukung kesejahteraan mental dan spiritual. Bahkan tanpa metode psikodinamik Freud, terapi pastoral dapat menawarkan bantuan yang lebih menyeluruh dengan memanfaatkan pengobatan berbasis Alkitab dan prinsip-prinsip spiritual konvensional.

Penelitian Yohanes Eilson juga menekankan bagaimana konseling pastoral dapat membantu pasien kanker payudara paliatif untuk menerima penyakit mereka dan menemukan makna hidup yang lebih dalam. Di sisi

⁹ Matt Jarvis, *Teori-Teori Psikologi: Pendekatan Modern Untuk Memahami Perilaku, Perasaan, Dan Pikiran Manusia* (Nusamedia, 2019).

¹⁰ I Ketut Swarjana and M P H SKM, *Konsep Pengetahuan, Sikap, Perilaku, Persepsi, Stres, Kecemasan, Nyeri, Dukungan Sosial, Kepatuhan, Motivasi, Kepuasan, Pandemi Covid-19, Akses Layanan Kesehatan–Lengkap Dengan Konsep Teori, Cara Mengukur Variabel, Dan Contoh Kuesioner* (Penerbit Andi, 2022).

lain, penelitian oleh Samuel Siringoringo dan rekan-rekannya menganalisis hubungan antara psikoanalisis dan teologi Kristen untuk meningkatkan kesehatan mental remaja, sementara Matt Jaarvis menekankan pentingnya trauma bawah sadar dalam penggunaan narkoba dan gangguan mental. Menurut penelitian oleh I Ketut Swarjana, dukungan sosial seperti yang ditemukan dalam konseling kelompok dapat sangat membantu dalam membantu orang mengelola stres dan menjaga kesehatan mental mereka.

Secara keseluruhan, integrasi psikoterapi dan spiritualitas Kristen telah dipelajari secara luas, meskipun faktanya studi khusus tentang efektivitas konseling psikodinamik Freudian dalam meningkatkan kualitas hidup pasien berdasarkan agama Kristen masih sedikit. Metode integratif ini memiliki kemampuan untuk meningkatkan kesehatan mental dan spiritual seseorang, yang dapat meningkatkan standar hidup mereka.

Menurut studi meta analisis Jonathan Shedler pada tahun 2010 untuk keperluan dalam penelitian *American Psychological Association*, terapi psikodinamik menghasilkan perbaikan signifikan yang bertahan lama setelah perawatan selesai. Dalam hal menangani masalah kepribadian dan trauma masa lalu, hasilnya sering kali lebih baik daripada terapi perilaku kognitif (CBT).¹¹ Hal ini menunjukkan bahwa, khususnya dalam konteks pemulihan mental dan spiritual, konseling psikodinamik tidak hanya

¹¹ J. Shedler, 'The Efficacy of Psychodynamic Psychotherapy', *American Psychologist*, 65(2) (2010), 98–109.

berlaku secara teori tetapi juga memiliki pengaruh signifikan pada praktik jangka panjang.

Sehingga Penelitian ini berfokus pada penerapan konseling kelompok berbasis psikodinamika menurut Freud dalam meningkatkan kualitas hidup pasien gangguan kejiwaan di Yayasan Pemulihan Bethesda. Konseling kelompok berbasis psikodinamika berpotensi membantu individu dalam mengatasi konflik batin yang tersembunyi dan trauma masa lalu yang memengaruhi kesehatan mental mereka.

Namun, penerapan metode ini menghadapi berbagai tantangan, seperti keterbatasan jumlah konselor, fasilitas yang belum memadai, serta minimnya kajian akademik yang mendukung efektivitasnya dalam konteks rehabilitasi berbasis agama.

C. Rumusan Masalah

Melihat pokok masalah diatas, maka penelitian ini dirumuskan sebagai berikut: bagaimana penerapan konseling berbasis psikodinamika menurut Freud dalam meningkatkan kualitas hidup para pasien yang menderita masalah kejiwaan dan ketergantungan obat di Yayasan Pemulihan Bethesda?

D. Tujuan Penulisan

Tujuannya ialah untuk menganalisis dampak konseling psikodinamika terhadap kesadaran diri pasien, serta mengevaluasi efektivitas konseling kelompok dalam meningkatkan kualitas hidup pasien dan mengidentifikasi

faktor pendukung dan penghambat dalam penerapan konseling psikodinamika di Yayasan Pemulihan Bethesda.

Untuk mendukung rehabilitasi holistik, penelitian ini juga berupaya menyoroti betapa pentingnya memadukan prinsip-prinsip Kristen dengan teknik-teknik psikoterapi. Diharapkan setiap pasien tidak hanya pulih secara psikologis, tetapi juga mengalami transformasi iman, menemukan kembali makna hidup, dan mengembangkan hubungan yang sehat dengan Tuhan, orang lain, dan diri mereka sendiri dengan memahami konflik-konflik batin yang ditimbulkan oleh masa lalu dan disertai dengan pembentukan spiritualitas Kristen.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Akademik

Secara akademis, penelitian ini akan membantu memajukan studi konseling pastoral, khususnya penggunaan pendekatan psikodinamika dalam konteks rehabilitasi berbasis agama, yang selama ini kurang mendapat perhatian ilmiah, praktik konseling kelompok berbasis psikodinamika dalam konteks rehabilitasi Kristen, serta memandu para akademisi dalam membangun model perawatan yang lebih berhasil.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini kemungkinan akan memberikan wawasan baru bagi lembaga rehabilitasi berbasis agama, seperti Yayasan Pemulihan

Bethesda, untuk meningkatkan efektivitas program pemulihan mereka. Dengan memahami elemen-elemen keberhasilan dan keterbatasan dalam mengimplementasikan konseling kelompok berbasis psikodinamika, lembaga-lembaga ini dapat mengambil pendekatan yang lebih metodis dalam menangani individu-individu yang menderita masalah kejiwaan dan ketergantungan zat.

Pendeta, konselor pastoral, dan fasilitas rehabilitasi berbasis gereja dapat menggunakan temuan studi ini sebagai panduan bermanfaat untuk menciptakan program pemulihan yang lebih berhasil. Organisasi-organisasi ini dapat menciptakan modul intervensi kontekstual, meningkatkan layanan gereja sebagai pusat pemulihan masyarakat, dan membangun pelatihan konselor internal dengan menerapkan model konseling kelompok berbasis psikodinamik yang telah menunjukkan efek menguntungkan. Selain itu, strategi ini dapat mendorong pengembangan jaringan layanan pemulihan lintas denominasi yang didasarkan pada kasih Kristus. Selain itu, temuan dari penelitian ini dapat membantu para konselor dan gereja untuk menyediakan layanan pemulihan yang lebih komprehensif bagi orang-orang yang membutuhkan dukungan psikologis dan spiritual

F. Sistematika Penulisan

Bab 1 berisi pendahuluan, yang memuat latar belakang, rumusan masalah, tujuan penulisan, manfaat penulisan, metode penelitian serta sistematika penulisan.

Bab 2 merupakan bagian yang memuat kajian kepustakaan yang digunakan dalam penelitian.

Bab 3 secara khusus memuat bahasan-bahasan tentang metodologi penelitian, teknik pengumpulan data, serta teknik analisis data.

Bab 4 merupakan bagian yang berisi hasil dan analisis.

Bab 5 mencakup penutup yakni kesimpulan.