

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Perkembangan Dewasa Dan Aspek -Aspek Perkembangan Dewasa

Masa dewasa berlangsung antara umur 16 hingga 40 tahun, dalam tahapan kehidupan manusia, masa dewasa berperan krusial karena menjadi fase di mana individu mengalami perubahan dan melakukan penyesuaian diri. Aspek perkembangan yang dihadapi individu pada masa dewasa meliputi pembentukan keluarga, pengembangan karir, dan kontribusi yang diberikan kepada masyarakat.¹⁶

Masa dewasa merupakan salah satu bagian tahap selama rentang kehidupan manusia sesudah masa remaja, menurut Yusuf. Periode dewasa bisa didekati dengan tiga sisi yakni:

1. Aspek biologis, masa dewasa merupakan periode dalam kehidupan seseorang ditandai dengan tercapainya kematangan tubuh pada tingkat optimal serta kesiapan dalam proses reproduksi atau melanjutkan keturunan.
2. Aspek psikologis, masa dewasa dapat diartikan bahwa masa dewasa ditandai oleh ciri-ciri kedewasaan atau kematangan antara lain: tingkat kestabilan emosional, kemampuan untuk mengelola perasaan, dan tidak

¹⁶ Raffi, Alwi, dan Linda. (2024). Perkembangan masa dewasa awal. Jurnal review pendidikan dan pengajaran, vol.7 no.3, 2024;1.

mudah marah, merasa sedih, cemas, gugup, frustrasi serta tidak mudah tersinggung.

3. Aspek pedagogik masa dewasa ditandai oleh rasa tanggung jawab terhadap setiap perbuatan, serta kepedulian dalam menjaga kesejahteraan dirinya serta orang lain, individu pada masa dan berperilaku sesuai dengan norma sosial atau nilai-nilai agama, memiliki pekerjaan yang mampu memenuhi kebutuhan diri dan keluarga, serta berpartisipasi aktif dalam kehidupan bermasyarakat.¹⁷

Adapun tahap pertumbuhan kognitif di masa dewasa secara umum yaitu:

1. Kecerdasan cair kemampuan untuk berpikir abstrak, memecahkan masalah baru, dan memproses informasi dengan cepat. Cenderung menurun secara bertahap sejak dewasa awal.
2. Kecerdasan kristal pengetahuan serta keterampilan yang diperoleh melalui pengalaman dan pendidikan. Cenderung meningkat atau stabil hingga dewasa akhir.¹⁸

Erik Erikson mengemukakan teori perkembangan psikososial masa dewasa. Generativitas vs stagnasi. Usia paru baya. Orang dewasa pada tahap ini fokus pada kontribusi mereka terhadap generasi yang lebih muda dan masyarakat pada umumnya. Namun, jika mereka merasa tidak

¹⁷ Yudo Dwiyono. Dkk, *Perkembangan Peserta Didik*, (Yogyakarta, CV: Budi Utama, 2021),60.

¹⁸ Eny Fatimatuszuhro Pahlawati. *Psikologi Perkembangan Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, (Purbalingga, Eureka Media Aksara, 2021),89-90.

produktif mereka dapat mengalami stagnasi.¹⁹ Generativitas mengacu pada kepedulian individu untuk membimbing generasi berikutnya dan memberikan kontribusi positif kepada masyarakat, hal ini dapat diwujudkan dengan pengasuhan anak, keterlibatan dalam komunitas, atau kreativitas. Sedangkan stagnasi, merupakan perasaan yang tidak produktif, tidak berarti, dan fokus pada diri sendiri tanpa memberikan kontribusi.²⁰

Pada perkembangan dewasa terletak pada tahap generativitas vs stagnasi yang terjadi pada usia paruh baya, dimana orang dewasa pada tahap ini lebih fokus ke generasi muda, sementara itu ketahanan psikologis menjadi modal penting dalam menjalankan peran dengan baik. Dimana *hardiness* mencakup komitmen untuk tetap ada dan mendukung keluarganya.

B. Hardiness

1. Definisi *Hardiness*

Kobasa mengembangkan suatu konsep kepribadian berdasarkan daya tahan seseorang terhadap masalah yang dialaminya. Karakteristik *hardiness* merupakan kumpulan sifat-sifat kepribadian yang membuat manusia lebih kuat, lebih fleksibel, serta lebih stabil dalam menghadapi stres dan juga mengurangi dampak negatif yang mereka alami. Kobasa

¹⁹ Ratnasartika Aprilyani, Dkk. *Psikologi perkembangan peserta didik*. (Padang, Sumatera Barat, Get Press Indonesia, 2023), 49-51.

²⁰ Eny Fatimatuszuhro pahlawati, *Psikologi perkembangan Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*, (Purbalingga, EUREKA MEDIA AKSARA, 2025), 90.

juga melihat bahwa *hardiness* sebagai kecenderungan kepribadian dalam melihat peristiwa kehidupan yang mereka hadapi.²¹

Menurut Audreya Christine dkk, mengutip pernyataan Anggraini dan Prasetyo berpendapat bahwa *hardiness* diartikan sebagai kemampuan individu untuk menanggapi stressor sebagai tantangan guna bertahan dibawah tekanan. Individu dengan kepribadian *hardiness* memiliki keyakinan yang kuat bahwa dirinya mampu mengendalikan peristiwa yang menimpanya, berkomitmen pada tindakan yang diambil, serta tidak menganggap perubahan sebagai ancaman melainkan sebagai tantangan dan peluang untuk mengembangkan diri.²²

Alya Salsabila mengutip pernyataan Sarafino yang menyatakan bahwa *hardiness* merupakan struktur kepribadian yang membedahkan individu dalam merespon lingkungan dimana penuh dengan stres. Alya Salsabila juga mengutip pernyataan Hadzam menyatakan bahwa *hardiness* adalah kekuatan yang dimiliki individu sebagai bentuk pertahanan terhadap stres, kecemasan, dan depresi. Selain itu kepribadian tangguh berkaitan erat dengan toleransi serta penerimaan terhadap orang lain, kemampuan menanggapi stres secara efektif, pengelolaan baik, stabilitas sikap, serta kepercayaan diri dan merasa

²¹ Wening Wihartati. *Psikologi Kesehatan Unity Of Science* (kel. Beringin, Kec. Ngaliyan, Semarang Jawa Tengah: CV Lawanna),29.

²² Audreya Christine dkk.(2024). Pengasuhan Orang Tua Tunggal Dan Karakter Hardiness Remaja Akhir. *Jurnal Muara Ilmu Sosial,Humaniora, Dan seni*, vol.8, No.1, April 2024 ; 60-61.

nyaman dengan dirinya sendiri.²³ Ketiga definisi diatas dapat disimpulkan bahwa *hardiness* merupakan salah satu bentuk dimiliki manusia dimana ia mampu bertahan dalam menghadapi masalah maupun tekanan, karena dibalik semuanya itu ada harapan dan perkembangan untuk masa depan. Dimana seseorang mampu mengontrol dirinya dan berpengharapan untuk berkembang.

2. Aspek-Aspek Kepribadian *Hardiness*

Menurut Kobasa dalam Marwanto dan Muti'ah, kepribadian *hardiness* terdiri dari tiga aspek, berikut:

- a. Kontrol individu dengan kontrol yang baik memiliki keyakinan dan tindakan seolah olah mampu mempengaruhi peristiwa disekitarnya. Mereka selalu berusaha mengubah situasi menjadi bermanfaat dan tidak pernah melihat peristiwa dari permukaannya saja.
- b. Komitmen individu dengan komitmen yang kuat merasa mudah terlibat dalam segala hal yang dilakukanya dan dapat menjalankan dengan sepenuh hati. Mereka mampu mengendalikan diri dan tidak mudah menyerah saat mendapat tekanan.
- c. Tantangan individu dengan aspek ini menyukai tantangan yang berat menganggap bahwa setiap perubahan yang terjadi hidup

²³ Alia Salsabila. (2021). " Hubungan Antara Pola Asuh Orang Tua Dengan Hardiness Pada Santri Pesantren Raudhatul Islam Kutacane." (Universitas Medan Area). 12-13.

adalah hal yang wajar, dan mampu mengantisipasi perubahan tersebut sebagai rangsangan yang berguna.²⁴

Aspek yang dikemukakan oleh Benishek dkk, aspek *hardiness* mencakup komitmen seseorang untuk terlibat dalam segala aktivitas, memiliki motivasi tinggi untuk belajar dan menyumbangkan waktu untuk mencapai tujuan. Tantangan adalah kecenderungan individu untuk melihat perubahan bukan sebagai ancaman melainkan hal yang normal dalam kehidupan, sedangkan kontrol usaha adalah kemampuan mengatur emosi terkait tuntutan dari masalah yang dihadapi.²⁵

3. Faktor Yang Mempengaruhi *Hardiness*

Terdapat dua faktor yang berpengaruh terhadap ketahanan ayah dalam merawat keluarga dengan kondisi gangguan kesehatan mental, yaitu faktor internal dan eksternal yang berkontribusi pada kemampuan individu dalam bertahan merawat keluarganya:

- a. Faktor internal dalam ketahanan didefinisikan sebagai faktor diri, faktor, kepribadian, atau sumber individu. Faktor-faktor ini tampaknya memiliki dampak yang signifikan pada bagaimana seseorang menafsirkan dan menghadapi krisis yang dihadapi. Dengan demikian faktor-faktor ini mungkin termasuk tahan

²⁴ Henny Suharyati, Yelni Rahmawati, dkk. *Pengalaman Pembelajaran Dalam Era MBKM* (Kota Gorontalo, 2023), 103.

²⁵ Ahmad Nadif Muhlisin, (2023). Hubungan Penyesuaian Diri Dengan Academic Hardiness Siswa Kelas XI Ma Darul Ulum Banyuanjar Di Lingkungan Ponpes Darul Ulum Banyuanjar, Pamekasan. " *Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang*" 12,13,14.

banting, kemampuan mengatasi, rasa koherensi, penggunaan sumber daya pribadi. Faktor lainnya termasuk harga diri yang positif, rasa efektif, berani mengambil resiko, takut gagal rendah.

- b. Faktor eksternal yang mempengaruhi ketahanan memiliki kemampuan seseorang untuk tetap tangguh dalam menghadapi kesulitan meliputi hubungan dan dukungan sosial, seseorang yang mengalami peristiwa traumatis menemukan bahwa bantuan dari orang lain sudah tersedia bahwa orang-orang penting dalam hidupnya dapat diandalkan dan hasilnya dapat berupa perubahan positif dalam arti hubungan yang terlibat.²⁶

Menurut Maddi, terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi *hardiness*, yaitu :

- a. Dukungan sosial memiliki hubungan signifikan dengan ketahanan individu. Apabila individu mendapatkan dukungan sosial yang baik ketahanannya akan meningkat.
- b. Pola asu interaksi antara orang tua dan anak, serta pola asu yang diterapkan, berperan penting dalam meningkatkan ketahanan diri.
- c. Gender pria dan wanita memiliki cara berbeda dalam menanggapi atau menghadapi masalah kehidupan. Perbedaan tugas dan peran

²⁶ Helty, *Resilensi Pasien Penyakit Kronis perspektif transcultural nursing*. (NEM, Desember 2023),17-18.

membuat gender menjadi prediktor dalam menentukan ketahanan individu.²⁷

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa, kemampuan membuat rencana realistis untuk menangani masalah, memiliki rasa keyakinan pada diri sendiri serta gambaran diri yang positif agar lebih tenang dan bebas dari beban stres, serta membangun kemampuan komunikasi beserta kemampuan mengelola emosi dan dorongan yang tanggu.

4. Fungsi Hardiness

Adapun beberapa fungsi *hardiness*, yaitu sebagai berikut:

- a. *Hardiness* berperan dalam proses adaptasi manusia, dimana ia mampu membantu mengurangi dampak negatif yang ditimbulkan oleh stres.
- b. *Hardiness* dapat mengurangi resiko seseorang mengalami *burnout*. Selain itu, ia juga mampu mengurangi pandangan negatif terhadap suatu kejadian dan meningkatkan ketahanan diri dalam menghadapi stres.
- c. *Hardiness* juga bermanfaat untuk membantu manusia melatih kemampuan dalam pengambilan keputusan.²⁸

²⁷ Alya Salsabila, (2021), "Hubungan Antara Pola Asuh Orang Tua Dengan *Hardiness* Pada Santri Pasantren Raudhatul Islam Kutacane" *Repository, uma.ac.id*), 24/12/21.14-15.

²⁸ Wiliam Filix Zadok, *Dukungan sosial Teman Sebaya Dan Hardiness Pada Efikasi Diri Mahasiswa* (Indramayu, CV: Adanu Abimata, 2024), 9.

- d. *Hardiness* dapat mengurangi efek negatif dari stres pada individu dan memungkinkan individu dapat mengevaluasi peristiwa yang lebih positif.
- e. *Hardiness* juga dapat meningkatkan rasa harapan yang pada akhirnya membantu individu membuat keputusan dengan baik.²⁹

Dari penjelasan diatas dapat dikaitkan dengan perawatan keluarga dengan gangguan kesehatan mental, bahwa tipe kepribadian *hardiness* merupakan tipe kepribadian penting dalam menghadapi stres. *Hardiness* adalah kemampuan pribadi dalam menghadapi setiap tantangan secara positif.

C. Keluarga

1. Definisi Keluarga

John Bowlby mengatakan bahwa anak yang memiliki pengasuh utamanya biasanya orang tua akan bertumbuh menjadi orang yang memiliki percaya diri, dan mampu membangun hubungan yang sehat, dan memiliki persepsi positif terhadap diri sendiri serta orang lain. Dalam konteks spiritual, keterikatan yang aman ini dan juga memungkinkan anak menjalin hubungan positif dan personal dengan Tuhan. Apabila anak merasa dicintai, dihargai, dan juga diterima

²⁹ Wening Wihartati, *Psikologi Kesehatan Berbasis Unity Of Science*, (Semarang Jawa Tengah, CV: Lawwana, desember 2022),34.

dengan baik di rumah, ia lebih mudah memahami kasih Allah sebagai sesuatu yang Nyata, dekat, dan layak dipercaya.

Sebaliknya dalam keluarga yang tidak stabil secara emosional sering terjadi pertengkaran, kekerasan dan ketidakhadiran emosional yang dapat menciptakan luka psikologis yang mengganggu perkembangan iman anak. Anak yang tumbuh dalam ketakutan kecemasan cenderung membentuk pandangan yang keliru tentang otoritas.³⁰

John Bowlby menekankan pentingnya kelekatan yang aman antara anak dengan orang tua dalam pengembangan sosial dan emosional anak. Pola kelekatan yang aman akan memberikan dasar yang kokoh bagi perkembangan sosial anak, sementara itu kelekatan yang tidak aman dapat berpotensi mengakibatkan masalah sosial dikemudian hari. Dengan demikian peran orangtua dan figur pengasuh lainnya dalam membentuk pola kelekatan yang aman sangatlah penting untuk perkembangan sosial anak.³¹

Murdock menyatakan bahwa keluarga inti sebagai kelompok sosial yang ditandai dengan tinggal bersama, kerja sama ekonomi, dan reproduksi, mencakup orang dewasa dari kedua jenis kelamin setidaknya keduanya memiliki hubungan seksual yang disetujui secara

³⁰ Fredik Melkias Boilliu. *Buku Ajar Psikologi Perkembangan*, (PT: Alvarendra Global Publisher),160.

³¹ Krislina Pattipeiluhu, *Dasar Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*, (Lombok Tengah: pusat pengembangan pendidikan dan penelitian,2021),16.

sosial, serta satu atau beberapa anak mereka adopsi, dengan demikian definisi tersebut menyoroti universalitas struktur keluarga inti lintas budaya.³²

Friedmen menyatakan bahwa keluarga adalah sekelompok orang yang terhubung melalui perkawinan, adopsi atau kelahiran yang bertujuan untuk membentuk dan menjaga budaya bersama serta, mendorong perkembangan aspek mental, emosional, sosial, dan fisik individu setiap anggotanya. Karakteristiknya adalah adanya interaksi timbal balik dan ketergantungan satu dengan yang lain untuk meraih tujuan bersama. Dengan kata lain definisi keluarga merupakan dua orang atau lebih tinggal bersama dalam di satu rumah tangga, dipersatukan oleh kebersamaan, memiliki hubungan emosional dan mengidentifikasikan dirinya sebagai anggota keluarga, serta sehingga saling berkomunikasi dan memberikan pengaruh yang signifikan antara anggota keluarganya.³³

Burgess dan Locke mendefinisikan keluarga dalam buku mereka, keluarga merupakan kelompok orang yang menyatu karena ikatan pernikahan, hubungan darah, pilihan sadar, atau adopsi untuk membentuk suatu kehidupan mandiri. Semua anggota keluarga

³² Oman Sukmana, dkk. *Sosiologi Keluarga* (Yogyakarta-Indonesia: PT Star Digital Puplishing, 2025),2.

³³ Lilis Lismayanti, Indriati Kusumaningsih,dkk. *Buku ajar Keperawatan Keluarga* (Bojongsari Kabupaten Purbalinga: Eureka Media Aksara, Mei 2025 Anggota Ikapi Jawa Tengah),No. 222/ JTE/2021.33

membagi peran dan mendukung satu dengan yang lainnya. Keluarga terdiri dari ayah dan ibu, serta putra dan putri yang memiliki peran yang berbeda beda serta memiliki budaya bersama.³⁴

Berdasarkan definisi yang telah diuraikan, dapat disimpulkan bahwa keluarga adalah kelompok sosial yang memiliki ikatan khusus, dengan tujuan dan pola kerja sama yang menjadi dasar kehidupan bersama, meskipun dengan demikian masing masing menekankan aspek yang berbeda.

2. Konsep Keluarga

Menurut Mattessich Da Hill. Konsep keluarga adalah suatu individu yang berhubungan secara garis keturunan sehingga menunjukkan keakraban dan pemeliharaan batasan yang dipilih. Selain itu mampu beradaptasi untuk mengubah dan mempertahankan latar belakang dan juga mempertahankan tanggung jawab.³⁵ Keluarga secara tradisional, dipahami sebagai dua orang atau lebih yang terhubung melalui ikatan darah, pernikahan atau melalui adopsi yang berbagi tempat tinggal.³⁶

Struktural fungsionalisme memandang keluarga merupakan unit sosial yang memiliki peran penting dalam menjaga stabilitas dan

³⁴ Siti Muryam, Indani, Zuraini Mahyiddin, Nurul Faudiah, *Ilmu Kesejahteraan Keluarga* (kec, Syiah Kuala. Banda Aceh: Syiah Kuala Universty Press,2022),11.

³⁵ Siti Muryam, Indani, Zuraini Mahyiddin, Nurul Faudiah, *Ilmu Kesejahteraan Keluarga* (kec, Syiah Kuala. Banda Aceh: Syiah Kuala Universty Press,2022),11.

³⁶ Karima Astari. Lusi Tania Agustin, Dkk, *Psikologi Keluarga* (Padang, Sumatera Barat, CV: Gita Lentera, 2024),33.

keteraturan pada keseimbangan keseluruhan sistem keluarga. Misalnya orang tua berperan dalam sosialisasi anak, sementara anak-anak diharapkan mematuhi norma-norma dan nilai yang diajarkan, pendekatan ini diajarkan pentingnya peran dan fungsi masing-masing anggota keluarga.³⁷

Dari penjelasan di atas memiliki hubungan dengan *hardiness* ayah dalam merawat keluarga dengan kondisi gangguan kesehatan mental, dimana stabilitas dan keteraturan sistem keluarga dapat dijaga melalui kemampuan mengelola stres dan peran dan tanggung jawab yang ditanggung dapat dijalankan dengan konsisten karena komitmen dan kontrol, serta ikatan dan keakraban emosional stabil yang berasal dari ketahanan psikologisnya.

3. Peran dan fungsi keluarga

Orang tua memiliki peran serta fungsi pokok dalam lingkup keluarga. Mereka bertanggung jawab untuk mendidik, melindungi, serta memenuhi kebutuhan fisik dan emosional anggota keluarga mereka, sekaligus memberikan kasih sayang serta arahan dan bimbingan. Selain itu, orang tua memiliki tanggung jawab untuk mengatur dan mengelolah kehidupan keluarga, termasuk dalam

³⁷ Supriadi. Dkk, *Buku ajar keperawatan keluarga*, (Jakarta Barat, PT:Optimal Untuk Negeri, 2025),69.

mengambil keputusan yang menyangkut dengan keuangan keluarga, pendidikan anak, serta berbagai kebutuhan lainnya di dalam keluarga.

Peran dan tugas anak dalam lingkungan keluarga adalah memperoleh kasih sayang, pendidikan dan juga bimbingan dari orang tua untuk mendukung proses pertumbuhan dan perkembangannya, menghormati orang tua, dan menghargai keluarga yang lain. Selain memiliki peran tertentu, anak juga mampu berkontribusi dalam berbagai aktivitas tugas rumah tangga yang di sesuai dengan usianya. Dengan cara berpartisipasi di dalam pekerjaan rumah, anak belajar mengenai tanggung jawab, dan kerja sama, sesuai kemampuan yang mereka miliki.³⁸

4. Sistem Dalam Keluarga

Sistem dalam keluarga yang dikembangkan oleh Murray Bowen, menyatakan keluarga merupakan sebagai sebuah sistem yang terdiri dari bagian-bagian atau anggota yang saling bergantung satu dengan yang lain, menurut teori Murray Bowen perilaku emosi, dan kondisi psikologis salah satu anggota keluarga yang tidak bisa dipahami secara terpisah, tetapi harus dilihat dalam konteks hubungan dan interaksi dengan anggota keluarga lainnya. Teori yang dikembangkan ini menekankan bahwa setiap perubahan yang dialami salah satu anggota

³⁸ Syamsiah Badruddin, *Sosiologi Keluarga* (Kota Jambi: Sonpedia Publishing Indonesia, 2023), 33-35.

keluarga akan berdampak pada seluruh keluarga secara keseluruhan. Dengan kata lain bahwa keluarga berfungsi sebagai unit yang saling berhubungan secara emosional dan fungsional.³⁹

Keluarga dikategorikan menjadi dua jenis keluarga, yaitu keluarga inti dan keluarga besar. Keluarga inti didalam keluarga inti terdapat posisi sosial seperti orang tua, suami istri, dan anak. Keluarga ini terdiri dari keluarga kecil yang terbentuk setelah pernikahan dan mengelola rumah tangganya sendiri pada rumah yang terpisah. Keluarga ini berhubungan suami dan istri cenderung untuk saling mendukung, sementara orang tua dan anak terkait pemenuhan afeksi dan interaksi. Sedangkan keluarga besar merupakan posisi keluarga yang lebih luas dari pada keluarga inti yang menyertakan elemen posisi lain, hal ini yang dimaksud adalah dirumah terdapat keluarga lain multi generasi misalnya nenek, kakek, bibi, paman, dan juga keluarga lain. Didalam sistem keluarga berbagai struktur yang terjadi pada dasarnya antar anggota keluarga merupakan elemen yang tidak terpisahkan.⁴⁰

Keluarga merupakan sistem yang terdiri dari bagian-bagian yang saling berinteraksi serta bergantung satu sama lain. Perubahan yang terjadi pada salah satu anggota keluarga akan mempengaruhi

³⁹ Agung Akbar, Imran Yaman, dan Yenny. *Bunga Rampai Keperawatan Keluarga Dalam Pendekatan Multidisipliner*. (Jakarta Barat, PT: Nuansa Fajar Cemerlang, 2025),69.

⁴⁰⁴⁰ Fitriyanti. Dkk, *Konsep Tumbuh Kembang Dan Kesehatan Anak*, (Purbalingga, Eureka Media Aksara, 2023),113.

anggota lainnya dan keseluruhan sistem. Sistem ini menekankan penting komunikasi, aturan, dan peran dalam menjaga keseimbangan.⁴¹

5. Dinamika Dalam keluarga

Pernikahan merupakan momen terindah dalam kehidupan manusia, namun pada kenyataannya kehidupan keluarga tidak selalu berjalan seperti dengan apa yang di inginkan.

Dinamika dalam keluarga mengacu pada interaksi dan hubungan antara kesabaran dan anggota keluarga, serta lingkungan keluarga yang luas. Dinamika dalam keluarga juga mencakup interaksi antara individu dan lingkungan mereka, membantu mereka beradaptasi dengan lingkungan keluarga dan juga kelompok sosial mereka. Namun sebaliknya konflik dan komunikasi yang buruk dapat menyebabkan stres dan ketegangan dalam sebuah hubungan keluarga. Orang tua juga memiliki peran penting dalam membentuk kesehatan mental anak dan remaja. Gaya pengasuhan yang berbedah bedah otoriter, permisif atau otoritatif dapat mempengaruhi perilaku dan kesejahteraan dalam keluarga. Disisi lain konflik keluarga dan pola asuh yang tidak sehat dapat meningkatkan resiko masalah kesehatan mental, seperti depresi, kecemasan.⁴²

⁴¹ Supriadi. Dkk, *Buku Ajar Keperawatan Keluarga*, (Jakarta Barat, PT: Optimal Untuk Negeri, 2025),70.

⁴² Karima Astari. Lusi Tania Agustin, Dkk, *Psikologi Keluarga* (Padang, Sumatera Barat, CV: Gita Lentera, 2024),27,28,29

6. Gangguan Mental Dalam Keluarga

Gangguan mental dalam keluarga adalah isu kompleks yang memerlukan penanganan komprehensif. Keluarga tidak hanya menjadi pihak terdampak, tetapi juga menjadi bagian dari solusi. Melalui dukungan yang tepat, edukasi yang berkelanjutan dan intervensi yang sensitif terhadap konteks sosial dan budaya, keluarga dapat menjadi lingkungan yang aman dan suportif bagi anggota yang mengalami gangguan mental. Peran perawat dalam menangani masalah kesehatan mental dalam keluarga tidak hanya sebatas memberikan informasi atau panduan, tetapi juga pendamping yang empatik dan memahami dinamika psikologis yang terjadi.

Keperawatan dalam konteks kesehatan mental keluarga bertujuan untuk mendeteksi masalah secara dini, meningkatkan pemahaman keluarga terhadap kondisi mental, memperkuat dukungan sosial, serta keterhubungan keluarga dengan layanan kesehatan jiwa yang memadai.⁴³

D. Definisi Pastoral Konseling

1. Definisi pastoral

Konseling didefinisikan sebagai pelayanan profesional yang diberikan oleh konselor kepada klien secara tatap muka agar dapat

⁴³ Desmon, *Asuhan Keperawatan Keluarga: Pendekatan Komprehensif Untuk Praktik Klinis* (Jakarta Barat: PT: Yapindo, n.d.). 102-103.

mengembangkan perilaku kearah lebih maju. Pelayanan konseling memiliki makna sebagai proses penyembuhan dimana klien adalah individu yang mengalami masalah, dan setelah memperoleh layanan konseling akan merasakan manfaatnya.⁴⁴

Charles berpendapat bahwa konseling pastoral merupakan proses pemberian pemahaman serta dialogis. Dalam sebuah proses konseling terlibat secara langsung antara konseli dan konselor untuk membangun relasi komunikasi dalam berbagai situasi hidup. Clinibell mengatakan bahwa pastoral konseling dipahami sebagai upaya pemanfaatan relasi antara konselor dan konseli yang bertujuan penyembuhan orang yang dibimbing, dikuatkan dan diteguhkan.⁴⁵

2. Fungsi Pastoral Konseling

Pastoral konseling merupakan hubungan timbal balik antara hamba Tuhan, penginjil, pendeta, dan konselor. Fungsi dari pastoral konseling sendiri adalah upaya untuk menolong konseli untuk melihat tujuan hidupnya, secara tradisional pastoral berfungsi sebagai penyembuhan merupakan salah satu fungsi pastoral yang bertujuan mengatasi berbagai kerusakan dengan cara mengembalikan orang tersebut pada suatu keutuhan serta membimbingnya kearah yang lebih baik. Menopang berarti membantu orang yang terluka agar bertahan

⁴⁴ Zainal Aqib. *Psikologi konseling dan kesehatan mental*, (Yogyakarta, CV: ANDI OFFSET), 67.

⁴⁵ Paulnius Tibo, Ona Sastri Lumbun Tobing. *Konseling Pastoral Perkawinan*, (PT: Pustaka Limajari Indonesia), 21.

dan melewati masa sulit, dengan tujuan pemulihan kondisi semula atau penyembuhan dari penyakit. Membimbing berarti membantu orang yang kebingungan untuk menentukan pilihan sebagai alternatif, pilihan tersebut dianggap sebagai faktor yang memengaruhi kondisi fisiknya sekarang dan masa yang akan datang, pendamaian sebagai upaya untuk membangun kembali hubungan manusia dengan sesamanya, serta antara manusia dengan Allah.⁴⁶

Clinibell menggambarkan pendampingan pastoral merupakan jawaban atas keperluan mendasar setiap orang kelak akan perhatian, kehangatan, dan dukungan, serta pengembalaan, teori Clinibell mengintegrasikan beberapa aspek dalam kerangka pastoral yang bersifat menyeluruh.⁴⁷

Melalui penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa dalam konteks perawatan seorang ayah kepada keluarga yang mengalami gangguan mental, ketahanannya akan diuji dari empat dimensi diatas. Setiap upaya untuk menjaga keseimbangan diberbagai dimensi sehingga kehadiran pastoral dapat menagani kebutuhan dukungan bagi seorang ayah dalam merawat keluarangnya dengan kondisi gangguan kesehatan mental terganggu.

⁴⁶ Harianto GP. *TEOLOGI PASTORAL* (Yogyakarta, 2020), 104.

⁴⁷ Karima Astari. Dkk, *Psikologi Keluarga* (Sumatera Barat, CV: Gita Lentera, 2024), 9.

3. Pendampingan Keluarga Dengan Gangguan Mental Dalam Pastoral Konseling

Pelayanan pastoral berperan penting dalam membantu individu mengintegrasikan iman dengan pengalaman hidup yang penuh luka, sehingga iman tidak terpisah dari pergumulan nyata yang mereka hadapi. Dalam sebuah praktik pastoral konseling, penanganan masalah mental dan trauma perlu dilakukan melalui suatu pendekatan holistik, konselor pastoral dapat menyediakan ruang aman bagi individu menemukan untuk mengekspresikan pengalaman ketekunan, dan juga kelelahan emosional tanpa penghakiman. Dukungan spiritual melalui doa, dan pendampingan rohani dapat membantu individu menemukan harapan dan makna baru di tengah tanggung jawab untuk mendorong kolaborasi dengan profesional kesehatan mental ketika permasalahan yang dialami telah mengganggu fungsi hidup sehari-hari secara signifikan.⁴⁸

E. Pendekatan Psikospiritual

1. Psikospiritual

Clinibell menekankan bahwa pertumbuhan spiritual merupakan inti dan penggerak utama bagi pertumbuhan dimensi lainnya, menurutnya pertumbuhan spiritual adalah kunci bagi semua

⁴⁸ Ajan Tuai, *Pastoral Konseling Masa Kini* (Jakarta Barat. PT:Indonesia Delapan Kreasi Nusa, 2026). 143-146.

pertumbuhan manusia. Karena manusia pada dasarnya bersifat transpersonal realitas spiritual yang lebih besar. Pendekatan holistik Clinibell juga menekankan pentingnya komunitas iman dalam proses pertumbuhan, ia berpendapat bahwa gereja dapat menjadi pusat pertumbuhan holistik. Pendekatan holistik memberikan kerangka kerja yang komprehensif bagi konseling pastoral, dengan memperhatikan enam dimensi pertumbuhan dan keterkaitan diantarnya, konselor dapat membantu konseli mencapai pertumbuhan yang seimbang dan menyeluruh.⁴⁹

psikospiritual menjadi bagian dari pertolongan kepada manusia secara holistik, psikospiritual menangani aspek mental psikologis dan spiritual manusia. Konseling psikospiritual melengkapi kepedulian dan pertolongan psikologis yang tidak atau kurang memperhatikan dan memanfaatkan aspek spiritual, disisi lain konseling psikospiritual bekerja sama dengan profesi pertolongan lain, dalam praktik konseling psikospiritual menggunakan sumber daya mental psikologis dan spiritual konseli secara terintegrasi untuk menolong individu, pasangan, keluarga, kelompok, dan komunitas, berubah, bertumbuh, berfungsi secara maksimal, dan daya. Psikospiritual fokus

⁴⁹ Yurlianti Tanggana. Dkk, (2024). Integrasi spiritualitas dan psikoterapi dalam konseling pastoral kristiani berdasarkan roma 12:2 dan pendekatan holistik Clinibell. *Jurnal Kajian Agama Dan Multikulturalisme Indonesia*. ISSN:2961-7693:440-441.

untuk menolong individu, pasangan, keluarga, dan komunitas untuk mempertahankan apa yang telah ditemukan dalam terapi.⁵⁰

Dengan demikian psikospiritual merupakan suatu teori yang mempertemukan psikologis dan spiritualitas, di mana dimensi psikologis memengaruhi pengalaman spiritualitas dan sebaliknya dimensi spiritualitas juga dapat saling memengaruhi. Psikospiritual berusaha menangani permasalahan psikologis dengan mengintegrasikan pendekatan psikologis serta pendekatan spiritual. Psikospiritual merupakan layanan psikoterapi yang memperhatikan serta memanfaatkan nilai, iman, dan aspek spiritual untuk mendukung dan pertumbuhannya. Apabila manusia telah mencapai titik tertinggi dalam aspek spiritualnya, sehingga manusia tersebut akan merasakan kebebasan, serta tentram di dalam kehidupannya.⁵¹

Psikospiritual merupakan salah satu usaha penyembuhan yang berasal dari individu yang memperhatikan berbagai aspek psikologis maupun spiritualnya upaya ini dilakukan sebagai pelayanan kesehatan yang bersifat holistik meliputi bagian aspek fisik, mental, sosial, serta spiritual. Psikospiritual dibuat dalam membantu individu

⁵⁰ Totok Wiryasaputra.(2023) Menemukan Dasar Komprehensif Eksistensi Church Pastoral Ministry Di Masa Kini, *JURNAL DIAKONIA*, vol 3, no 1, mei 2023,11.

⁵¹ Kevin Kassner. (2024). PSIKOSPIRITUAL PENDAMPINGAN PASTORAL SECARA PSIKOSPIRITUAL KRISTEN KEPADA KONSELI PENDERITA SKIZOFRENIA. *Jurnal, ekspolrasi*. Vol.8 no. 10. (2024),7-8.

mengembangkan keterampilan khusus serta mendapatkan cara penanganan mengatasi tekanan yang cukup berat.⁵²

Sehingga dengan demikian pendekatan psikospiritual pemulihan secara holistik psikologi dan spiritual memahami bahwa krisis kehidupan mempunyai pengaruh seluruh aspek pada kehidupan individu. Psikospiritual memiliki hubungan yang erat dengan *hardiness*, dalam membantu individu menghadapi masalah karena *hardiness* memperkuat kesehatan mental dan psikospiritual memberikan makna dan tujuan hidup yang mendalam bagi ayah dalam merawat istri dan anak dengan gangguan kesehatan mental.

2. Konsep Teori Clinibell

Clinibell melihat dimensi pertumbuhan manusia yang pertama: fisik yang terkait dengan kesehatan tubuh serta gaya hidup yang seimbang, mental pengelolaan emosi dan kemampuan membangun hubungan yang sehat, sosial yang menyangkut kualitas interaksi dengan keluarga komunitas dan lingkungan sosial, dan juga spiritual yang menekankan relasi manusia dengan Allah dan pencarian makna kehidupan. Menurut Clinibell ketidakseimbangan dalam satu

⁵² Nur Karimah. (2024). Pengaruh Terapi Psikospiritual Terhadap Kenyamanan Pasien Post Operasi Di Ruang Icu, *skirpsi* 2024.19-20.

dimensi akan berdampak pada pertumbuhan kehidupan secara keseluruhan.⁵³

Clinibell melihat bahwa manusia sebagai makhluk holistik, yang artinya, bukan hanya berkaitan dengan jiwa atau rohani, melainkan juga dengan keragaan, tidak hanya pribadi namun juga keluarga, jemaat dan masyarakat, dan tidak hanya masyarakat tetapi juga habitatnya.

a. Integrasi aspek individu: jiwa, rohani dan keragaan

Manusia tidak hanya terdiri dari satu dimensi saja. Baik aspek jiwa maupun rohani seperti, keyakinan, nilai, kesejahteraan emosional maupun keragaan seperti, kesehatan tubuh, kondisi fisik saling berkaitan satu sama yang lain. Misalnya kondisi kesehatan fisik dapat mempengaruhi kestabilan emosional atau keyakinan seseorang.

b. Hubungan dengan lingkungan sosial

Manusia bukan makhluk yang hidup sendiri. Selain identitas pribadi, individu juga terhubung erat dengan lingkungan sosial disekitarnya, mulai dari keluarga yang menjadi dasar pembentuk karakter dan dukungan utama, jemaat atau kelompok komunitas, hingga masyarakat luas. setiap lapisan ini memiliki

⁵³ Vionika Wuon, Marhaeni L. Mawuntu, Maria E. Tulangow. (2025) REMAJA PETANI: Pendampingan Pastoral Bagi Remaja Yang Putus Sekolah Dalam Konteks Jemaat Pedesaan Angraris. *Journal Of Theology, Christian Religious Education And Psychospiritual*. Vol 02, no, 03, desember (2025), pp 01-12:8.

peran penting dalam membentuk dan memengaruhi kesejahteraan manusia.

c. Keterkaitan dengan habitat atau lingkungan alam

Selain hubungan sosial, manusia juga tidak terlepas dari habitat atau lingkungan alam tempat tinggal. Kondisi lingkungan seperti kualitas udara, air, keberadaan ruang hijau, atau keberlanjutan sumber daya. Yang berdampak langsung pada kesehatan dan kualitas hidup manusia, sebaliknya perilaku manusia juga dapat mempengaruhi kondisi habitat tersebut.

Secara keseluruhan, pandangan ini menekankan bahwa untuk memahami atau menangani masalah yang terkait dengan manusia misalnya dalam konteks kesehatan atau pembangunan, perlu memperhatikan seluruh dimensi secara menyeluruh.⁵⁴

3. Konsep Teori Totok S. Wiryasaputra

Menurut pandangan Totok S. Wiryasaputra melihat manusia sebagai makhluk holistik dapat melihat manusia di dalam seluruh aspek kehidupan, secara fisik, mental, sosial, serta spiritual. Bahwa krisis kehidupan mempengaruhi seluruh aspek kehidupan seseorang. Dengan bersikap secara holistik pastoral konseling tidak melihat krisis kehidupan secara sempit dan terpotong potong, melainkan secara

⁵⁴ Emanuel Gerrit Singgih. *Mengantisipasi Masa Depan Berteologi Dalam Konteks Di Awal Milenium III*, (Jakarta, PT: BPK GUNUNG MULIA), 349.

keseluruhan dan terintegrasi. Dengan sikap yang bersifat holistik, konselor pastoral dapat melawan kecenderungan dan sikap reduktif dalam budaya hidup modern. Sikap holistik juga bisa menolong konselor persikap berhati-hati dalam menghadapi kecenderungan dunia kedokteran dan medis modern yang bersifat reduktif serta mekanis.

Sikap holistik membantu konselor untuk melihat krisis kehidupan konseli dalam prespektif rentangan waktu yang lengkap, masa lalu, saat ini, serta yang akan datang. Sejauh mana pengalaman konseli memengaruhi krisis yang dialami konseli sekarang dan kehidupannya dimasa depan. Bagaimana konseli mengalami masa lalu, saat ini dan masa depan konseli dibantu untuk melihat seluruh prespektif sejarah krisis dan kehidupannya secara penuh dan utuh. Sikap holistik juga mendorong kita untuk selalu menciptakan kerjasama secara terarah, baik intra-profesi maupun inter-profesi misalnya, melalui studi atau konferensi kasus secara teratur khususnya apabila kita menghadapi persoalan yang kompleks.

Seseorang dikatakan sehat bukan hanya karena tidak mempunyai riwayat gangguan kesehatan atau keluhan khusus pada dirinya, melainkan dapat hidup sehat secara utuh, meliputi empat aspek pada dirinya yaitu:⁵⁵

⁵⁵ Totok S. Wiryasaputra. *Konseling Pastoral di Era Milineal* (Yogyakarta, seven books Godean km. 7.5 Yogyakarta 55564), 164-166.

- a. Aspek fisik seseorang dikatakan sehat apabila sepuluh unsur pendukungnya sehat: pangan gizi, papan tempat tinggal yang layak, sandang pakaian yang sesuai, kebersihan pribadi, interitas tubuh, akses terhadap layanan kesehatan, metabolisme tubuh yang berjalan normal, aktivitas gerak tubuh, waktu istirahat dan relaksasi yang cukup, serta lingkungan alam yang kondusif.
 - b. Aspek mental seseorang dikatakan sehat apabila sepuluh unsur dalam dirinya terpenuhi cinta kasih, baik dalam memberikan maupun menerima, kematangan emosional, integritas diri, kemampuan intelektual, kreativitas pribadi, cara mengekspresikan diri, kebanggaan diri, dan rasa keindahan atau estetika, identitas seksual, dan perasaan aman serta nyaman.
 - c. Aspek sosial dikatakan sehat jika kondisi ekonomi umumnya memungkinkan seseorang untuk menjalani kehidupan yang layak, termasuk kemampuan keuangan dari pekerjaan, kualitas pendidikan sejauh mana dapat menopang kehidupan, serta kualitas pendidikan yang mampu menunjang kehidupan. Selain itu, kondisi politik secara umum harus memungkinkan individu untuk berkembang dan mengekspresikan diri, disamping adanya identifikasi budaya yang jelas kondisi adat istiadat dan kebiasaan masyarakat yang berlaku, hubungan yang dengan baik anggota
-

keluarga, teman, serta lingkungan sosial yang lebih luas, termasuk keterlibatan dalam berbagai aktivitas dilingkungan masyarakat.

- d. Aspek spiritual dikatakan sehat apabila sepuluh unsur pendukungnya sehat, seperti doa, kontemplasi, meditasi, rasa bersekutu dengan Tuhan, pengharapan terhadap masa depan, visi hidup, rasa bersyukur, rasa kebersamaan dengan sesama umat atau identifikasi dengan komunitas, hubungan dengan komunitas yang memiliki keyakinan yang sama. Nilai nilai yang dipelajari serta pengakuan akan kesalahan.