

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Indonesia merupakan negara yang kaya akan perbedaan, salah satunya adalah agama. Setiap agama di Indonesia memiliki pemuka agama. Peranan pemuka agama dalam kehidupan masyarakat sangatlah penting dan tidak mudah. Pemuka agama memiliki peran untuk membimbing umat beragama dengan baik dan benar, serta membangun dan menjaga kerukunan antar umat beragama.

Pendeta merupakan salah satu pemuka agama di dalam agama Kristen. Setiap gereja Kristen memiliki persyaratan tersendiri untuk mengangkat seseorang menjadi pejabat gereja atau pendeta. Misalnya di gereja “X”, memiliki persyaratan khusus yang diatur dalam buku tata gereja Bab III pasal 24 yaitu: calon adalah pendeta muda yang telah mengemban jabatan sekurang-kurangnya empat tahun, berhasil menggembalakan anggota jemaat yang dipimpinya sekurang-kurangnya 50 (lima puluh) orang dewasa, mengikuti pembekalan dan lulus ujian jenjang pendeta, serta bersedia menyatakan kembali loyalitas dan komitmennya terhadap gereja (Gereja Beth-el Tabernakel, 2015, h. 46).

Pendeta tidak hanya menjalankan tugas bagi negara, tetapi juga memiliki tugas yang penting di dalam gereja. Dalam buku tata gereja “X” Bab III pasal 14 tentang pelayanan kependetaan, bentuk tugas atau *job desk* seorang pendeta antara lain: penggembalaan, pelayanan sakramen perjamuan kudus, pelayanan peneguhan dan pemberkatan pernikahan,

pelayanan penyerahan anak, pelayanan konseling, pelayanan pemakaman atau memorial, khotbah, pengajaran firman Tuhan, penginjilan, perintisan jemaat baru, pengembangan jemaat, pelayanan doa, penyampaian berkat alkitabiah, penahbisan (penahbisan rumah ibadah, penahbisan pengurus jemaat setempat), pelayanan khusus (di bidang pendidikan, kesehatan, lembaga pemasyarakatan, lembaga sosial, dll), memperlengkapi dan memberdayakan anggota jemaat untuk terlibat dalam setiap kegiatan pelayanan gereja dan tugas-tugas *missioner* di masyarakat (Gereja Beth-el Tabernakel, 2015, h. 39).

Seperti yang telah dijelaskan sebelumnya, menjadi seorang pendeta bukanlah suatu pekerjaan yang mudah untuk dilakukan. Pendeta memiliki tugas-tugas dan tanggung jawab yang besar untuk mengurus dan mengembangkan jemaat-jemaat gerejanya. Terkadang pendeta mendapatkan kesulitan, tuntutan bahkan tekanan dari organisasi, jemaat gereja, maupun dari keluarganya. Ada beberapa kesulitan yang dialami oleh pendeta dalam menjalankan tugasnya, yang pertama adalah kesulitan dalam keluarga. Bagi pendeta yang sudah hidup berkeluarga, mereka harus dapat membagi waktu antara melayani jemaat dan melayani keluarga. Berdasarkan hasil wawancara peneliti pada tanggal 22 April 2016 dengan salah satu pendeta di gereja "X" mengalami kesulitan dalam keluarga, yang tampak dari hasilnya sebagai berikut:

“Oh, sering istri atau anak saya protes karena saya jarang di rumah. Setiap hari *full* pelayanan, tidak jarang juga saya harus keluar kota untuk melayani khotbah di gereja lain. Ya, terkadang saya juga menyadari kurang ada waktu untuk keluarga saya sendiri. tapi ya bagaimana lagi, selain untuk pelayanan, saya melakukan pekerjaan ini juga untuk memenuhi kebutuhan keluarga”.

Selain mengalami masalah kesulitan dalam membagi waktu dengan keluarga, ada masalah lain yang dialami oleh seorang pendeta, yaitu dalam pelayanan. Pendeta mengalami kesulitan saat melayani jemaat dan saat berada dalam organisasi. Jemaat selalu merasa bahwa pendetanya kurang memerhatikan jemaatnya. Salah satu pendeta yang peneliti wawancarai pada tanggal 22 April 2016 mengatakan:

“Jemaat saya juga ada yang pernah bilang bahwa pendetanya kurang memerhatikan jemaatnya satu persatu, meskipun tidak bicara langsung dengan saya. Misalnya ada salah satu jemaat yang sakit dan kebetulan saya tidak bisa datang menjenguk karena ada pelayanan di luar kota. Saya sudah meminta tim kunjungan untuk menjenguk, tetapi tetap saja jemaat merasa tidak diperhatikan. Tidak jarang ada jemaat yang kecewa sampai tidak mau berangkat ke gereja, bahkan ada juga yang sampai pindah gereja. Ya begitulah, itu masalah dengan jemaat. Tidak jarang juga ada masalah di organisasi gereja, ya biasanya dengan pengurus gereja maupun dengan pendeta lain. Terkadang ada perbedaan pendapat yang menyebabkan saya merasa tidak nyaman, namun itu hal yang biasa bagi saya”.

Pendeta pada umumnya berada pada masa dewasa madya. Menurut Erikson (dalam Larassati, 2013, h. 187) pada masa ini individu dihadapkan pada dua tugas yaitu mengembangkan keseimbangan antara generativitas dan stagnasi. Generativitas merupakan rasa peduli, mencakup rencana-rencana atas apa yang mereka harapkan untuk membantu generasi muda mengembangkan dan mengarahkan kehidupan. Sedangkan stagnasi merupakan terbatasnya kepedulian individu pada diri sendiri, tidak ada rasa peduli pada orang lain. Dalam hal ini pendeta dituntut untuk mencapai generativitas dalam kehidupannya, contohnya memberi asuhan atau bimbingan kepada keluarga maupun jemaat, menjadi teladan dalam hal

menolong sesama walaupun seringkali apa yang dilakukan tidak menghasilkan apapun.

Berkaitan dengan berbagai kesulitan, tuntutan dan tekanan yang dialami oleh pendeta, munculah emosi-emosi positif maupun negatif yang dialami. Ada pendeta yang memilih untuk tidak menyalahkan dan mengkritik dirinya secara berlebihan saat menghadapi suatu masalah, menganggap kesulitan dan permasalahan yang dihadapi merupakan hal yang wajar dan dialami oleh setiap orang, merasa sedih tetapi dapat bangkit kembali dan tidak menyesal berlarut-larut. Ada juga pendeta yang memiliki kecenderungan untuk menyalahkan dan mengkritik dirinya secara berlebihan saat tidak dapat memenuhi tuntutan dari dalam maupun luar gereja. Pendeta merasa sedih dan menyesal saat gagal dalam menjalankan tugasnya sehingga memengaruhi pelayanannya bahkan sampai membuat pendeta ingin keluar dari pelayanannya.

Pendeta yang sering mengalami emosi-emosi negatif dalam hidupnya serta merasa tidak puas akan kehidupan yang ia jalani, menunjukkan bahwa pendeta tersebut memiliki *subjective well-being* yang rendah. Menurut Diener & Suh (dalam Dodge, dkk., 2012, h. 2) *subjective well-being* memiliki tiga komponen yang saling berkaitan satu dengan yang lain. Tiga komponen tersebut adalah kepuasan hidup, afek yang menyenangkan, dan afek yang tidak menyenangkan. Afek yang dimaksud mengacu pada suasana hati dan emosi yang menyenangkan dan tidak menyenangkan, sedangkan kepuasan hidup yang dimaksud adalah bagaimana seseorang secara kognitif memikirkan kepuasan hidupnya.

Diener mengatakan seseorang dikatakan memiliki *subjective well-being* yang tinggi apabila mengalami kepuasan hidup, sering bersukacita, serta jarang mengalami emosi yang tidak menyenangkan seperti kesedihan dan kemarahan (Halim, 2015, h.13). Untuk memiliki *subjective well-being* yang baik, seorang pendeta harus dapat mengatasi dan mengurangi emosi-emosi negatif yang terjadi dalam hidupnya. Pendeta harus terbuka menerima segala kekurangan dan kelemahan dalam dirinya, tidak menyalahkan diri sendiri secara berlebihan saat menghadapi permasalahan, menganggap kegagalan yang pernah ia alami sebagai sesuatu yang wajar dan dialami oleh semua orang, serta memiliki sikap belas kasih terhadap diri mereka sendiri. Sikap belas kasih yang dimaksud adalah *self-compassion*.

Self-compassion merupakan ketangguhan individu dalam menghadapi kondisi yang tidak menguntungkan (Anggraeni & Kurniawan, 2012, h. 105). Lebih jelasnya Neff (dalam Akin, 2010, h. 703) mendefinisikan *self-compassion* sebagai sikap lembut terhadap diri sendiri ketika menghadapi kesulitan serta mengakui bahwa penderitaan, kegagalan, dan kekurangan merupakan kondisi yang wajar dan dialami oleh setiap manusia.

Pendeta diharapkan memiliki *self-compassion* dalam dirinya karena berhubungan dengan tugasnya sebagai pendeta. Sebelum mengasihi, melayani, dan memerhatikan jemaatnya, pendeta terlebih dahulu harus memiliki sikap belas kasih terhadap dirinya sendiri. Pendeta diharapkan dapat menjadi teladan saat menghadapi permasalahan, karena kehidupan pendeta akan selalu dipandang oleh orang lain.

Neff & McGehee (2010, h. 226) mengatakan bahwa *self-compassion* memiliki pengaruh yang kuat terhadap *psychological well-being*, termasuk *happiness* (kebahagiaan), *optimism* (optimisme), *personal initiative* (inisiatif pribadi), menurunkan kecemasan, depresi, *neurotic perfectionism*, dan *ruminati*on. Anggraeni dan Kurniawan (2012, h. 105) dalam penelitiannya yang berjudul *Self-compassion and Satisfaction with Life: A Preliminary Study on Indonesian College Students* dengan subjek seratus (77 laki-laki dan 23 perempuan) mahasiswa Universitas Islam Indonesia, usia 18- 23 tahun menunjukkan hasil bahwa *self-compassion* memiliki hubungan yang positif dengan *life satisfaction* atau kepuasan hidup. Kepuasan hidup merupakan komponen yang paling penting dari *subjective well-being* seseorang. Jika seseorang memiliki *life satisfaction* yang tinggi maka *subjective well-being* pada seseorang tersebut akan tinggi.

Penelitian tentang *self-compassion* pada pendeta yang dilakukan kepada 50 (lima puluh) orang pendeta di gereja “X” kota Bandung, menunjukkan hasil bahwa *self-compassion* pada pendeta sebagian besar masih rendah (Gabriella, 2014, h. 63). *Self-compassion* memiliki hubungan yang positif dengan emosi-emosi positif yang menjadi indikator *subjective well-being*. Untuk mencapai *subjective well-being*, seseorang harus dapat mengembangkan *self-compassion* pada dirinya sendiri. Sejauh ini belum ada penelitian tentang hubungan antara *self-compassion* dan *subjective well-being* pada pendeta. Oleh sebab itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan antara *self-compassion* dan *subjective well-being* pada pendeta”.

B. Tujuan Penelitian

Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *self-compassion* dengan *subjective well-being* pada pendeta.

C. Manfaat Penelitian

Dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara praktis maupun teoritis yaitu:

1. Manfaat Teoritis

Secara umum, peneliti berharap hasil dari penelitian ini dapat memberikan sumbangan kepada ilmu psikologi, khususnya psikologi klinis dalam mengembangkan konsep tentang *self-compassion* dan hubungannya dengan *subjective well-being*.

2. Manfaat Praktis

Melalui penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi para pendeta dalam mengembangkan *self-compassion* pada dirinya, sehingga dapat mencapai *subjective well-being* yang baik.