

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Gereja “X” Bandung adalah gereja yang berdiri pada tahun 1996, memiliki visi “menjadi rumah bagi generasi untuk mengenal dan melayani Tuhan dengan cara yang kreatif”, dan misi “menjangkau yang tidak terjangkau dan memuridkan mereka”. Berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu pendeta di gereja “X” Bandung, orang-orang yang tidak terjangkau adalah orang-orang yang tidak diterima orang lain, orang-orang yang dijauhi, dan bahkan dimusuhi banyak orang. Menjangkau orang-orang yang tidak terjangkau tidaklah mudah, gereja harus menjadi keluarga yang menerima orang-orang yang memiliki latar belakang, masa lalu, dan budaya yang berbeda-beda. Menjadi keluarga berarti gereja “X” Bandung harus siap membantu setiap permasalahan yang dialami jemaat, dengan cara konseling, kunjungan, dan bahkan membantu secara langsung untuk setiap permasalahan jemaat.

Gereja “X” Bandung membentuk pelayananan divisi penggembalaan. Divisi penggembalaan ini adalah divisi yang terfokus untuk melayani jemaat-jemaat di gereja secara langsung. Tidak sembarang orang bisa bergabung untuk menjadi *volunteers* divisi ini, mereka harus diseleksi terlebih dahulu dan juga ada beberapa syarat yang harus dipenuhi untuk menjadi *volunteers* di divisi penggembalaan ini seperti rutin mengikuti kegiatan pendalaman alkitab, dan kegiatan *equipping* yaitu pertemuan rutin yang diadakan setiap sebulan sekali untuk memerlengkapi para *volunteers* di divisi penggembalaan, dalam kegiatan ini para *volunteers* akan diajarkan mengenai nilai-nilai kekristenan dan juga strategi-strategi praktikal dalam menghadapi permasalahan mereka ketika melayani jemaat.

Divisi ini memiliki anggota sebanyak 66 orang, dan mereka harus melayani kurang lebih 2000 jemaat. Dari 66 orang *volunteers* divisi penggembalaan, mereka dibagi dalam dua jabatan yaitu pemimpin kelompok sel (pks) dan pemimpin area (pa). Pemimpin kelompok sel adalah orang yang bertanggung jawab mengatur dan mengordinasi kegiatan kelompok sel yang diadakan setiap minggunya. Kegiatan kelompok sel adalah kegiatan yang diadakan setiap seminggu sekali, dalam kegiatan ini jemaat berkumpul untuk memuji menyembah Tuhan dan mendengarkan perenungan alkitab. Pemimpin area adalah orang yang membawahi beberapa pemimpin kelompok sel dalam satu area atau wilayah di Bandung. Baik pemimpin kelompok sel maupun pemimpin area harus mengajar jemaat dalam kegiatan pendalaman alkitab, ini berarti para pemimpin kelompok sel dan pemimpin area harus benar-benar memahami mengenai nilai-nilai kekristenan di alkitab. Selain mengajar dalam kegiatan pendalaman alkitab, pemimpin kelompok sel dan pemimpin area juga melakukan konseling terhadap masalah-masalah yang dihadapi jemaat seperti masalah mengenai hubungan jemaat dengan orang lain, menerima diri mereka baik kekurangan dan kelebihan, memiliki tujuan-tujuan dalam hidup, dan juga memiliki hidup yang berkembang lebih baik, walaupun banyak dari mereka yang tidak memiliki latar belakang pendidikan psikologi maupun konseling. Namun konseling yang diberikan sebatas pada pemahanan nilai-nilai kristiani dan nilai-nilai hidup, tidak mencakup konseling psikologis. Selain konseling, pemimpin kelompok sel dan pemimpin area juga rutin mengunjungi jemaat, baik saat ulang tahun, pernikahan, jemaat yang sakit, dan juga saat jemaat kehilangan orang yang dikasihi. Dari pemaparan diatas mengenai tugas-tugas mereka, dapat disimpulkan bahwa para *volunteers* divisi penggembalaan di Gereja “X” Bandung berperan untuk membantu jemaat mencapai kesejahteraan psikologis (PWB) yang baik.

Berdasarkan hasil wawancara dengan 10 orang *volunteers* di divisi penggembalaan di gereja “X” Bandung didapatkan bahwa, selain tugas-tugas yang dipaparkan sebelumnya, para

volunteers di divisi penggembalaan juga merangkap menjadi panitia kegiatan-kegiatan besar yang akan diadakan oleh gereja. kegiatan-kegiatan tersebut harus dipersiapkan secara matang, karena kegiatan tersebut merupakan kegiatan skala besar dan diikuti oleh banyak orang. Kegiatan-kegiatan tersebut akan melalui beberapa pertemuan atau *meeting*, yang berarti membutuhkan pengorbanan waktu yang lebih, dan juga kegiatan-kegiatan berskala besar tersebut membutuhkan biaya yang besar sehingga tidak jarang panitia berjualan makanan dan barang, menyebarkan proposal-proposal untuk mendapat biaya tambahan bahkan menggunakan uang pribadi untuk membantu memenuhi biaya yang diperlukan. Selain pertemuan untuk kegiatan-kegiatan tersebut, para *volunteers* juga mengikuti kegiatan pendalaman alkitab setiap minggu serta kegiatan *Equiping* yang biasanya diadakan sebulan sekali.

Mayoritas dari *volunteers* di divisi penggembalaan gereja “X” Bandung ini bukanlah orang-orang yang bekerja penuh waktu di gereja, sehingga mereka juga memiliki kesibukan mereka masing-masing diluar tugas mereka sebagai *volunteers* di divisi penggembalaan, seperti bekerja, sekolah dan kuliah. Mereka juga tidak mendapat bayaran dalam pelayanan ini, karena pelayanan ini sepenuhnya pelayanan sukarela. Menurut hasil wawancara yang dilakukan kepada 10 orang *volunteers* di divisi penggembalaan gereja “X” Bandung, sebanyak 10 orang (100%) dari mereka menyatakan bahwa kesulitan utama yang mereka hadapi adalah membagi waktu untuk diri mereka sendiri dan untuk pelayanan mereka, karena dua hal tersebut adalah yang penting bagi mereka. Tidak jarang mereka tidur larut malam untuk menyelesaikan pekerjaan atau tugas mereka. Kendati tugas yang harus mereka lakukan sulit, mereka tetap mau melakukan pelayanan ini dan juga tidak menjadikan pelayanan mereka sebagai beban, tetapi mereka tetap bertahan dalam pelayanan tersebut.

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan terhadap 10 orang di divisi penggembalaan gereja “X” Bandung mengenai penghayatan dan dampak yang mereka alami

setelah melayani di divisi penggembalaan di Gereja “X” Bandung diperoleh data mengenai beberapa dampak positif dan dampak negatif yang dialami setiap *volunteers*. *Volunteers* menyatakan dampak positif setelah melayani adalah mereka memiliki lingkungan pergaulan yang lebih positif dari sebelumnya, memiliki kemampuan komunikasi yang lebih baik, mereka merasa dapat menghadapi berbagai macam kepribadian orang yang berbeda-beda dengan lebih baik, mereka belajar lebih bertanggung jawab dengan apa yang mereka lakukan, mereka lebih dapat bekerja sama dengan orang lain. Sedangkan dampak negatif yang mereka rasakan adalah, setelah melayani mereka merasa bahwa banyak waktu yang tersita untuk pelayanan sehingga mereka kurang memiliki waktu untuk keluarga mereka dan diri sendiri, mereka merasa lebih banyak menghabiskan uang, karena cukup banyak uang yang mereka habiskan untuk pelayanan, mereka juga merasa cukup kewalahan dalam studinya, dan juga setelah melayani beberapa orang menyatakan bahwa mereka cukup sering sakit, karena kurang waktu istirahat.

Kendati tugas yang harus mereka lakukan cukup berat, menyita waktu mereka dan dilakukan sukarela tanpa bayaran, mereka tidak menjadikan pelayanan ini sebagai beban, tetapi mereka tetap mau melakukannya dan bahkan memberikan usaha mereka yang terbaik dalam menjalankan tugas mereka sebagai *volunteers* divisi penggembalaan Gereja “X” Bandung. Hal yang menjadi pembeda antara *volunteers* divisi penggembalaan Gereja “X” dengan *volunteers* bidang lain adalah penghayatan para *volunteers* divisi penggembalaan Gereja “X” Bandung bahwa mereka bukan melayani manusia melainkan mereka melayani Tuhan. Dengan demikian pelayanan bukan menjadi beban untuk mereka melainkan sebuah kehormatan untuk bisa melayani Tuhan yang sudah terlebih dahulu mengasihi dan melayani mereka. Kesulitan-kesulitan yang mereka hadapi tidak menjadikan pelayanan mereka sebagai beban melainkan sebagai tantangan agar mereka menjadi pribadi yang lebih baik dalam melayani Tuhan. Penghayatan mereka tersebut dapat memengaruhi penilaian mereka

terhadap kehidupan yang mereka jalani. Hal ini disebut kesejahteraan psikologis atau *Psychological Well-Being* (PWB). *Psychological Well-Being* (PWB) adalah penilaian individu berdasarkan persepsinya terhadap pengalaman-pengalaman hidupnya bahwa individu mampu melakukan penerimaan diri (*Self-Acceptance*), mampu menjalin relasi positif dengan orang lain (*Positive Relation With Others*), mampu bersikap mandiri (*Autonomy*), mampu menguasai lingkungan (*Environmental Mastery*), memiliki tujuan hidup (*Purpose in Life*), dan mampu melakukan pengembangan diri (*Personal Growth*) (Ryff & Singer, 1989). *Volunteers* yang memiliki PWB tinggi akan berfungsi secara positif dalam menjalankan peran mereka. *Volunteers* divisi penggembalaan Gereja “X” Bandung perlu memiliki PWB yang tinggi untuk membantu para jemaat untuk memiliki PWB yang tinggi juga, karena *volunteers* merupakan *role model* bagi para jemaat yang mereka pimpin. Karena itu, peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut mengenai gambaran *Psychological Well-Being* pada *volunteers* divisi penggembalaan Gereja “X” Bandung.

1.2 Identifikasi Masalah

Dari penelitian ini ingin diketahui bagaimana derajat *Psychological Well-Being* pada *volunteers* divisi penggembalaan gereja “X” Bandung.

1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian

1.3.1 Maksud Penelitian

Mengetahui *Psychological Well-Being* pada *volunteers* divisi penggembalaan gereja “X” Bandung.

1.3.2 Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui derajat *Psychological Well-Being* pada *volunteers* divisi pengembalaan gereja “X” Bandung melalui dimensi-dimensinya dan kaitannya dengan faktor-faktor lain.

1.4 Kegunaan Penelitian

1.4.1 Kegunaan Teoretis

- Memberikan informasi mengenai *Psychological Well-Being* pada *volunteers* divisi pengembalaan gereja “X” Bandung ke dalam bidang ilmu Psikologi positif.
- Memberikan masukan bagi peneliti lain yang berminat melakukan penelitian lanjutan mengenai *Psychological Well-Being*.

1.4.2 Kegunaan Praktis

- Memberikan informasi kepada para *volunteers* divisi pengembalaan gereja “X” Bandung mengenai gambaran PWB mereka. Dengan hal ini diharapkan mereka dapat mengetahui gambaran hal apa yang harus dipertahankan dan ditingkatkan, guna membantu dirinya menghayati kesejahteraan psikologis dalam menghadapi tugas-tugas sebagai *volunteers* divisi pengembalaan.
- Memberikan informasi kepada pendeta Gereja “X” Bandung mengenai gambaran PWB para *volunteers* divisi pengembalaan. Dengan hal ini diharapkan gereja dapat lebih memerhatikan PWB *volunteers*, jika PWB *volunteers* tinggi maka *volunteers* dapat berperan maksimal dalam membantu jemaat mencapai PWB yang tinggi juga.

1.5 Kerangka Pikir

Volunteers di divisi pengembalaan di gereja “X” Bandung berada pada masa dewasa awal. Menurut Santrock, masa dewasa awal berlangsung dari usia 20 hingga 35 tahun (Santrock, 2000). Dengan berkembangnya kognitif individu pada masa dewasa awal, individu mampu mengevaluasi pengalaman hidupnya dengan lebih baik daripada masa remaja.

Dengan berkembangnya kognitif *volunteers* di divisi penggembalaan pada masa dewasa awal, maka *volunteers* di divisi penggembalaan lebih mampu memaknakan berbagai pengalaman yang dialami dalam hidupnya.

Menurut Ryff, hasil evaluasi individu terhadap setiap pengalaman dalam hidupnya bahwa dirinya mampu untuk menerima dirinya (*self-acceptance*), mampu menjalin relasi positif dengan orang lain (*positive relation with others*), mampu mandiri (*autonomy*), mampu menguasai lingkungan (*environmental mastery*), memiliki tujuan dalam hidup (*purpose in life*), dan juga mampu mengembangkan diri (*personal growth*) disebut dengan *Psychological well-being* (Ryff, 1989).

Terdapat enam dimensi dalam *Well-Being* yang dirumuskan oleh Ryff (1989). Dimensi pertama yaitu penerimaan diri (*Self-Acceptance*) yang merupakan sebuah evaluasi diri termasuk didalamnya kemampuan untuk menerima diri baik kelebihan maupun kelemahan yang dimiliki. Dimensi ini ditandai dengan memiliki kemampuan untuk memiliki sikap yang positif terhadap dirinya sendiri, mengetahui dan menerima dirinya sendiri termasuk kelebihan dan kelemahannya, dan juga mampu untuk memiliki pandangan yang positif mengenai masa lalunya.

Dimensi *self-acceptance* yang tinggi pada *volunteers* di divisi penggembalaan memungkinkan *volunteers* untuk mampu menerima dirinya baik kelebihan maupun kelemahannya serta dapat melihat makna positif dari setiap pengalaman hidupnya. Sebaliknya, dimensi *self-acceptance* yang rendah pada *volunteers* divisi penggembalaan ditandai dengan *volunteers* yang kurang mampu untuk melihat makna positif dari kelebihan dan kelemahan dirinya, kurang mampu untuk melihat makna positif dari pengalaman masa lalunya, merasa tidak puas dengan dirinya, dan memiliki harapan untuk menjadi orang lain.

Dimensi kedua, yaitu hubungan positif dengan orang lain (*Positive Relation With Others*) adalah penghayatan individu terhadap kemampuannya untuk memiliki relasi yang

hangat, puas terhadap relasi yang dibangun dengan sesama, dan memiliki empati yang tinggi. Dimensi *positive relation with others* yang tinggi pada *volunteers* di divisi penggembalaan memungkinkan *volunteers* di divisi penggembalaan membangun hubungan yang baik dengan orang lain, hal ini akan membantu *volunteers* untuk menjalankan tugas mereka. Dengan memiliki hubungan yang baik dengan orang-orang yang mereka layani *volunteers* akan lebih mudah dalam melakukan konseling dan pendalaman alkitab. *Volunteers* juga dapat lebih mudah menjalin hubungan dengan jemaat yang baru. Sebaliknya dimensi *positive relation with others* yang rendah pada *volunteers* divisi penggembalaan ditandai dengan *volunteers* yang kurang mampu untuk menjalin relasi yang hangat dengan orang lain, hal ini dapat menimbulkan kesulitan bagi *volunteers* untuk menjalankan tugas mereka.

Dimensi ketiga, adalah kemandirian (*Autonomy*) yaitu kemampuan seseorang untuk mengerjakan sesuatu dengan mandiri, dan dapat mengejar keyakinan dan kepercayaan pribadinya. Dimensi *autonomy* yang tinggi pada *volunteers* di divisi penggembalaan memungkinkan *volunteers* untuk menyelesaikan tanggung jawab mereka secara mandiri, walaupun tidak ada yang membantu mereka. *Volunteers* juga dapat mengambil keputusan-keputusan yang penting dalam pelayanan mereka dengan alasan yang jelas bukan sekedar mengikuti orang lain. Sebaliknya dimensi *autonomy* yang rendah pada *volunteers* di divisi penggembalaan membuat *volunteers* cenderung sulit dalam mengambil keputusan karena mereka tidak yakin dengan keputusan mereka dan cenderung mengikuti keputusan orang banyak.

Dimensi keempat, yaitu penguasaan lingkungan (*Environmental Mastery*) merupakan penghayatan individu terhadap kemampuannya dalam menentukan lingkungannya dan memilah-milah lingkungan seperti apa yang dapat mendukung dalam menjalankan tugas mereka sebagai *volunteers*. Dimensi *environmental mastery* yang tinggi memampukan *volunteers* di divisi penggembalaan untuk memilih lingkungan yang membantu mereka,

seperti lebih banyak bergaul dengan orang-orang yang memiliki pengalaman lebih banyak di divisi penggembalaan, sehingga mereka dapat menjalankan tugas mereka sebagai *volunteers* dengan lebih baik. Sebaliknya dimensi *environmental mastery* yang rendah pada *volunteers* di divisi penggembalaan membuat mereka kurang mampu memilih lingkungan yang baik dan mendukung tugas mereka di divisi penggembalaan.

Dimensi kelima adalah tujuan hidup (*Purpose in Life*) yaitu penghayatan individu mengenai kemampuan untuk menemukan arti dan arahan dalam pengalaman pribadi, dan untuk mengemukakan dan menetapkan tujuan dalam hidupnya. Dimensi *purpose in life* yang tinggi pada *volunteers* di divisi penggembalaan memungkinkan *volunteers* untuk memiliki tujuan jangka panjang seperti multiplikasi kelompok sel di tahun mendatang dan jangka pendek seperti seberapa banyak anggota kelompok sel yang akan mereka kunjungi setiap bulan, sehingga mereka dapat lebih maksimal dalam menjalankan tanggung jawab yang dipercayakan pada mereka. Mereka menetapkan *goals* yang harus mereka capai dalam jangka waktu tertentu, dan mereka sungguh-sungguh dalam melaksanakannya. Sebaliknya dimensi *purpose in life* yang rendah pada *volunteers* di divisi penggembalaan ditandai dengan *volunteers* kurang mampu dalam menetapkan tujuan dalam tanggung jawab yang dipercayakan di dalam maupun diluar gereja baik dalam jangka panjang maupun jangka pendek, mereka tidak memiliki keyakinan untuk mencapai *goals* dan cenderung melakukan tanggung jawab mereka baik di dalam maupun di luar gereja dengan kurang serius.

Dimensi keenam adalah pengembangan diri (*Personal Growth*) yaitu penghayatan seseorang terhadap kemampuannya untuk menyadari potensi pribadi dan talenta mereka. Individu menggunakan kesempatan yang ada untuk mengembangkan dirinya. Dimensi *personal growth* yang tinggi pada *volunteers* di divisi penggembalaan memungkinkan *volunteers* untuk mengembangkan dirinya dan dapat memanfaatkan kesempatan untuk mengembangkan dirinya melalui buku-buku maupun seminar-seminar yang bisa mereka

ikuti. Sebaliknya dimensi *personal growth* yang rendah pada *volunteers* di divisi penggembalaan ditandai dengan kurang mampunya *volunteers* untuk mengembangkan diri, dan enggan memanfaatkan kesempatan yang ada seperti membaca buku-buku dan mengikuti seminar untuk mengembangkan dirinya. Mereka cenderung mengalami stagnasi.

Psychological Well-Being dipengaruhi oleh empat faktor yaitu usia, status sosial ekonomi, jenis kelamin, dan dukungan sosial. Usia akan memengaruhi peningkatan pada dimensi *autonomy* dan *environmental mastery* individu (Ryff, 1995). Hal ini dikarenakan semakin bertambahnya usia *volunteers* divisi penggembalaan maka akan semakin banyak pengalaman hidupnya, baik positif maupun negatif, semakin bertambahnya usia maka kemampuan mereka untuk menguasai lingkungan akan semakin terlatih. Begitu juga dengan kemandiriannya. Seiring dengan bertambahnya usia seseorang, maka ia akan memiliki prinsip hidup yang semakin kuat untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan. Selain terjadi peningkatan, seiring dengan bertambahnya usia terjadi penurunan pada dimensi *purpose in life* yaitu kemampuan untuk menetapkan tujuan hidup dan *personal growth* yaitu kemampuan untuk mengembangkan diri, dan keterbukaan terhadap pengalaman baru khususnya dari *mid-life* ke *old-life age* (Ryff, 1989). Hal ini dikarenakan *volunteers* divisi penggembalaan di gereja “X” telah merasa nyaman dengan kehidupannya sehingga kurang terpacu untuk menetapkan tujuan dan mengembangkan dirinya lagi.

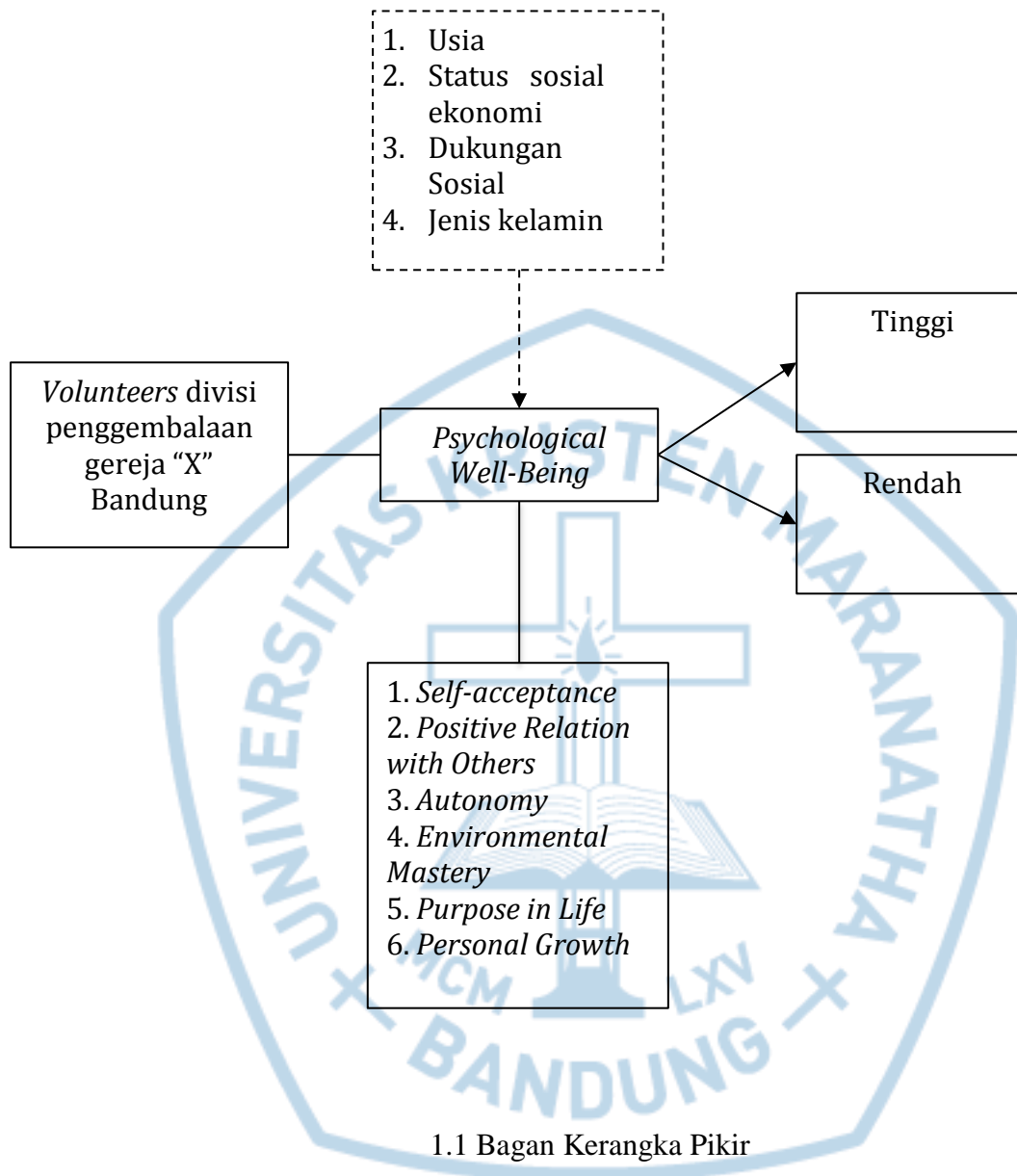
Status sosial ekonomi juga dapat memengaruhi evaluasi *volunteers* divisi penggembalaan di gereja “X” mengenai penerimaan dirinya sendiri, termasuk kelebihan dan kelemahannya. Status sosial seperti tingkat pendidikan mewakili kelas sosial seseorang di lingkungan masyarakat. *Volunteers* divisi penggembalaan di gereja “X” memiliki pendidikan atau status sosial ekonomi yang bervariasi. *Volunteers* yang memiliki pendidikan atau status sosial menengah keatas akan merasa bahwa dirinya memiliki sesuatu yang lebih dan ia dapat lebih bangga akan dirinya. Mereka juga lebih memiliki perasaan positif terhadap pengalaman

masa lalunya dibandingkan dengan *volunteers* yang memiliki tingkat pendidikan atau status sosial ekonomi menengah kebawah. Status sosial ekonomi juga dapat memengaruhi *personal growth* seseorang. *Volunteers* divisi penggembalaan yang memiliki status sosial ekonomi yang tinggi cenderung memiliki lebih banyak kesempatan untuk mengembangkan dirinya. *Volunteers* yang memiliki status sosial ekonomi yang tinggi cenderung lebih yakin terhadap tujuan hidupnya dibanding dengan *volunteers* yang memiliki status sosial ekonomi yang rendah, karena *volunteers* yang memiliki status sosial ekonomi yang rendah cenderung memiliki tekanan hidup yang lebih besar (Sanchez Uriz, Gamo, Godoy dalam Wells 2010 : 92).

Psychological Well-Being secara positif berhubungan dengan kepuasan hidup dan *Self-Concept* atau *Self-Esteem*. Beberapa studi menemukan bahwa pria memiliki *Self-Esteem* yang cenderung lebih tinggi daripada wanita, sehingga hal tersebut bisa memengaruhi *Psychological Well-Being* seseorang.

Dukungan sosial memiliki pengaruh terhadap *Psychological Well-being volunteers*, khususnya pada dimensi *self-acceptance*. *Volunteers* yang mendapat dukungan sosial akan lebih mampu menerima dirinya baik kelebihan maupun kelemahan karena ada orang lain yang mendukung daripada *volunteers* yang kurang mendapat dukungan sosial.

Dimensi-dimensi dan berbagai faktor-faktor yang dimiliki *volunteers* di divisi penggembalaan gereja “X” Bandung akan memengaruhi *psychological well-being* mereka, sehingga dapat diketahui apakah *volunteers* divisi penggembalaan tersebut memiliki *psychological well-being* yang tinggi atau rendah. *Volunteers* yang memiliki *psychological well-being* tinggi akan mengevaluasi pengalaman hidupnya dengan positif sedangkan *volunteers* divisi penggembalaan yang memiliki *psychological well-being* rendah akan mengevaluasi pengalaman hidupnya dengan negatif, untuk memerjelas dibuat skema kerangka pikir sebagai berikut.



1.1 Bagan Kerangka Pikir

1.6 Asumsi Penelitian

1. *Psychological Well-being* pada *volunteers* divisi penggembalaan di gereja "X" Bandung berbeda-beda, mereka dapat menunjukkan derajat *Psychological Well-Being* yang tinggi maupun rendah.

2. *Psychological Well-being* dapat ditentukan berdasarkan dimensi *self-acceptance*, *positive relation with others*, *autonomy*, *environmental mastery*, *purpose in life*, dan *personal growth*.
3. Dimensi-Dimensi *Psychological Well-being volunteers* divisi penggembalaan di gereja “X” Bandung dipengaruhi oleh berbagai faktor yaitu usia, status sosial ekonomi, dukungan sosial, dan jenis kelamin.

