

PERAN GEREJA DALAM PEMBINAAN WARGA GEREJA YANG MENGALAMI GANGGUAN MENTAL

**David Eko Setiawan; David Mangihut Parsaulian Simanjuntak;
Mei Situmorang; Rachel Miriam Aprilia Ginting**
(davidsmanjuntaks@gmail.com, meisitumorang736@gmail.com,
rachelginting01@gmail.com)

Abstract

Mental disorders are a serious problem. In addition to the problem of expensive medical costs, shame and fear, there is also uncertainty about the end of this disease which becomes a heavy burden for sufferers and even families with mental disorders. The causes of mental disorders vary depending on the type of mental disorder experienced, generally mental disorders are caused by psychological pressure that arises due to pressure from outside the individual (patient) and pressure from within the individual (patient). Through an understanding of the importance of pastoral care for people with mental disorders, the church needs to carry out its role well. The approach taken is a qualitative approach involving literature studies and limited field studies on the Covid-19 pandemic. This study uncovers a number of mental disorders problems among church members and the church's efforts to overcome mental disorders.

Key Words: Church Members, Mental Disorders, Mental Health

A. PENDAHULUAN

Salah satu kesulitan utama penderita gangguan mental adalah sikap dan pandangan gereja yang kurang tepat terhadap masalah kesehatan mental mereka. Keluarga penderita kesehatan mental juga cukup sukar untuk memperoleh dukungan yang diperlukan dari gereja. Kesehatan adalah keadaan yang sejahtera dari tubuh, jiwa, dan sosial yang memungkinkan setiap manusia hidup secara produktif. Upaya mewujudkan pendekatan holistik tidak perlu menunggu infrastruktur lengkap seperti rumah sakit atau pusat penelitian dan lain sebagainya. Gereja lokal menjadi inisiator (atau bersama institusi lainnya) mendirikan lembaga konseling yang sederhana. Gereja dapat memanfaatkan tenaga yang ada dalam gereja untuk saling menolong, dalam hal ini gembala gereja sebagai pemimpin memiliki peran besar dalam menentukan kebijakan.

Mereka yang ada dalam profesi bidang kesehatan seperti dokter, psikiater, atau psikolog akan mempermudah gembala atau warga Gereja yang terlibat dalam pelayanan ini menjadi konselor sebab ada diantara mereka yang berlatar belakang bidang kesehatan sebagai konsultan.¹ Menurut Friedman, dukungan sosial dapat melemahkan dampak stres dan secara langsung memperkokoh kesehatan mental individual dan keluarga. Dukungan sosial juga merupakan strategi koping yang perlu dimiliki keluarga saat mengalami stres. Dukungan sosial keluarga ini juga dapat berfungsi sebagai strategi preventif untuk mengurangi stres dan konsekuensi negatifnya.² Penyakit tersebutlah yang dinamakan dengan penyakit hati atau penyakit mental, untuk mengatasi penyakit tersebut diperlukan

¹Julianto Simanjuntak, *Konseling Gangguan Jiwa & Okultisme*, (Jakarta: Gramedia, 2008).

²Marilyn Friedman, *Keperawatan Keluarga Teori Dan Praktek*, Edisi 3, (Jakarta: EGC, 1998).

manajemen hati atau mental yang baik sehingga dapat membentuk kesehatan mental yang berimbang pada kesehatan fisik individu tersebut.³

Dengan adanya pelayanan pastoral terhadap mereka yang mengalami gangguan mental diharapkan setiap warga gereja dan gembala sebagai pemimpin menyadari bahwa perlunya berdiri bersama keluarga penderita gangguan mental atau menjadi keluarga bagi jemaat yang mengalami gangguan mental. Howard Clinebell menyebutkan bahwa fungsi dari pendampingan pastoral adalah untuk memelihara atau mengasuh (*nurturing*), yakni memampukan orang untuk mengembangkan potensi yang diberikan Allah kepada mereka. Dalam pembahasan gangguan mental, penulis melihat bahwa pentingnya peran pelayanan pastoral dan dukungan keluarga dari pasien yang menderita gangguan mental. Terlebih cara berkomunikasi dan pemahaman akan gangguan mental yang diderita oleh warga gereja haruslah tepat. Pemimpin gereja atau pelayan yang menangani warga gereja yang menderita gangguan mental haruslah terlebih dahulu berkomunikasi dengan keluarga penderita gangguan mental untuk bersama-sama mendukung penyembuhan penderita gangguan mental. Dengan adanya penerimaan terhadap penderita tentunya keluarga juga akan merasa nyaman dan akan lebih bersemangat dalam mendorong penyembuhan anggota keluarganya yang mengalami gangguan mental. Gereja juga harus siap dengan pandangan atau perspektif keluarga yang melihat gangguan mental sebagai aib atau mendatangkan malu bagi keluarga dan takut untuk terbuka dengan gereja mengenai anggota keluarganya.

Siswanto dalam tulisannya mengatakan bahwa banyak kisah-kisah dalam Alkitab yang jika dilihat dari sudut pandang kesehatan, maka itu termasuk dalam masalah mental yang terjadi.⁴ Namun sayangnya, gereja seringkali melihat itu adalah bentuk pengajaran yang salah. Akibatnya, banyak dari mereka yang kurang melakukan tindakan serius dalam menanggapi masalah ini. Lebih lanjut lagi, Pattiwael mengatakan bahwa kunjungan adalah jawaban terbaik untuk gereja menanggapi gangguan mental pada jemaat yang ada. Tidak hanya itu, gereja juga perlu melakukannya melalui keluarga. Ini dilakukan dengan tujuan untuk memberikan dorongan kuat kepada keluarga dan penderita gangguan mental,⁵ sehingga penulisan karya ilmiah ini merujuk kepada pendampingan gereja terhadap warga gereja yang mengalami gangguan mental terkhususnya gangguan mental *bipolar* dan *emosi* yang jelas dipaparkan dalam karya ilmiah ini. Dengan harapan gereja dapat mengimplementasikan apa yang telah dijelaskan dalam penulisan karya ilmiah ini.

³Abdul Hamid, "Agama Dan Kesehatan Mental Dalam Perspektif Psikologi," *Jurnal Kesehatan Tadulako* Vol. 3, no. 2 (2017), 2.

⁴Siswanto, *Alkitab Dan Kesehatan Mental: Meretas Diri, Merengkuh Liyan, Berbagi Kehidupan*, Edisi 3. (Semarang: BPK Gunung Mulia, 2020).

⁵Donald Richardo Pattiwael, "*Peran Pastoral Gereja Terhadap Keluarga Dan Penderita Gangguan Mental Di Gereja Protestan Maluku Jemaat Passo Ambon*" (2016).

B. METODOLOGI

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan studi literatur, penulis berusaha menjawab masalah penelitian yang muncul dengan mencari sumber-sumber literatur yang berkorelasi dengan masalah penelitian. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini dilakukan dengan cara membaca, menelaah dan mencatat berbagai literatur lalu dituangkan dalam penelitian ini secara teoritis. Studi literatur menggunakan berbagai sumber buku dan artikel yang mencakup pembahasan dari penelitian yang dapat mendukung pemecahan masalah dalam penulisan artikel ini dan dalam penelitian ini memberikan pandangan yang baru serta pemecahan masalah yang sederhana dan ilmiah.

C. PEMBAHASAN

Dalam bagian pembahasan ini, peneliti akan membahas mengenai pengertian gangguan mental, bentuk-bentuk gangguan mental yang terdapat pada warga gereja, dan peran gereja terhadap warga gereja yang mengalami gangguan mental.

1. Pengertian Gangguan Mental

Kesehatan mental merupakan keadaan fisik, mental dan sosial, dimana keadaan tersebut memungkinkan untuk setiap individu yang produktif. Ini dirumuskan dalam UU No.36 tahun 2009 ayat 1. Mental merupakan hal yang bersangkutan dengan batin dan watak manusia, yang bukan bersifat badan atau tenaga. Kesehatan seorang juga terlihat dari caranya memberikan respon terhadap setiap hal yang dihadapinya. Kesehatan mental menurut WHO adalah keadaan individu tanpa kekhawatiran. Kesehatan mental berasal dari kata *mental hygiene*. *Hygiene* berasal dari istilah yang merujuk pada dewi kesehatan Yunani kuno bernama *Hygea*. Dengan kata lain, terhindarnya seseorang dari gangguan mental agar terciptanya sikap mudah berinteraksi dan bersosial adalah pengertian kesehatan mental. Kesehatan mental dipengaruhi oleh kejadian dalam kehidupan yang meninggalkan dampak besar pada individu tertentu. Peristiwa-peristiwa tersebut akan memberikan efek traumatik kepada si penderita. Hal itu dapat berupa kekerasan, pelecehan dan lainnya yang mungkin saja mereka terima sejak kecil. Namun, pelecehan yang dimaksud tidak terbatas pada kejahatan seksual saja, melainkan juga berupa pelecehan verbal. Kondisi individu terlihat sedih bahkan juga seperti kehilangan gairah atau semangat dalam menjalani kehidupan.⁶

Gangguan jiwa atau mental adalah bagian sulit yang harus dihadapi oleh seseorang karena sukarnya bersosialisasi dengan orang lain⁷. Gangguan jiwa meliputi cara berpikir yang tidak berfungsi secara utuh. Gangguan mental menurut KEMENKES RI merupakan kesalahan seseorang dalam

⁶Kartini Kartono and Jenny Andari, *Hygine Mental Dan Kesehatan Mental Dalam Islam*, (Bandung: Mandar Maju, 1989).

⁷Djamaludin Ancok, FN Suroso, MS Ardani, *Psikologi Islam: Solusi Islam Atas Problem-Problem Psikologi*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2000).

berpikir dan berperilaku, sehingga mengakibatkan sebuah penderitaan atau hambatan ketika menjalankan fungsi sebagai individu.⁸

Gangguan mental adalah respon yang salah ketika seseorang lebih banyak berada dalam keadaan melamun dan mengabaikan tanggung jawabnya di dunia nyata. Ini terlihat dari pikiran, perasaan, tindakan yang berbeda atau tidak semestinya hingga kemudian mengganggu fungsi sosial, kerja, dan fisik.⁹ Menurut *American Psychiatric*, ketika seseorang mengalami gangguan mental, maka akan tampak perilaku psikologi yang secara klinis terlihat dari keadaan *distress* atau kurangnya kemampuan yang menimbulkan resiko nyeri, kematian, ketidakmampuan atau kehilangan kebebasan dan seringkali respon tersebut diterima pada saat-saat tertentu.¹⁰ Kesehatan mental yang terganggu akan mengubah kehidupan yang semula damai sejahtera menjadi gangguan mental yang parah.¹¹ Kesehatan mental berarti keseimbangan dalam segala aspek hidup, mulai dari sosial, jasmani, rohani dan ekonomi.

Untuk mencapai keseimbangan itu membutuhkan sebuah proses belajar yang tidak mudah. Kadang-kadang, keseimbangan mungkin terlalu pada satu arah. Menjaga keseimbangan untuk tetap pada posisinya masing-masing adalah sebuah tantangan yang perlu dihadapi oleh setiap individu.¹² Melihat beberapa rumusan di atas, penulis menyimpulkan bahwa kesehatan mental adalah keadaan di mana seorang individu hidup dalam keseimbangan. Keseimbangan antara segala aspek yang ada di dalam hidupnya yang kemudian mempengaruhi cara ia berpikir, berkata, dan bertindak. Ketika berada dalam kondisi mental yang sehat, seorang individu juga akan memiliki hubungan sosial yang baik. Kesehatan mental menjadi bagian pertama yang perlu dijaga agar seorang individu tidak menuju tahap yang lebih parah yaitu gangguan mental. Sebab gangguan mental terjadi pada pribadi yang mentalnya tidak berada pada keadaan yang baik. Gangguan mental yang dialami oleh seorang individu akan terus berkembang semakin parah jika tidak ditindak lanjuti. Gangguan mental mengakibatkan semua aspek kehidupan penderita terganggu.

2. Berbagai Bentuk Gangguan Mental Jemaat Gereja

Pandemi covid-19 yang menyebar di Indonesia memberikan pengaruh signifikan bagi semua orang. Ada banyak aspek yang terpengaruh dan memburuk dalam kehidupan orang-orang diantaranya:

⁸KEMENKES RI, "InfoDatin: Situasi Kesehatan Jiwa Di Indonesia" (2019).

⁹M.C. Townsend, *Psychiatric Mental Health Nursing Concepts of Care*, (Philadelphia: Davis Company, 1996).

¹⁰American Psychiatric Association, *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders: DMS-IV*, 4th ed., (American Psychiatric Association, 1994).

¹¹Len Sperry, *Mental Health and Mental Disorders: An Encyclopedia of Conditions, Treatments, and Well-Being*, (Santa Barbara, California: Greenwood, 2016).

¹²Karen Bellenir, *Mental Health Information for Teens: Health Tips about Mental Wellness and Mental Illness*, Third, (Michigan: Omnigraphic Inc., 2010).

sosial, ekonomi, politik, bahkan keagamaan.¹³ Awal mula masalah tersebut terjadi adalah ketika setiap individu berada dalam keadaan kesehatan yang terganggu atau gangguan mental. Gangguan mental yang terjadi ini disebabkan oleh rasa cemas yang berlebihan. Lain dari itu adalah kebingungan, ketakutan, insomnia dan putus asa.¹⁴ Jenis gangguan mental di masa pandemi *Covid-19* ada tiga jenis.

a. Stres

Stres dibedakan menjadi dua yaitu stres akademik dan stres kerja. Stres akademik identik dengan dunia pendidikan, yang dimaksud di sini ialah kemampuan untuk menguasai ilmu pengetahuan yang telah diuji kepastian kebenarannya sehingga hasilnya dapat diukur. Stres akademik adalah tekanan yang dialami oleh mahasiswa yang berkaitan dengan menguasai ilmu pengetahuan yang sering sekali tidak sesuai dengan tuntutan lingkungan dengan sumber daya aktual yang dimiliki sehingga mereka semakin terbebani dengan berbagai tekanan dan tuntutan dari dunia pendidikan. Masalah yang dihadapi oleh mahasiswa pada masa pandemi ini diantaranya tuntutan-tuntutan yang dibebani dengan model belajar mengajar yang tidak dapat berinteraksi secara langsung sehingga itu membuat lelah dan membosankan, karena dengan demikian menyebabkan frustrasi bagi setiap mereka dan bila terus berlanjut dapat menimbulkan stres.

Stres kerja, di masa covid-19 diterapkan *social distancing* dan setiap karyawan harus beraktivitas dari rumah. Bagi para pekerja yang dapat beraktivitas di rumah tidak menjadi masalah yang berarti. Akan tetapi, bagi mereka yang bekerja di bidang jasa dan produksi yang mengharuskan berada di lokasi pekerjaan akan menimbulkan masalah dan hal itu tidak mendapat kepastian kapan masa pandemi *covid-19* akan berakhir. Hal ini menimbulkan ketidakpastian bagi para pengusaha dan para pekerja, serta tidak sedikit dari pekerja harus di PHK. Hal inilah yang menimbulkan stres kerja di masa pandemi *Covid-19*.¹⁵

b. Bipolar.

Penderita mempunyai dua atau lebih kepribadian, masing-masing memiliki proses perasaan dan pikiran yang cukup stabil. Kepribadian ganda dapat didefinisikan pada kepribadian mental di mana seseorang yang mengidapnya akan menunjukkan adanya dua atau lebih kepribadian di mana masing-masing memiliki nama serta karakter yang berbeda-beda. Pengidap bipolar ini sebenarnya hanya memiliki satu kepribadian, namun pengidap akan merasa memiliki banyak identitas dan cara berpikir, tempramen, tata bahasa, ingatan dan interaksi terhadap lingkungan yang berbeda-beda. Orang-orang akan mengalami perubahan-perubahan suasana hati. Seseorang mungkin sangat bahagia

¹³David Eko Setiawan, K Stevanus, Purwoto, "Gambaran Pejabat Gereja Bethel Injil Sepenuh Majelis Daerah Jawa Tengah Tentang Pandemi Covid-19 Dan Implikasinya Bagi Pelayanan Gerejawi," *Kharisma: Jurnal Ilmiah Teologi* Volume 1, no. 2 (2020).

¹⁴Samantha K Brooks et al., "The Psychological Impact of Quarantine and How To Reduce It: Rapid Review of The Evidence," *The Lancet* Volume 395, no. 10227 (2020), 912–920.

¹⁵Moh Muslim, "Manajemen Stress Pada Masa Pandemi Covid-19," *Esensi: Jurnal Manajemen Bisnis* Vol. 23, no. 2 (2020).

pada suatu waktu, segala sesuatu berjalan dengan baik, dan hubungannya dengan dunia sangat menyenangkan. Akan tetapi, suasana hati ini mungkin disusul dengan suatu masa di mana orang merasa patah semangat, merasa sedih, dan merasa gelapnya masa depan.

Hal yang menimbulkan kontroversi menarik dari perubahan-perubahan itu mungkin sekali merupakan perbedaan-perbedaan derajat. Dalam bentuknya yang ekstrim, perubahan itu menandakan tingkah laku orang yang menderita gangguan bipolar. Istilah bipolar digunakan karena individu memperlihatkan dua kutub suasana hati yang ekstrim, yakni perubahan antara keadaan maniak dan keadaan depresi. Oleh karena perubahan tersebut, maka gangguan bipolar dulu disebut gangguan maniak-depresif. Gangguan bipolar dibagi menjadi tiga tipe, yakni tipe maniak, tipe depresif dan tipe campuran. Pribadi yang didiagnosis sebagai hal yang muncul apabila suasana hatinya dominan adalah maniak, dan dikatakan depresif kalau suasana hatinya yang dominan, serta dikatakan campuran apabila gambaran-gambaran simtomnya adalah maniak dan depresif tercampur atau berubah-ubah dalam jangka waktu beberapa hari. Gangguan ini tetap merupakan psikosis fungsional utama sesudah skizofrenia. Reaksi-reaksi afektif ditandai dengan gangguan suasana hati yang begitu hebat sehingga sangat mempengaruhi proses berpikir dan tingkah laku individu, control emosi hilang, dan sering disertai interpretasi yang selalu mengenai kenyataan, serta timbulnya halusinasi-halusinasi.

Manusia yang menderita karena reaksi-reaksi afektif berbeda dengan yang menderita karena reaksi-reaksi skizofrenik dalam beberapa segi, meskipun banyak simtom tumpang tindih. Salah satu perbedaan yang penting adalah hubungan yang dipertahankan pasien dengan kenyataan.¹⁶ Kondisi gangguan bipolar berganti-ganti antara maniak dan depresi. Pada tipe maniak, suasana hati yang paling dominan atau paling ekstrim adalah maniak. Sedangkan pada tipe depresi, suasana hati yang paling dominan atau paling ekstrim adalah depresi. Akan tetapi, bila gambaran simtom sekarang mencakup reaksi-reaksi maniak-depresif yang pada dasarnya bukan maniak dan juga bukan depresif atau suasana hati yang selalu berubah dalam waktu beberapa hari, maka individu diagnosis sebagai orang yang menderita tipe campuran, yakni campuran antara tipe maniak dan tipe depresif. Akhirnya, ada pula gangguan siklotimik yang mengalami perubahan-perubahan dalam suasana hati antara depresi dan kegembiraan, tetapi depresi dan kegembiraan itu kurang ekstrim dibandingkan dengan yang terdapat pada gangguan bipolar.

c. Emosi

Emosi adalah hal yang merujuk kepekaan rasa dalam menghayati sesuatu sehingga mudah dipengaruhi kesan dari luar.¹⁷ Pengertian emosi menurut Crow dan Crow adalah pengalaman afektif yang disertai penyesuaian dari dalam diri individu tentang keadaan mental dan fisik, serta berwujud tingkah laku yang tampak. Jadi emosi adalah pengalaman afektif yang disertai penyesuaian dari dalam

¹⁶Yustinus Semiun, *Kesehatan Mental*, (Surabaya: Penerbit Kanesus, 2006).

¹⁷Husamah, *Kamus Psikologi*, (Yogyakarta: Andi, 2015).

diri individu tentang keadaan mental, fisik dan berwujud tingkah laku yang tampak. Emosi remaja madya pada umumnya dan remaja awal khususnya sering labil, dan bergejolak. Terkadang mereka mudah kesal, tetapi adakalanya mereka begitu bersemangat pada waktu tertentu. Pemakaian dan peredaran narkoba serta pengaruh alkohol yang menjadi patokan atau sebagaimana maraknya sekarang ini dapat pula menuntun remaja pada pengambilan keputusan dan tindakan buruk secara emosional.

Ciri-ciri emosional, biasanya banyak murung, tidak dapat diterka, bertingkah laku kasar, ledakan kemarahan, cenderung tidak toleran terhadap orang lain dan membenarkan pendapatnya sendiri, mulai mengamati orangtua dan guru secara objektif, dan terjadi pemberontakan. Biasanya metode belajar penunjang perkembangan emosi yaitu: Pertama, belajar dengan cara mencoba-coba. Hal ini, lebih umum digunakan pada masa kanak-kanak awal, dibandingkn sesudahnya. Kedua, belajar dengan cara meniru. Hal ini dilakukan dengan cara mengamati hal-hal yang membangkitkan emosi dan metode yang sama dengan orang-orang yang diamati. Ketiga, belajar dengan cara mempersamakan diri. Seseorang hanya akan menirukan orang yang dikagumi dan mempunyai ikatan emosional yang kuat dengannya. Keempat, belajar melalui pengondisian. Hal ini dilakukan dengan cara asosiasi, setelah melewati masa kanak-kanak. Pengguna metode ini semakin terbatas pada perkembangan masa suka dan tidak suka.¹⁸ Biasanya sumber persoalan emosi yang berlebihan adalah tidak adanya keintiman dengan Allah. Keterasingan dengan kasih Allah merupakan masalah dasar manusia untuk menjadi orang yang utuh.¹⁹

2. Peran Gereja Terhadap Warga Gereja yang Mengalami Gangguan Mental

Injil tidak saja memberikan dampak transformasi spiritual tetapi juga transformasi sosial. Injil mentransformasi keadaan rohani manusia yang berdosa dan patut dihukum, menjadi anak Allah yang diselamatkan di dalam Yesus Kristus. Selain itu, kehadiran Injil mengubah cara pandang manusia tentang kehidupan sosial.²⁰ Supaya dampak Injil ini dapat mentransformasi kehidupan penderita gangguan mental, maka ada beberapa hal penting yang harus diupayakan gereja.

Pertama, gereja memerlukan pemahaman yang lebih komprehensif mengenai kepribadian jemaat. Gereja juga harus menyadari bahwa jemaat membutuhkan kebersamaan sebab hidup mereka lebih berorientasi kepada aktivitas dan kelompok. Kedua, gereja harus berusaha menerima keberadaan jemaat sebagaimana adanya. Jangan cepat putus asa menghadapi mereka yang menderita bipolar dan emosi serta gangguan mental lainnya, karena mereka sedang belajar untuk menyesuaikan diri dengan perubahan-perubahan yang akan dialami selama gereja memberikan layanan konseling. Ketiga, gereja perlu membagi perasaannya kepada jemaat yang mengalami penyakit mental. Mereka ingin didengar, diterima dan dihargai oleh warga gereja lainnya. Khususnya gereja menyatakan penerimaannya bagi

¹⁸Junihot, *Psikologi PAK*, (Yogyakarta: Andi, 2016).

¹⁹Paul D Meier, *Psikologi Dan Konseling Kristen*, (Yogyakarta: Andi, 2009), 113.

²⁰David Eko Setiawan, "Dampak Injil Bagi Transformasi Spiritual Dan Sosial," *BIA': Jurnal Teologi dan Pendidikan Kristen Kontekstual* 2, no. 1 (2019), 92.

warga gereja yang mengidap penyakit mental, di situlah aktivitas akan berlangsung dengan baik. Di samping mendengarkan mereka dengan baik, gereja juga perlu mendoakan mereka. Menurut Tuhan Yesus, gembala yang baik mengenal kawanan dombanya (Yoh 10:14) dan berdoa untuk mereka (Yoh 17:20-23). Artinya seorang gembala tidak akan mengenal domba-domba binaannya kalau ia tidak mengasihi dan menaruh perhatian kepada mereka. Keempat, oleh karena jemaat membutuhkan teladan, para gereja-gereja harus mendemonstrasikan hidup yang dapat dipandang terpuji, seperti konsisten dalam perkataan dan perbuatan, tepatnya cara hidup mereka berintegritas. Termasuk dalam aspek keuangan, cinta dan seksualitas (Tim 2:6-7). Gereja harus menyadari bahwa jemaat tengah membentuk idealismenya dalam perkembangan bipolar dan emosi serta gangguan mental lainnya. Mereka membutuhkan contoh kehidupan ideal, apalagi jemaat yang berasal dari keluarga yang bermasalah. Setiap gembala harus memelihara kekudusan diri agar tetap menjadi teladan bagi jemaatnya. Terjadinya transformasi karakter jemaat di gereja bukan hanya diakibatkan oleh kelengkapan pengajaran yang disampaikan kepada mereka. Namun, hal yang terutama adalah keteladanan karakter dan sikap mental gereja. Kelima, gereja harus memberikan bimbingan untuk menghadapi perubahan agar mampu mengenali menghargai dirinya secara positif. Pada umumnya, jemaat yang menderita gangguan mental bipolar dan emosi, mungkin sering merasa gelisah dengan apa yang akan mereka hadapi, dan ada juga jemaat yang selalu merasa berdosa karena mengalami emosi yang berlebihan.

Philip Rice mengemukakan bahwa dalam membantu jemaat bertumbuh dengan karakter yang sehat, pendekatan gereja kepada mereka haruslah melalui keakraban, melalui percakapan, bukan kuliah, melalui disiplin dan penguatan keberhasilan mereka, melalui contoh dan melalui aktivitas. Rice juga mengusulkan agar topik-topik seperti rencana Tuhan dalam hidup dan pekerjaan mereka menjadi bahan percakapan bersama atau sering dilakukan diskusi. Efesus 2:8-9 “Sebab karena kasih karunia kamu diselamatkan oleh iman; itu bukan hasil usahamu, tetapi pemberian Allah, itu bukan hasil pekerjaanmu: Jangan ada orang yang memegahkan diri”. Kasih karunia Allah tersebut diwujudkan melalui kematian anak-Nya yang tunggal. Paulus memandang bahwa kematian Kristus disalib telah menggantikan hukuman orang-orang berdosa. Paulus mengatakan, “Dia yang tidak mengenal dosa telah dibuat-Nya menjadi dosa karena kita, supaya dalam Dia kita dibenarkan oleh Allah”.²¹

D. KESIMPULAN

Kesehatan mental merupakan bagian penting dalam kehidupan seorang individu. Kesehatan mental mencakup kesehatan fungsi sosial yang akan terganggu jika di dalamnya tidak terjadi kesinambungan. Kesehatan mental yang terganggu akan menciptakan masalah baru yaitu gangguan mental. Gangguan mental merupakan kesalahan individu saat merespon sebuah peristiwa yang terjadi

²¹Dwiati Yulianingsih David Eko Setiawan, “Signifikansi Salib Bagi Kehidupan Manusia Dalam Teologi Paulus,” *FIDEI: Jurnal Teologi Sistematis dan Praktika* 2 No. 2 (2019), 240.

dalam kehidupannya. Hal ini kemudian menimbulkan kesalahan fungsi emosi dan keinginan. Kondisi seperti ini banyak dialami oleh warga gereja, namun kebanyakan dari mereka juga tidak menyadari hal tersebut. Gereja akan sehat dalam pertumbuhan yang signifikan dan menampilkan gereja yang bertanggung jawab atas tugas yang telah Allah berikan. Dalam menjaga kesehatan mental, setiap warga gereja terlibat mengobati atau turut menjaga kesehatan mental umat Allah dalam pembinaan yang diupayakan. Dalam penelitian ini menyimpulkan bahwa gereja berperan penting dalam pembinaan warga gereja untuk mengenali dan memahami mereka yang mengalami gangguan mental dan dalam hal ini gereja dapat menjawabnya dalam pembinaan dan pendekatan psikologis.

DAFTAR PUSTAKA

- Ancok, FN Suroso, MS Ardani, Djamaludin. *Psikologi Islam: Solusi Islam Atas Problem-Problem Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2000.
- Association, American Psychiatric. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders: DMS-IV*. 4th ed. American Psychiatric Association, 1994.
- Bellenir, Karen. *Mental Health Information for Teens: Health Tips about Mental Wellness and Mental Illness*. Third. Michigan: Omnigraphic Inc., 2010.
- Brooks, Samantha K, Rebecca K Webster, Louise E Smith, Lisa Woodland, Simon Wessely, Neil Greenberg, and Gideon James Rubin. "The Psychological Impact of Quarantine and How To Reduce It: Rapid Review of The Evidence." *The Lancet* Volume 395, no. 10227 (2020): 912–920.
- David Eko Setiawan, Dwiati Yulianingsih. "Signifikansi Salib Bagi Kehidupan Manusia Dalam Teologi Paulus." *FIDEI: Jurnal Teologi Sistematis dan Praktika* 2 No. 2 (2019): 240.
- Friedman, Marilyn. *Keperawatan Keluarga Teori Dan Praktek*. Edisi 3. Jakarta: EGC, 1998.
- Hamid, Abdul. "Agama Dan Kesehatan Mental Dalam Perspektif Psikologi." *Jurnal Kesehatan Tadulako* Vol. 3, no. 2 (2017): 2.
- Husamah. *Kamus Psikologi*. Yogyakarta: Andi, 2015.
- Junihot. *Psikologi PAK*. Yogyakarta: Andi, 2016.
- Kartono, Kartini, and Jenny Andari. *Hygine Mental Dan Kesehatan Mental Dalam Islam*. Bandung: Mandar Maju, 1989.
- Meier, Paul D. *Psikologi Dan Konseling Kristen*. Yogyakarta: Andi, 2009.
- Muslim, Moh. "Manajemen Stress Pada Masa Pandemi Covid-19." *Esensi: Jurnal Manajemen Bisnis* Vol. 23, no. 2 (2020).
- Pattiwael, Donald Richardo. "Peran Pastoral Gereja Terhadap Keluarga Dan Penderita Gangguan Mental Di Gereja Protestan Maluku Jemaat Passo Ambon" (2016).
- RI, KEMENKES. "InfoDatin: Situasi Kesehatan Jiwa Di Indonesia" (2019).
- Semiun, Yustinus. *Kesehatan Mental*. Surabaya: Penerbit Kanesus, 2006.
- Setiawan, K Stevanus, Purwoto, David Eko. "Gambaran Pejabat Gereja Bethel Injil Sepenuh Majelis Daerah Jawa Tengah Tentang Pandemi Covid-19 Dan Implikasinya Bagi Pelayanan Gerejawi." *Kharisma: Jurnal Ilmiah Teologi* Volume 1, no. 2 (2020).
- Setiawan, David Eko. "Dampak Injil Bagi Transformasi Spiritual Dan Sosial." *BIA': Jurnal Teologi dan Pendidikan Kristen Kontekstual* 2, no. 1 (2019): 83–93.
- Simanjuntak, Julianto. *Konseling Gangguan Jiwa & Okultisme*. Jakarta: Gramedia, 2008.
- Siswanto. *Alkitab Dan Kesehatan Mental: Meretas Diri, Merengkuh Liyan, Berbagi Kehidupan*. Edisi 3. Semarang: BPK Gunung Mulia, 2020.
- Sperry, Len. *Mental Health and Mental Disorders: An Encyclopedia of Conditions, Treatments, and Well-Being*. Santa Barbara, California: Greenwood, 2016.
- Townsend, M.C. *Psychiatric Mental Health Nursing Concepts of Care*. Philadelphia: Davis Company, 1996.