

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pastor adalah sebutan bagi pemimpin suatu jemaat Kristen yang memberi bimbingan spiritual bagi para umat di dalam jemaat tersebut. Di Indonesia sebutan ini biasanya digunakan untuk imam di lingkungan Gereja Katolik. Kata pastor sendiri berasal dari bahasa Latin *pastor* yang berarti gembala. Selain itu, dalam sejarah Gereja, peran pastor sering kali disamakan dengan jabatan penatua (*presbuteros*) atau penilik jemaat (*episkopos*), yang bertugas menggembalakan dan mengawasi umat (Hove, 2023). Misalnya, Kisah Para Rasul 20:28, Paulus menyampaikan bahwa Roh Kudus telah menetapkan penatua sebagai penilik untuk menggembalakan jemaat Tuhan.

Pada masa awal Gereja, jabatan pastor, penatua, dan uskup sering kali digunakan secara bergantian. Namun, seiring berjalannya waktu, terutama pada abad ke-2, terjadi pemisahan peran di mana uskup mulai memiliki otoritas lebih besar dalam mengawasi beberapa komunitas Kristen di wilayah tertentu. Pada abad ke-3 dan ke-4, struktur hierarki Gereja semakin berkembang dengan pembentukan keuskupan dan paroki, di mana uskup mengawasi wilayah yang lebih luas, sementara pastor memimpin komunitas lokal.

Pastor, sebagai pemimpin spiritual dalam Katolik, memainkan peran yang sangat krusial dalam kehidupan jemaatnya. Mereka tidak hanya bertanggung jawab dalam hal pelayanan rohani, tetapi juga sering menjadi

tempat curhat, sumber ketenangan, bahkan penengah konflik dalam komunitas. Peran ini menuntut mereka untuk selalu hadir dengan kestabilan emosional, kebijaksanaan, dan empati yang tinggi.

Dalam agama Katolik, jabatan imam merupakan posisi tetap yang diperoleh melalui proses pendidikan khusus dan upacara pentahbisan, atau penerimaan Sakramen Imamat. Pendidikan awal menjadi seorang Pastor dimulai dengan pendidikan di institusi pendidikan dasar bagi para calon Pastor bernama Seminari selama 4 tahun. Seminari adalah tempat menanamkan benih-benih kebaikan bagi para calon Pastor. Selanjutnya, ke jenjang lebih tinggi yaitu Frater atau calon Pastor. Pada tahap ini, wajib belajar Filsafat dan Teologi. Terakhir, pentahbisan ditentukan oleh ordo yang dipilih si calon (Hove, 2023).

Pastor dalam agama Katolik hanya diperuntukkan bagi laki-laki dan mengharuskan mereka untuk menjalani hidup selibat, yaitu tidak menikah seumur hidup (Rahardi, 2007). Hidup selibat dipandang sebagai bentuk komitmen untuk menjaga kemurnian dalam ajaran teologi mengenai seksualitas, serta menjadi simbol utama pelayanan kasih yang utuh kepada Tuhan dan sesama, sebagai bentuk pengorbanan diri demi kesatuan spiritual (Hove, 2023).

Berbeda dengan Pendeta dalam tradisi Kristen Protestan, di mana mereka diperbolehkan untuk menikah dan memiliki keturunan. Meskipun dalam Gereja Katolik Pastor diwajibkan untuk tidak menikah, ketentuan ini tidak berlaku bagi seluruh jemaat Katolik. Artinya, umat Katolik yang tidak

berada dalam jabatan imam tetap memiliki kebebasan untuk menikah sebagaimana lazimnya dalam kehidupan bermasyarakat.

Memasuki usia 30 tahun, individu sering kali dihadapkan pada tekanan untuk memilih antara menikah atau tetap melajang. Umumnya, orang dewasa lajang menghadapi tantangan seperti membangun kedekatan emosional, rasa kesepian, dan penyesuaian diri dalam masyarakat yang cenderung memprioritaskan pernikahan. Menurut survei nasional, 58% individu lajang mengalami stres tinggi dalam sebulan terakhir, angka yang lebih tinggi dibandingkan dengan mereka yang sudah menikah (52%) (Santrock, 2012). Jika individu lajang mampu mengelola kebutuhan emosional dan menemukan makna dalam hidupnya, maka kesejahteraan psikologisnya dapat tetap terjaga. Dalam psikologi, kondisi ini dikenal sebagai kesejahteraan psikologi, yang mencakup enam aspek utama: otonomi, penguasaan lingkungan, pertumbuhan pribadi, hubungan positif, tujuan hidup, dan penerimaan diri (Erol & Koksall, 2022).

Kesejahteraan psikologis merupakan salah satu aspek penting dalam kehidupan manusia yang menyangkut kondisi emosional, mental, dan sosial individu secara keseluruhan. Kesejahteraan psikologis merupakan aspek penting dalam psikologi yang berpengaruh besar terhadap kualitas hidup seseorang. Gagasan ini lahir dari perpaduan berbagai pendekatan, termasuk teori perkembangan sepanjang hidup, temuan klinis mengenai fungsi positif individu, serta prinsip-prinsip dasar kesehatan (Ryff & Keyes, 1995). Akar dari konsep ini dapat ditelusuri hingga pandangan eudaimonia

dari Aristoteles, yang menekankan bahwa kebahagiaan sejati terletak pada aktualisasi diri dan kehidupan yang bermakna. Dengan kata lain, kebahagiaan tidak hanya diukur melalui pengalaman emosi positif atau rasa puas terhadap hidup tetapi lebih kepada sejauh mana seseorang dapat menjalani hidupnya secara optimal dan bermakna (Ryff, Huta, dan Deci, 2008). Dalam konteks ini, setiap individu, termasuk pemuka agama, memiliki tantangan tersendiri dalam mencapai dan mempertahankan kesejahteraan psikologisnya.

Penerimaan diri merupakan salah satu ciri dari individu yang berhasil mengaktualisasikan dirinya, di mana mereka mampu menerima diri sendiri apa adanya tanpa menuntut kesempurnaan, baik dari diri sendiri maupun orang lain. Mereka cenderung menerima hal-hal secara alami dan tidak bersikap pura-pura (Erol & Koksall, 2022). Kemampuan untuk mencintai, memiliki empati yang dalam, penuh kasih terhadap sesama, serta kecintaan yang lebih tinggi kepada Tuhan, menjadi tanda bahwa seseorang mampu membangun hubungan positif dengan orang lain. Dimensi otonomi mencakup kemampuan untuk menentukan arah hidup sendiri (*self-determination*), kebebasan dalam bertindak, serta kemampuan untuk mengatur perilaku berdasarkan standar yang ia tetapkan secara personal (Erol & Koksall, 2022).

Selain itu, individu juga perlu memiliki kemampuan untuk memilih, menciptakan, dan menyesuaikan lingkungan agar mendukung perkembangan psikologisnya. Orang yang memiliki penguasaan terhadap lingkungannya cenderung merasa nyaman di dalamnya. Mereka dapat

memanfaatkan sumber daya yang ada agar sesuai dengan kebutuhannya. Memiliki tujuan hidup yang jelas juga menjadi aspek penting dari karakteristik individu yang memiliki kesejahteraan psikologis (Erol & Koksall, 2022). Perkembangan pribadi merujuk pada upaya berkelanjutan untuk mengembangkan potensi diri. Keterbukaan terhadap pengalaman baru dan keinginan untuk terus bertumbuh seringkali lebih penting dibandingkan sekadar menyelesaikan masalah tertentu.

Namun, tidak semua individu memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang sama. Setiap orang memiliki persepsi yang berbeda-beda mengenai apa yang membuat hidupnya berkualitas. Apa yang dianggap memberikan kehidupan berkualitas bagi seseorang, bisa jadi berbeda dengan orang lain, tergantung dari kesejahteraan psikologis yang ia miliki.

Di Indonesia, tidak menikah saat usia dewasa sudah menjadi hal yang cukup umum, meskipun pada dasarnya manusia memiliki kebutuhan akan kasih sayang yang nyata, salah satunya dari pasangan hidup seperti suami atau istri. Kebutuhan akan cinta ini dijelaskan oleh Maslow dalam hierarki kebutuhannya, di mana cinta dan rasa memiliki merupakan kebutuhan dasar ketiga (Maslow, 1970). Menurut Maslow, urutan kebutuhan manusia dimulai dari kebutuhan fisiologis, rasa aman, kebutuhan cinta dan rasa memiliki, penghargaan, hingga aktualisasi diri. Setelah kebutuhan dasar seperti makan, minum, dan keamanan terpenuhi, manusia akan terdorong untuk mencari cinta dan keterikatan, seperti memiliki teman dekat, pasangan hidup, anak, atau menjadi bagian dari komunitas sosial yang lebih besar

(Maslow, 1970).

Namun, terdapat kasus berbeda seperti di pada para pastor di Padang, di mana beberapa pastor meski hidup selibat tetap mampu menjalankan tugas pelayanan dengan baik, mencapai aktualisasi diri, dan terbebas dari gangguan psikologis. Kondisi ini menunjukkan bahwa meskipun tidak memenuhi kebutuhan cinta secara seksual, mereka tetap dapat menjalani kehidupan yang bermakna dan seimbang, yang tidak sepenuhnya sejalan dengan pandangan Maslow atau teori seksualitas.

Melalui semua penjelasan diatas, kesejahteraan psikologis para pastor di Padang perlu ditelusuri secara lebih komprehensif untuk memahami bagaimana mereka mengatasi hambatan-hambatan tersebut, serta strategi psikologis apa yang mereka gunakan untuk tetap menjalani kehidupan yang bermakna di tengah tekanan sosial dan keterbatasan struktural. Dengan begitu, penelitian ini menjadi relevan untuk menggambarkan dinamika psikologis yang unik dan kaya akan nilai-nilai keberagaman, spiritualitas, serta ketahanan individu dalam konteks masyarakat multikultural.

Kajian akademik mengenai kesejahteraan psikologis para pemuka agama, khususnya pastor di Indonesia, masih sangat terbatas. Sebagian besar penelitian lebih banyak berfokus pada pemuka agama dalam konteks mayoritas atau pada isu-isu spiritualitas tanpa menggali aspek psikologis secara mendalam. Oleh karena itu, penting untuk mengangkat isu ini sebagai upaya awal untuk memberikan perhatian lebih terhadap kondisi psikologis para pastor, terutama di wilayah yang secara sosiokultural memiliki tantangan

tersendiri seperti Kota Padang.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan dari latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka fokus penelitian ini adalah “Bagaimana gambaran kesejahteraan psikologis pada pastor di Padang?”

C. Pertanyaan Penelitian

1. Bagaimana gambaran kesejahteraan psikologis pada pastor di Padang?
2. Aspek-aspek apa saja yang terkait dengan kesejahteraan psikologis pastor?

D. Tujuan Penelitian

1. Mengetahui gambaran kesejahteraan psikologis pada pastor di Padang.
2. Mengetahui aspek-aspek yang terkait dengan kesejahteraan psikologis pada pastor di Padang.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan bisa menambahkan *khazanah* keilmuan di bidang psikologi, khususnya psikologi positif dan psikologi agama, dengan memberikan pengetahuan baru tentang kesejahteraan psikologis dari perspektif pelaku kehidupan religius (pastor).

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi pastor dan pemuka agama lain, hasil penelitian ini bisa jadi bahan refleksi untuk lebih peduli terhadap kondisi psikologis

pribadi dan pentingnya menjaga *well-being* di tengah aktivitas rohani dan sosial.

- b. Bagi psikolog atau konselor, penelitian ini bisa bantu merancang pendekatan layanan yang lebih empatik dan kontekstual buat pemuka agama.
- c. Bagi peneliti lain, ini bisa jadi referensi atau pijakan buat penelitian lanjutan yang mengangkat tema serupa atau kajian tentang kesejahteraan psikologis di kalangan religius.

F. Penjelasan Judul

Untuk mendapatkan pemahaman yang benar agar terhindar terjadinya kekeliruan penafsiran tentang judul ini, maka penulis merasa perlu untuk memberikan penjelasan terhadap beberapa kata yang pada judul kajian ini yaitu:

Gambaran : Uraian atau deskripsi yang bertujuan untuk memberikan pemahaman secara menyeluruh mengenai suatu fenomena sebagaimana adanya.

Kesejahteraan : Kondisi individu yang menunjukkan keadaan hidup yang baik, seimbang, dan memuaskan, baik secara fisik maupun mental.

Psikologis : Berkaitan dengan aspek kejiwaan individu, yang mencakup pikiran, perasaan, sikap, dan perilaku.

Pastor : Pemimpin rohani dalam Gereja Katolik yang memiliki tugas dan tanggung jawab dalam

memberikan pelayanan spiritual, pendampingan iman, serta pembinaan moral kepada umat.

Padang : Merujuk pada salah satu wilayah di Sumatra Barat sebagai lokasi dilaksanakannya penelitian.

G. Sistematika Penulisan

BAB I : Pendahuluan, yang terdiri dari latar belakang, fokus penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, penjelasan judul, dan sistematika penelitian.

BAB II : Tinjauan pustaka, yang terdiri dari teori-teori yang berkaitan dengan variabel penelitian, penelitian yang relevan, dan kerangka teoretik.

BAB III : Metodologi penelitian, yang terdiri dari penjelasan mengenai jenis penelitian yang digunakan, populasi dan sampel, teknik pengumpulan data, dan teknik analisis data.

BAB IV : Hasil penelitian dan pembahasan, yang terdiri dari pelaksanaan penelitian, hasil penelitian, dan pembahasan

BAB V : Kesimpulan dan saran