

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Penelitian

Setiap orang selalu melewati hari-harinya dengan penuh ketidakpastian, apakah dalam satu hari seseorang dapat merasakan suatu kehormatan, kekayaan, kesehatan, atau justru seseorang mendapatkan suatu penghinaan, kemiskinan, kesakitan, bahkan kematian, tidak seorang pun bisa mengetahuinya (Loyola, 2002). Seorang anak lahir ke dunia dengan perasaan takut dan penuh bahaya yang mengancam keselamatannya maka dia akan memiliki ketergantungan yang luar biasa pada lingkungan sekitarnya (Bock, 2011). Bujuri (2018) menjelaskan bahwa lingkungan yang bisa menerima kehadiran seorang anak akan memberikan perhatian dan kasih sayang yang cukup untuk bisa mendukung keberlangsungan hidupnya. Menurut Lawson (2010) pengalaman masa lalu yang dialami seseorang menjadi penentu kedalaman serta keragaman perasaan dan emosionalnya kelak, serta menjadi bekal untuk melewati seluruh ketidakpastian hidup yang dihadapi.

Menurut Bock (2011) di kedalaman hati seseorang tinggallah anak dari masa kecilnya dengan dorongan dan daya hidup yang besar. Pengalaman masa kecil seseorang itulah yang menjadi suatu dorongan untuk mencari hal yang belum pernah dia capai sebelumnya serta menjadi alasan mengapa seseorang memandang dunia dengan sudut pandang tertentu. Lebih jauh lagi, Bock menjelaskan bahwa adanya kesulitan seseorang dalam mengelola emosi dan ketahanan fisik di masa dewasanya menjadi tanda atau sinyal agar seseorang memperhatikan keinginan dan kebutuhan mendasar yaitu dorongan alam bawah sadarnya. Batin bawah sadar seseorang yang menurut Freud (2002) menyimpan seluruh emosi dan dorongan, baik yang secara sengaja atau tidak sengaja ditekan di alam bawah sadar. Pada kondisi tertentu dorongan itu akan muncul kembali dan mengingatkan segala keterbatasan yang dimilikinya serta menjadi alasan seseorang berperilaku tertentu (Yantzi, 2009). Batin yang terluka inilah yang kemudian dikenal kebanyakan orang dengan istilah luka batin.

Menurut Lawson (2010) luka batin adalah suatu formatif dari pengalaman menyakitkan masa lalu yang dapat menentukan pandangan, sikap, emosi, dan reaksi seseorang. Luka batin adalah adanya tekanan yang sangat berat yang diberikan secara terus menerus pada lapisan batin terdalam seseorang (Hardjowono, 2005). Luka ini menjadi suatu akibat dari batin seseorang yang tertekan oleh pengalaman tertentu, bahkan oleh adanya pengalaman traumatik (Bock, 2011). Perasaan takut, cemas, dan ketidakberdayaan seseorang dalam menghadapi pengalaman yang menyakitkan itulah yang membuat seseorang tidak mampu mengekspresikan emosi atau perasaan yang seharusnya sehingga membuat batin terluka (McAlear, 2012). Mungkin seseorang sudah lupa dengan detail pengalaman masa lalu yang menyakitkan itu, namun afeksi atau perasaannya masih ada (Prasetya, 1995). Luka batin memiliki perbedaan dengan trauma, dimana luka batin mayoritas dimiliki setiap orang dengan pengalaman dan persepsi yang berbeda-beda. Sedangkan trauma dalam DSM-5 lebih mengarah pada suatu gangguan psikologis akibat adanya peristiwa yang mengancam jiwanya, dengan gejala dan rentan waktu yang sudah ditentukan.

Prasanti & Fitriani (2018) menjelaskan bahwa seorang anak kecil tumbuh dan berkembang dengan pola dan pengalaman yang unik serta beragam, mulai dari perkembangan karakter, pemikiran hingga perkembangan emosinya. Pada kenyataannya pengalaman luka batin mempengaruhi perilaku seseorang menjadi kurang adaptif. Beberapa contoh dampak luka batin yaitu seseorang mudah melakukan kekerasan kepada orang lain, bersifat sangat posesif kepada pasangannya, sangat berambisi dan tidak pernah bisa mengalah, bahkan seseorang bisa menjadi sangat takut dan anti pada figur lelaki ataupun perempuan. Perilaku-perilaku orang semacam inilah yang berawal dari pengalaman dicintai maupun dilukai dari orang-orang di sekitarnya. Seperti pengalaman kekerasan fisik dan emosional yang didapat atau dilihat ketika masa kecilnya, pengalaman tidak diperhatikan oleh orangtuanya, dan di-bully oleh teman-temannya. Sebab lain yaitu adanya pengalaman traumatis yang sangat menekan batin seseorang, seperti kekerasan seksual, peristiwa kecelakaan, perselingkuhan orangtua, serta masih banyak manifestasi perilaku seseorang yang dapat dijelaskan dari adanya pola luka batin seseorang di masa lalunya (Yantzi, 2009).

Menurut Nugroho (2018), luka batin masa lalu berakar dari cinta, baik itu cinta yang berlebih yang kemudian disebut *over* atau kekurangan cinta yang kemudian disebut defisit afeksi. Orang yang memberikan cinta berlebih bisa menjadi *over protective* dan bisa berujung pada kekerasan pada orang lain, sedangkan yang kurang mendapatkan cinta seseorang bisa bertumbuh menjadi pribadi yang kurang perhatian, kesepian, dan lain-lain. Luka batin yang berawal dari cinta, menunjukkan bahwa pemberi luka batin terbesar adalah orang yang juga dekat dengan mereka yaitu keluarga atau orang yang merawatnya, kecuali kasus-kasus tertentu seperti kecelakaan atau hal lain yang tidak terduga (Deta, 2017).

Hal ini juga sesuai dengan beberapa kisah hidup seseorang yang bisa menjelaskan secara konkrit bagaimana luka batin ini bisa mempengaruhi hidup seseorang, salah satu di antaranya yaitu cerita Charles Kraft tentang hidup seorang wanita bernama Julie dalam Hardjowono (2005):

Charles Kraft menceritakan tentang kasus seorang wanita yang bernama Julie, berumur tigapuluhan yang menderita luka batin amat dalam yang dialami pada waktu ia masih anak-anak. Dalam situasi keluarga yang buruk (ayahnya yang pemabuk berat) ia dipaksa untuk selalu berbohong dalam banyak hal, dari masalah ayahnya sampai pada masalah keuangan. Ibunya selalu membuatnya menutupi kenyataan pahit itu. Pada waktu ia menjadi gadis dewasa, ia merasa bertanggung jawab untuk mengatakan kebenaran dan bersumpah tidak akan berbohong lagi. Tetapi ia diikat oleh kebiasaan berbohong. Akibatnya Julie ketakutan bahwa ia akan dihukum/ditolak jika orang tahu tentang keluarga dan kebohongannya. Kedua hal itu membuatnya masuk dalam kebingungan. Akibatnya ia tumbuh menjadi wanita yang tidak bisa mempercayai orang lain, takut, dan sensitif.

Pengalaman-pengalaman luka batin ini kemudian mulai disoroti oleh beberapa orang yang melihat adanya cerita dan pola yang sama atas perilaku dan penyebab luka batin di masa lalunya. Para ilmuwan psikologi mulai mencari dan menjelaskan bagaimana hal itu berkaitan dengan teori psikoanalisa yaitu tentang memori alam bawah sadar seseorang. Beberapa pendekatan dari sisi spiritual di berbagai kepercayaan atau keagamaan juga

mulai mengkaji hal yang serupa (Tolson, & Koenig, 2009). Pola yang ditunjukkan adanya suatu tekanan yang diberikan dalam jangka waktu yang lama secara terus menerus atau bahkan karena tekanan pada satu peristiwa namun diberikan secara berlebihan serta melibatkan perasaan atau emosi seseorang. Ketika seseorang menerima tekanan ini dan dirinya belum mampu memberikan suatu perlawanan atau suatu bentuk penyelesaian, akan mengakibatkan pergulatan dan persoalan masa lalu yang belum terselesaikan, atau dalam istilah ilmu psikologi pendekatan gestalt disebut *unfinished bussiness* (Corey & Gerald, 2009). Usaha untuk menyembuhkan batin yang terluka dilakukan oleh beberapa praktisi dengan beragam pendekatan dan metode.

Penyembuhan luka batin sendiri menurut Hurding dalam Garzon & Bukket (2002) merupakan suatu serangkaian perjalanan kembali yaitu dengan menggunakan suatu metode tertentu untuk bisa mencari tahu dan menemukan *spirit* atau roh yang dapat mengarahkan pada proses pengungkapan pribadi, keluarga, maupun pada suatu analisis permasalahan yang berdampak pada kehidupan orang sekarang ini. Kehidupan yang dihadapi oleh seseorang saat ini terkadang masih ada bagian yang hilang dari pengalaman masa lalu, sehingga perlu adanya pengungkapan yang lebih agar seseorang bisa mengenal diri, keluarga, bahkan lingkungan sekitarnya secara utuh. Bock (2011) juga menjelaskan, bahwa penyembuhan luka batin adalah suatu proses mengingat, memahami, dan menerima kembali pengalaman yang melukai batin seseorang.

Sembuh dalam penelitian ini berarti seseorang yang kondisi awalnya terganggu atau sakit menjadi lebih sehat –secara fisik, psikis, dan *spirit*–, menjadi lebih optimal, dan merasakan kesejahteraan atau *wellbeing* (Lubis, 2011). John & Sandford (2006) mendefinisikan bahwa penyembuhan dapat berujung pada transformasi diri, dimana seseorang bisa merasakan perubahan kehidupan dan kelahiran baru dengan tujuan hidup yang semestinya. Sembuh dalam konteks luka batin adalah suatu proses menerima dari pengalaman masa lalunya (Nugroho, 2018). Sehingga semua proses penyembuhan luka batin hendaknya tidak hanya membuat seseorang kembali pada kondisi normal dan menerima luka batinnya saja, namun juga bisa membuat hidup seseorang menjadi lebih optimal dan *wellbeing*, serta dapat mentransformasi setiap pribadi untuk lebih berkembang sesuai dengan tujuan hidup yang semestinya.

Penyembuhan luka batin dengan pendekatan spiritualitas melibatkan relasi seseorang dengan Yang Transenden dan sesama, seperti dengan berdoa, meditasi, visualisasi, dan lain sebagainya (Tolson & Koenig, 2009). Metode lain yaitu dengan melakukan *mindfulness* pada setiap kegiatan dan hal-hal apa saja yang sudah dilakukan sehingga bisa meningkatkan konsep diri pada seseorang (Wulandari, 2014). Selain itu bisa menggunakan metode hipnoterapi dengan pendekatan psikoanalisa yaitu seseorang diajak untuk kembali pada pengalaman masa lalunya yaitu saat dimana pengalaman luka itu muncul, kemudian diajak untuk mengingat dan menerima kembali perasaan yang muncul sehingga dalam kehidupan sehari-hari seseorang akan merasa lebih baik (Bock, 2011). Penyembuhan luka batin juga bisa menggunakan metode katarsis, yaitu dengan menuliskan segala perasaan dan pikiran atas peristiwa dalam hidupnya. Metode katarsis membantu seseorang mengungkapkan emosi yang selama ini terpendam, hal ini juga sesuai dengan jurnal penelitian tentang anak korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT), dimana dengan menulis anak ini bisa meluapkan emosinya tanpa perasaan yang mengancam dirinya (Rahmawati, 2014).

Teori psikologi dan penelitian yang ada menunjukkan bahwa kehidupan seseorang didominasi oleh alam bawah sadar, yaitu 10 persen untuk pikiran sadar seseorang serta 90 persen untuk pikiran alam bawah sadar (Subiyono, dkk., 2015). Prosentase yang lebih besar di alam bawah sadar ini juga sesuai dengan penelitian Fadilah (2018), dimana pikiran sadar didominasi hanya 12 persen, sedangkan alam bawah sadar sebesar 88 persen. Data ini mendukung beberapa metode penyembuhan luka batin yang melibatkan alam bawah sadar, karena dengan begitu seseorang mampu mengingat kembali bahkan bisa mengubah konsep berpikir dan perilakunya (Fadilah, 2018).

Penyembuhan luka batin dilakukan kepada siapa saja, mulai dari anak-anak yang sudah mulai bisa diajak untuk menerapkan metode ini yaitu dalam tataran sudah paham mengerti hidupnya, usia remaja, bahkan orang-orang dewasa. Penerapannya ini juga menyesuaikan usia seseorang yang melakukan penyembuhan luka batin ini, apakah harus dengan pendekatan anak-anak, remaja, atau dengan orang dewasa (Lubis, 2011). Proses penyembuhan luka batin merupakan proses yang sangat kompleks dan personal maka tidak dapat menjamin semua orang bisa mengikuti proses penyembuhan luka batin ini dengan ukuran dan hasil yang sama. Tidak

menuntut kemungkinan pula, banyak orang yang justru tidak sembuh atau terganggu setelah melewati proses ini. Belum ada penelitian yang menjelaskan keefektifan dan keberhasilan metode-metode penyembuhan luka batin ini, namun penyembuhan luka batin masih terus dikenalkan oleh beberapa orang di beberapa kalangan, salah satunya di dunia anak muda atau dewasa awal.

Usia dewasa awal menurut Huvighurst (1961) adalah 18-40 tahun. Dalam rentang usia ini, segala konflik dan permasalahan mulai muncul, seperti ketidakberhasilan pencarian jati diri pada usia remaja yang berdampak pada ketidaksiapan menghadapi kehidupan dewasanya. Seseorang yang memasuki usia dewasa awal mulai mempersiapkan pekerjaannya, mencari pasangan hidup, dan mulai mengambil tanggung jawab kewarganegaraan (Huvighurst, 1961). Permasalahan dan konflik hidup yang kompleks terkadang bercampur dengan dorongan alam bawah sadar seseorang yang besar, dimana pengalaman masa kecil tentang pengalaman dicintai dan dilukai itu turut ambil bagian dari setiap perilaku seseorang. Tidak jarang seseorang menyerah ketika menghadapi konflik dan permasalahan dalam hidupnya, hal itu bisa berdampak pada depresi hingga bunuh diri (Charles, 1987). Pernyataan tersebut didukung dengan adanya data penelitian, yaitu:

Data pengidap gangguan jiwa di seluruh dunia makin meningkat tiap tahun. Diperkirakan sekitar 300 juta orang mengidap depresi di seluruh dunia. Bahkan, World Health Organization (WHO) memperkirakan setiap 40 detik terjadi kasus bunuh diri di seluruh dunia yang diakibatkan oleh depresi. Ketua Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Jiwa Indonesia (PDSKJI), dr Eka Viora, SpKJ, mengatakan untuk di Indonesia terdapat sekitar 15,6 juta penduduk yang mengalami depresi (health.detik.com, 2019).

Data ini menunjukkan keseriusan betapa kompleksnya permasalahan dan konflik batin seseorang, dan apabila seseorang tidak bisa menghadapinya dapat berujung fatal, yaitu kematian.

Anak muda yang terjebak pada pergulatan luka batinnya juga tak jarang melibatkan diri dalam persoalan kompleks dalam kehidupan sehari-hari, seperti:

Perilaku-perilaku sosial mereka sudah sangat menggelisahkan para pendidik. Banyak guru mengeluh karena kenakalan mereka sudah sangat mengganggu proses belajar mengajar. Ketika ditelusuri anak-anak yang dianggap bermasalah tersebut rata-rata sangat dipengaruhi oleh latar belakang keluarganya yang tidak beres atau broken home (Aziz, 2015).

Contoh kasus pertama yang dialami anak muda di atas sekiranya bisa menggambarkan bagaimana latar belakang keluarga yang memberikan dampak secara langsung kepada perilaku seorang anak. Contoh kasus lainnya yaitu:

Reynhard Sinaga, seorang pria asal Indonesia, dihukum seumur hidup oleh Pengadilan Manchester, Inggris dalam 159 kasus perkosaan dan serangan seksual terhadap 48 korban pria, selama rentang waktu dua setengah tahun dari 1 Januari 2015 sampai 2 Juni 2017. Dalam investigasi yang disebut "Operation Island" (Operasi Pulau) ini, polisi menemukan bahwa semua korban adalah pria muda berumur antara 17-36 tahun yang tengah keluar bersama teman-teman mereka untuk berbincang sambil minum-minum di seputar tempat tinggal Reynhard. Reynhard digambarkan oleh pihak keluarga sebagai anak yang baik, rajin beribadah, rajin ke gereja. Di sisi lain, Reynhard cerdas, lulusan arsitektur, dua magister di Universitas Manchester dan S3 di universitas Leeds. (BBC Indonesia, 2020).

Mulai dari kasus pertama dengan manifestasi perilaku sederhana yang ada dalam dunia pendidikan, yaitu dengan jiwa memberontaknya, kenakalan remaja, dan lain-lain. Hingga pada kasus kedua ditunjukkan bagaimana perilaku kejahatan kompleks anak muda juga bisa disebabkan oleh adanya luka batin kepada orang-orang di sekitarnya, meskipun Reynhard Sinaga dinilai positif oleh keluarganya, namun akar dari permasalahannya adalah adanya dorongan seksual dari alam bawah sadar yang tidak bisa dikontrol dan hal itu pasti didasari karena sesuatu yang melukainya (Nurdin, 2015).

Dua contoh kasus di atas memiliki pola luka batin yang hampir serupa dan sesuai dengan konteks penelitian ini, yaitu tercermin dari hasil *preliminary* pada beberapa informan, di antaranya:

“aku tinggal bersama ibu bapak, tapi sejak aku kecil bapak sudah selingkuh dengan wanita lain, dan aku melihatnya. Bapak juga sangat keras, jadi aku susah dekat sama bapak. Menginjak remaja, di SMP aku kenal cowok, aku pacaran gonta-ganti dan sampai berhubungan seksual yang aku nggak ngerti saat itu, karena ya kurang pengetahuan seksualitasku saat itu”, ungap K dalam penggalan data awal penelitian ini.

Informan pertama ini menceritakan bahwa luka batin yang dimiliki berasal dari relasi dengan ayahnya, dimana sejak kecil ayah informan sudah selingkuh dan selalu memperlakukan informan dengan keras. Hal tersebut berpengaruh dengan perilaku yang dimilikinya sekarang, yaitu terkait kebutuhan seksualitasnya.

Informan kedua menceritakan mengenai luka batinnya, yaitu:

“bapakku guru, dia keras banget sama aku, sampai-sampai aku pernah dipukul di sekolah di dalam ruang guru, karena aku nakal, padahal nakalku juga wajar tak pikir-pikir. Akhirnya sekarang aku merasa takut sosok guru, bahkan sering berganti-ganti perguruan tinggi, karena merasa sosok guru itu menakutkan”

Informan kedua ini menceritakan bahwa luka batin yang dimiliki berasal dari sosok ayah yang memperlakukan informan dengan keras, baik secara verbal maupun fisik. Hal tersebut yang membuat dirinya takut pada sosok guru dan memiliki permasalahan dalam hidup studinya.

Beberapa informan dalam penelitian ini menunjukkan permasalahan yang berbeda, namun ada dorongan yang sama dalam perilakunya sekarang yaitu berangkat dari pengalaman masa lalunya, terkhusus karena kedua orangtuanya. Penyembuhan luka batin yang dialami oleh kedua informan memang memiliki fokus tersendiri pada pendampingan anak muda, yaitu kelompok *Magis –to be more–* yaitu suatu kelompok pendampingan dan pelatihan kepemimpinan anak muda yang didirikan oleh Ordo Ignasian yang

berpusat di Yogyakarta. Dalam proses pendampingan dan pelatihannya kelompok ini melibatkan proses pengolahan diri sebagai bentuk kesiapan untuk menjadi seorang pemimpin.

Pengalaman luka batin dan penyembuhannya merupakan proses yang sangat kompleks (Bock, 2011). Bock menjelaskan bahwa proses penyembuhan luka batin melibatkan pemikiran alam bawah sadar seseorang sekaligus memperluas kesadaran seseorang saat ini. Lubis (2011) menjelaskan lebih lanjut bahwa penyembuhan luka batin merupakan proses penyembuhan lintas ruang dan waktu, dimana kejadian yang membuat batin seseorang terluka bisa saja sudah sangat lama terjadi dan saat ini seseorang diminta untuk menghadirkan peristiwa lama itu untuk bisa diolah kembali. Menjadi lebih kompleks lagi bahwa proses penyembuhan dalam penelitian ini dilakukan oleh anak usia dewasa awal, dimana menurut Jean Piaget tahap perkembangan kognitifnya sudah memasuki tahap operasional formal, ditunjukkan dengan ciri anak sudah dapat menggunakan operasi-operasi konkritnya untuk membentuk operasi yang lebih kompleks serta pemikiran anak sudah mulai abstrak dan logis (Santrock, 2011). Pentingnya penyembuhan luka batin pada anak muda dapat terjawab dalam penelitian ini, yaitu karena perkembangan kognitif yang sudah berada di tahap akhir menurut Piaget. Usia dewasa awal juga mulai menghadapi tugas perkembangan yang semakin berat menurut Huvighurst, serta harus menghadapi proses intra psikis yang semakin kompleks dalam menghadapi luka batinnya. Maka target dalam penelitian ini bukan pada tahapan penyembuhan luka batin yang dijalani oleh seseorang, namun pada pengalaman seseorang yang menjalaninya, baik sebelum, sesaat, dan setelah proses penyembuhan.

Proses penyembuhan luka batin yang dipilih dan dijalani oleh seseorang menjadi sarana untuk mengungkap bagaimana proses intra psikis dan spirit yang melatarbelakangi suatu perilaku itu muncul. Proses intra psikis dan spirit yang sangat kompleks sekiranya mampu menjelaskan bagaimana proses penyembuhan luka batin ini yang melibatkan adanya dinamika psikologis dan spiritual dengan lebih mendalam. Dinamika psikologis menurut Kamus Lengkap Psikologi (Chaplin, 1998) adalah suatu sistem psikologi seperti teori medan atau psikoanalisa, dimana sistem ini menekankan pada relasi sebab-akibat dalam motif-motif dan dorongan-dorongan pada diri seseorang. Proses ini bukanlah suatu proses yang tampak

secara utuh dari kehidupan seseorang karena melibatkan intra psikis yang pasti hanya ada di dalam diri seseorang. Seseorang yang mengalami luka batin dan menjalani proses penyembuhan dapat dilihat dari perilakunya yang tampak, apakah ada perubahan sikap dan perilaku dalam kehidupan sehari-hari, apakah seseorang bisa mengekspresikan emosinya, dan lain sebagainya.

Beberapa komponen dalam diri manusia yang berkaitan dengan dinamika psikologis yang dapat memengaruhi kehidupan sehari-hari yaitu komponen kognitif, afeksi, dan konatif (Walgito, 2010). Ketiga komponen ini bisa menjelaskan bagaimana luka batin itu bisa muncul dan juga bisa sembuh. Dimana adanya afeksi yang tertekan karena pengalaman lukanya di masa lalu, kemudian bagaimana adanya pemikiran yang melibatkan kognitif seseorang untuk memberikan suatu penilaian tertentu pada diri sendiri bahkan pada dunia, serta adanya kecenderungan perilaku atau konatif yang dapat dilihat dari perilakunya yang tampak akibat luka batin tersebut.

Spiritualitas dalam bahasa latin diartikan sebagai *spiritus* yang berarti nafas. Kemudian dikenal lebih mendalam lagi sebagai suatu roh atau *spirit* yang melibatkan energi batin seperti jiwa dan emosi seseorang (Merriam-Webster, 1828). Kamus psikologi juga menjelaskan mengenai *spirit*, yaitu berarti suatu zat atau makhluk immaterial, biasanya bersifat ketuhanan yang diberi sifat dari banyak ciri seperti karakteristik manusia, kekuatan, tenaga, semangat, moral atau motivasi (Chaplin, 1998). Ada dua komponen menurut Wigglesworth (2011) yang mampu menjelaskan bagaimana proses spiritual dalam diri seseorang ini menggerakkan seseorang dalam berperilaku, yaitu adanya komponen vertikal dan horizontal. Komponen vertikal ini berhubungan dengan relasi dengan Yang Transenden, serta komponen horizontal ini yang berhubungan dengan relasi pertemanan, sesama, dan semesta. Kedua relasi tersebut dilakukan oleh setiap orang sebagai bentuk konsekuensi manusia yang merupakan makhluk sosial (Fatnar & Anam, 2014), dimana seseorang tidak bisa hidup sendiri sehingga saling menjalin relasi dan selalu membutuhkan orang lain bahkan dengan seseorang yang lebih dari dirinya. Luka batin seseorang juga bisa mempengaruhi kedua relasi dalam komponen tersebut. Seseorang yang tidak mendapatkan relasi yang baik dari lingkungan sosialnya dapat menyebabkan perkembangan dirinya terganggu (Bujuri, 2018), sedangkan orang yang memiliki luka batin juga tidak akan bisa bersikap lepas bebas dalam menjalin relasi dengan lingkungan sekitarnya (Bock, 2011).

Manusia yang menurut Lloyd-Jones (1987) dan Deta (2017) terdiri dari tubuh, jiwa, dan roh. Dimana tubuh sebagai bentuk fisik manusia, kemudian jiwa sebagai bagian internal atau *psyche* manusia, dan roh sebagai bentuk kehakikatan manusia sebagai makhluk spiritualitas, yaitu memiliki keterarahan pada Yang Transenden (Lubis, 2011). Ketiga komponen yang menjadi satu kesatuan dalam manusia ini yang sekiranya bisa menjelaskan bagaimana dinamika psikospiritual pada seseorang yang mengalami penyembuhan luka batin. Dinamika jiwa atau batin yang terluka karena pengalaman masa lalunya juga berdampak pada roh yang menggerakkan di masa sekarang ini, bahkan juga bisa mempengaruhi kesehatan fisik atau tubuh seseorang.

Penjelasan di atas dapat menggambarkan bagaimana penyembuhan luka batin seseorang melibatkan suatu proses dinamika psikospiritual yang tak terpisahkan. Batin seseorang yang terluka melibatkan proses kognitif, afektif, dan konatif dalam hidup yang masih selalu mengarah pengalaman lukanya. Ketika seseorang sudah melewati proses penyembuhan luka batin, proses kognitif, afektif, dan konatif seseorang sudah mulai bergerak pada tujuan hidup yang lebih besar di luar dari dirinya.

Penelitian-penelitian terdahulu mengenai tema ini lebih mengarah pada penyelesaian *unfinished bussiness* di masa lalunya, yaitu dengan pendekatan gestalt, seperti:

Penerapan Terapi Gestalt untuk Menangani "AD", Siswa yang Menjadi Korban Bullying di SMPN 26 Bandung. Bullying merupakan salah satu isu masalah yang bisa meresahkan para siswa. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi gestalt yang diterapkan menunjukkan perubahan yang positif yaitu AD jarang melamun lagi dan bisa berbaur kembali dengan teman-temannya yang mana sebelum dilakukan intervensi, AD sering berdiam diri di kelas saat istirahat dan tidak mau berbaur dengan teman sekolahnya dan merasa sakit hati kepada teman yang melakukan bullying kepadanya. Informan AD telah memaafkan teman yang melakukan bullying padanya dan tidak menghindar lagi ketika bertemu (Fauzi, 2018)

Penelitian ini melibatkan anak muda yang melakukan penyembuhan luka batinnya dengan pendekatan psikoanalisa, dimana selama dalam proses penyembuhannya informan sudah merasakan adanya perbedaan terkait perasaan, cara pandang terhadap lingkungan, serta keterarahan atau tujuan hidup yang diinginkan, yaitu:

“Dulu aku ya mikir diri sendiri. Galau ae... sampe di satu titik aku bertemu dengan orang yang lebih parah soko aku, yaa,,, aku bersyukur sih bisa kenal Romo terus ngolah di Magis. Aku pengen jadi dosen ben isa dampingi anak muda pisan, gak tau ya,, kayak jadi keprihatinanku gitu.” (Ungkap Informan K)

Kalimat ini yang menunjukkan bagaimana Informan bersyukur atas pengalaman yang dilalui, karena ada orang lain yang mengalami lebih parah dibandingkan dengan dirinya. Sehingga ketika seseorang sudah mulai selesai melewati proses penyembuhan itu, dia mampu berpikir untuk hidup bagi sesamanya, hal ini sesuai dengan hakikat manusia sebagai makhluk spiritual (Lubis, 2011).

Konsep dinamika psikospiritual penyembuhan luka batin ini juga didukung oleh adanya data hasil *preliminary* yang dilakukan kepada informan, yaitu:

Aku pindah kuliah psikologi awale ya karena berobat jalan gitu, hehe, tapi entah kenapa setelah bareng Romo untuk ngolah ini, aku mikir aku ya isak bantu orang lain yang mungkin ngalami kayak aku, ya sembuh juga. Aku ya percaya Gusti mboten sare. (Ungkap Informan S)

Informan S ini menunjukkan bahwa seseorang bisa hidup berorientasi pada orang lain, yaitu ilmu yang didapat bisa digunakan untuk menolong orang lain. Hal ini sesuai dengan hakikat manusia sebagai makhluk spiritual.

*Pernah, aku ngrasa jauh banget saka Tuhan. Aku gak misa beberapa bulan, gak aktif lagi di Gereja. Apa ya, kecewa gitu sama hidupku, sama kepercayaanku selama ini, lek misal ujunge ngene. Apa, aku ya pernah nyoba bunuh diri, pakek kater itu, kayak nggak layak hidup.
(Ungkap Informan K)*

Informan K yang memiliki luka batin dengan ayahnya menunjukkan bahwa dia juga sempat kecewa dengan Tuhan yang dia percayai selama ini, bahkan dia sempat melakukan percobaan bunuh diri. Hal ini sangat sesuai dengan dinamika psikospiritualnya, dimana seseorang memiliki luka dan pergulatan psikis dan spiritnya.

Hal ini sesuai dengan konsep dinamika psikospiritual dimana manusia selalu memiliki kecenderungan berubah atau bergerak mengikuti medan psikologis dan realita eksternalnya. Dinamika psikospiritual merupakan suatu bentuk transformasi atau perubahan pada dalam diri seseorang yang melibatkan proses psikis dan *spirit* yang dapat mengubah hidup orang tersebut (Prasetya, 1995). Perilaku seseorang juga tidak terlepas dari pikiran dan perasaan yang sifatnya sangat personal, sehingga tidak menuntut kemungkinan manusia selalu bertumbuh dalam setiap pengalaman hidupnya. Bertumbuhnya setiap pribadi inilah yang membuat struktur kepribadian seseorang selalu berbenturan dengan realitas eksternal, dimana individu akan mulai menyadari keterbatasannya dan mulai membutuhkan orang lain atau Yang Lebih darinya.

Penelitian ini menjadi khas karena memilih konstruk dinamika psikospiritual dalam proses penyembuhan luka batin. Seseorang dapat melakukan penyembuhan luka batin yang sifatnya sangat personal namun dengan tujuan sosial, yaitu adanya keterarahan untuk berelasi kepada orang lain. Selain itu keterbatasan manusia sebagai pribadi dibutuhkan sosok Transenden untuk dilibatkan selama proses penyembuhan luka batin. Selain itu fenomena yang dibawakan menjadi lebih mendalam, bukan sekedar adanya suatu persoalan di masa lalu yang belum terselesaikan namun juga persoalan itu yang membuat bagian dari tubuh seseorang itu terluka, yaitu

batin. Fokus pada anak muda menjadi kekhasan dan tantangan tersendiri dalam penelitian ini karena kekompleksan tugas perkembangan yang harus dihadapi serta kematangan kognitif dan emosional yang harus disandingkan dengan realita kehidupan sekarang.

1.2. Fokus Penelitian

Bagaimana dinamika psikospiritual pada anak muda yang menjalani penyembuhan luka batin? Dinamika psikospiritual disini berarti suatu bentuk transformasi atau perubahan pada dalam diri seseorang yang melibatkan proses psikis dan *spirit* yang dapat mengubah hidup orang tersebut (Prasetya, 1995). Sementara informan yang terlibat dalam penelitian ini adalah anak muda yang memasuki masa dewasa awal yang mengalami penyembuhan luka batin dengan tuntutan tugas perkembangan yang semakin berat. Penelitian ini juga melihat adanya pengalaman informan sebelum, sesaat, dan setelah penyembuhan luka batin.

1.3. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji secara ilmiah mengenai dinamika psikospiritual pada anak muda yang menjalani penyembuhan luka batinnya.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu memberikan sumbangan ilmu pengetahuan kepada Psikologi terkhusus pada bidang minat Psikologi Klinis yaitu terkait teori dinamika psikospiritual pada seseorang yang menjalani penyembuhan luka batin.

1.4.2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan bisa memberikan manfaat lebih signifikan kepada:

1. Informan Penelitian

Informan penelitian mendapatkan gambaran terkait dinamika psikospiritual pada saat menjalani penyembuhan luka batin, sehingga informan lebih mengetahui posisi dirinya baik secara psikis dan spiritualnya sekarang, masalah yang dihadapi terkait luka batin yang dimiliki, serta bagaimana menyikapi dan dapat melanjutkan hidup sesuai dengan tujuan hidup yang semestinya.

2. Lembaga-Lembaga Pendampingan Anak Muda

Lembaga-lembaga pendampingan anak muda mendapatkan gambaran terkait dinamika psikospiritual pada anak muda yang menjalani penyembuhan luka batin sehingga pihak-pihak terkait bisa saling memahami dan tidak menghakimi anak muda yang sekiranya memiliki disposisi batin akibat luka batin yang dialaminya, selain itu lembaga-lembaga pendampingan anak muda juga bisa memberikan arahan atau saran kepada anak muda yang ditemui apabila mengalami luka batin.

3. Penelitian Selanjutnya

Manfaat bagi penelitian selanjutnya adalah untuk memberi gambaran terkait dinamika psikospiritual pada anak muda yang menjalani penyembuhan luka batin sehingga bisa digunakan sebagai bahan acuan atau referensi selanjutnya.