

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Hidup membiara adalah cara hidup yang dipilih secara bebas, dengan menyerahkan diri sepenuhnya pada Tuhan yang diwujudkan secara nyata dalam penghayatan kaul-kaul kebiaraan (Pedhu, 2022). Hidup membiara menjadi pilihan bagi sekelompok orang yang bersedia meninggalkan kehidupan duniawi, dan fokus pada panggilan Tuhan dan pelayanan, serta menjalani kehidupan yang kontemplatif (Sarereake dan Nugroho, 2023). Gereja Katolik memiliki struktur organisasi yang jelas, terdiri dari Paus, Kardinal, Uskup Agung, Uskup, Imam (Romo/Pastor), dan Diakon (Danardana dan Pranowo, 2022). Biarawan adalah seorang laki-laki yang memutuskan untuk hidup membiara, dan menjalani semua aturan yang ada (Sitorus, 2022). Seorang biarawan harus bisa berinteraksi, bertanggung jawab, ramah, dan siap untuk melayani (Indra dan Halim, 2021). Bentuk keterikatan para biarawan dalam kehidupan membiara terdapat pada ketiga kaul yang dijalani, yaitu kemurnian, kemiskinan, dan ketaatan (Widyantono dan Ediati, 2018).

Dalam menjalani kehidupan membiara pastinya tidak luput dari tantangan yang ada. Suparno (dalam Pedhu, 2022) mengemukakan bahwa terdapat dua tantangan utama, yaitu tantangan internal dan eksternal. Tantangan internal sering kali lebih berat karena individu harus menghadapi konflik dalam diri mereka sendiri. Ketidakseimbangan dalam kehidupan biarawan dapat menyebabkan mereka menjadi pribadi yang lemah, putus asa, dan tidak berani mengambil resiko terhadap kondisi tertentu yang dialami. Hasil penelitian Chandra dan Ediati (2023) tantangan-tantangan yang muncul, yaitu kesulitan menghadapi perbedaan pendapat dengan sesama anggota komunitas, munculnya keraguan dalam diri dan mempertanyakan kembali pilihan hidup yang sudah dijalani.

Reivich dan Shatte (2003) mendefinisikan Resiliensi sebagai kemampuan

untuk bangkit kembali dari keterpurukan, membantu individu dalam mengatasi tantangan, serta dapat mengubah kegagalan menjadi sebuah kesuksesan. Resiliensi juga merupakan kemampuan yang dimiliki oleh sekelompok orang untuk kembali pulih dan keluar dari berbagai tekanan yang dialami (Sehrawat dan Simon, 2021). Lestari, Maslahah dan Wahyudi (2022) juga mendefinisikan resiliensi sebagai kemampuan individu dalam berpikir positif, dan melihat segala sesuatu melalui sudut pandang yang positif.

Kemampuan ini terwujud dalam ketujuh aspek utama resiliensi yang dikemukakan oleh Reivich dan Shatte (2003), meliputi: regulasi emosi, yaitu kemampuan individu untuk tetap tenang dibawah tekanan dan situasi yang dialami. Pengendalian impuls, yaitu kemampuan individu untuk mengendalikan keinginan atau dorongan yang muncul dari dalam diri individu. Empati, yaitu kemampuan individu untuk dapat memahami apa yang dirasakan oleh orang lain. Optimisme, yaitu kemampuan individu dalam melihat segala situasi dari sisi positif, dan berusaha untuk mengejar apa yang ingin dicapai. Kemampuan menganalisis masalah, yaitu kemampuan individu dalam mengidentifikasi penyebab masalah yang muncul secara tepat. Efikasi diri, yaitu keyakinan individu pada diri sendiri untuk mencapai tujuan. Pencapaian diri, yaitu kemampuan individu dalam mencari dukungan sosial ketika sedang berada dalam situasi sulit.

Menurut data terbaru dari Barna, adanya penurunan signifikan terhadap pelayanan panggilan para pendeta dalam beberapa tahun belakangan ini. Dua dari lima pendeta (41%) mengungkapkan bahwa mereka pernah mempertimbangkan untuk meninggalkan pelayanan satu tahun terakhir, dan sebanyak 42% telah mempertimbangkan untuk berhenti dari pelayanan mereka. Fenomena ini tidak hanya memperlihatkan tekanan eksternal yang di alami, tetapi juga pergumulan batin yang mendalam di kalangan pemimpin spiritual. Packiam (2022) menjelaskan bahwa masalah yang dialami oleh pastor adalah tantangan dalam beradaptasi

dengan pelayanan pastoral yang berubah-ubah. Banyak pastor yang mengalami pergumulan batin, termasuk merasa gagal dan keraguan akan panggilan, sebanyak 50% pastor muda meninggalkan pelayanan mereka dalam lima tahun pertama dikarenakan adanya keraguan akan panggilan (Searby dan Dorsett, 2015). Dari hasil penelitian Gultom, Novalina, dan Yosua (2022) menunjukkan saat ini banyak pendeta yang mengalami kelelahan fisik dan spiritual, serta mulai ragu akan panggilan mereka sendiri. Selain keraguan akan panggilan, Jordan (2013) menjelaskan masalah lain pada biarawan dapat meliputi kelelahan emosional, dan rendahnya rasa pencapaian pribadi, dalam hal ini resiliensi berperan dalam memperkuat kehidupan spiritual mereka dalam menghadapi tantangan pelayanan mereka.

Peneliti melakukan wawancara pada tanggal 6 Agustus 2025 terhadap 5 orang Biarawan. Dari 5 orang Biarawan yang diwawancarai, 4 diantaranya mengalami kesulitan dalam mempertahankan komitmen hidup membiara mereka, dengan berbagai masalah yang mengganggu keseharian mereka. Salah satu biarawan AP menceritakan bahwa dia sering absen atau tidak ikut dalam kegiatan komunitas, hal ini dikarenakan merasa tidak punya energi untuk berinteraksi dengan orang-orang disekitarnya. AP menjelaskan bahwa lebih banyak menghabiskan banyak waktu sendirian dalam kamar, dan hanya keluar disaat tertentu.

Dua biarawan lainnya VM dan GP menjelaskan bahwa mereka mengalami kesulitan tidur, dimana VM menceritakan bahwa dia hanya bisa tidur 2-3 jam setiap malam, dan GP mengaku sering merasa lelah walaupun sudah tidur dengan waktu yang cukup. Keduanya mengaku kondisi ini disebabkan karena adanya tekanan dan tuntutan dalam komunitas, sehingga terkadang merasa lelah dan berat dalam memenuhi tuntutan yang ada. Seorang biarawan lain, yaitu AA mengungkapkan bahwa ia pernah dititik melakukan refleksi secara khusus pada dirinya setelah menyadari bahwa dirinya mulai kehilangan akan semangat dalam menjalani

panggilan dan pelayanan, ia menjelaskan meminta waktu sendiri dan selama melakukan refleksi dia betul-betul mengurung diri selama beberapa hari untuk merenungkan kembali panggilannya.

Berdasarkan hasil wawancara di atas menunjukkan adanya kelelahan emosional dan spiritual yang cukup serius di antara para biarawan, terutama berkaitan dengan tekanan hidup dalam komunitas dan keraguan akan panggilan mereka.

Resiliensi yang tinggi memungkinkan individu untuk lebih mudah menghadapi masalah dan bertahan dalam situasi sulit (Imron dalam Sari dan Fridari, 2024). Menurut Desminta (dalam Pedhu, 2022), individu perlu membangun resiliensi yang kuat agar dapat menghadapi tekanan hidup dengan cara yang positif. Individu yang memiliki resiliensi mampu mengembangkan strategi koping yang membantu mereka untuk tetap tenang dan fokus ketika berada dalam situasi sulit (Sehrawat dan Simon, 2021).

Adapun dampak positif yang dapat dirasakan jika seseorang memiliki resiliensi yang tinggi. Menurut Mi'atannisa, Rusmana, dan Budiman (2019) resiliensi dibutuhkan individu agar dapat merespon masalah yang dialami dengan positif, sehingga individu tersebut dapat bertahan dalam kondisi sulit yang dialami. Tima dan Muti'ah (2014) menjelaskan bahwa resiliensi dapat membantu individu untuk bertahan dalam kesulitan dan mampu mengelola pengalaman sulit. Connor dan Davidson (2003) juga menjelaskan bahwa resiliensi memungkinkan individu untuk terus berkembang meskipun menghadapi kesulitan.

Nashori dan Saputro (2021) menjelaskan bahwa resiliensi dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain usia dan gender, status sosial ekonomi, karakteristik kepribadian, religiusitas, koping stres, kecerdasan emosi, optimisme, efikasi diri, kebersyukuran, gaya pola asuh, dan dukungan sosial. Kecerdasan emosi membantu individu mengelola situasi sulit, individu. Individu dengan

kecerdasan emosional yang tinggi cenderung lebih mampu dalam mengelola stress dan beradaptasi dengan situasi sulit, hal ini dikarenakan mereka dapat mengenali emosi yang muncul, sehingga dapat mengatur respon yang diberikan terhadap emosi yang muncul.

Goleman (2009) kecerdasan emosional adalah kemampuan untuk mengendalikan, dan memahami emosi pada diri sendiri dan orang lain. Kecerdasan emosional merupakan serangkaian keterampilan kognitif dan non- kognitif, yang mempengaruhi individu untuk berhasil dalam hidupnya Kant (2019). Soler, Trigueros, Para, dan Navarro (2023) berpendapat bahwa individu yang cerdas secara emosional, mereka mampu untuk mengevaluasi, dan mengekspresikan perasaan mereka dengan cara yang tepat. Kecerdasan emosional adalah bagian dari kemampuan yang dimiliki individu untuk memahami emosi orang lain dan diri sendiri (Bustamante.dkk, 2019).

Menurut Goleman (2009) terdapat lima aspek kecerdasan emosional meliputi: Mengenali diri sendiri, yaitu kemampuan individu dalam mengenali emosi pada diri sendiri, dorongan, dan mengetahui dampaknya pada orang lain. Pengendalian diri, yaitu kemampuan individu dalam mengatur emosi, dan mengendalikan impuls agar dapat mengarahkan perilaku sesuai dengan tujuan yang diinginkan. Motivasi diri sendiri, merupakan kemampuan individu dalam memotivasi diri sendiri untuk mencapai tujuan. Mengenali emosi orang lain, yaitu kemampuan individu dalam memahami, dan merasakan emosi orang lain,. Keterampilan sosial, yaitu kemampuan individu dalam mengelola emosi pada diri sendiri, dan mampu berinteraksi dengan orang lain.

Resiliensi melibatkan kemampuan untuk mengelola emosi yang membantu individu dalam mengelola stress dan menyelesaikan konflik interpersonal dengan baik, dengan demikian kecerdasan emosional, terutama dalam hal pengendalian emosi berperan dalam membangun resiliensi dan memperkuat ketahanan pada

individu (Tores. dkk, 2024). Menurut Rao, dkk (2024) kecerdasan emosional membangun resiliensi dengan meningkatkan kesadaran emosional saat stress, sehingga individu dapat menyesuaikan dan berpikir lebih adaptif dalam menghadapi tekanan. Kecerdasan emosional memperkuat ketahanan diri individu dengan menguatkan kemampuan dalam mengenali dan mengendalikan emosi sebelum merespon sesuatu, dengan memahami sumber emosi dan penyebabnya individu dapat menyikapi masalah secara objektif (Tony,2019). Hubungan antara kecerdasan emosional dengan resiliensi saling mempengaruhi satu sama lain. Individu dengan tingkat kecerdasan emosional tinggi cenderung lebih mampu mengelola emosi mereka secara efektif, sehingga dapat meningkatkan kemampuan resiliensi yang dimiliki (Ang dan Lau, 2024). Hasil penelitian Yasmin dan Mardiani (2024) menunjukkan terdapat hubungan yang positif antara kecerdasan emosional dengan resiliensi. Demikian hasil penelitian Sari dan Fridarari (2024) menunjukkan terdapat hubungan yang positif antara kecerdasan emosional dengan resiliensi, individu dengan kecerdasan emosional dan resiliensi yang tinggi cenderung lebih mampu beradaptasi dengan masalah.

Peneliti tertarik melakukan penelitian untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosional dengan resiliensi pada kaum biarawan, yang belum menjadi fokus penelitian sebelumnya. Penelitian ini penting dikarenakan sampai saat ini belum ada peneliti yang meneliti tentang Kecerdasan Emosional Dengan Resiliensi Pada Kaum Biarawan. Penelitian-penelitian sebelumnya terkait resiliensi lebih berfokus pada masyarakat umum, sementara kehidupan para biarawan yang penuh dengan tantangan spiritual serta aturan-aturan yang harus ditaati memberikan sudut pandang baru pada peneliti untuk melakukan penelitian agar lebih memahami hubungan antara kecerdasan emosional dengan resiliensi pada kaum biarawan. Dengan demikian, hubungan antara kecerdasan emosional dan resiliensi pada kaum biarawan menjadi penting untuk diteliti lebih lanjut,

mengingat tantangan yang mereka hadapi dalam menjalani kehidupan diri.

Berdasarkan latar belakang penelitian yang telah dipaparkan, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan antara kecerdasan emosional dengan resiliensi pada kaum biarawan?”

B. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kecerdasan emosional dengan resiliensi pada kaum biarawan.

2. Manfaat Penelitian

1) Manfaat teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi terhadap perkembangan ilmu psikologi, khususnya psikologi klinis tentang hubungan antara kecerdasan emosional dengan resiliensi pada kaum biarawan.

2) Manfaat Praktis

Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi referensi atau informasi bagi para biarawan terutama dalam menghadapi tantangan kehidupan religius, sehingga dapat mengelolanya dengan efektif