

Bernard Hutabarat_Jurnal

by Joice Cathryne

Submission date: 03-Feb-2022 01:19PM (UTC+0700)

Submission ID: 1753996431

File name: 62752_Joice_Cathryne_Bernard_Hutabarat_Jurnal_1092548_799945097.docx (207.28K)

Word count: 3982

Character count: 26592

Pengaruh Program Pendampingan Pastoral Terhadap Kesehatan Mental Dan Resiliensi Anggota Jemaat Yang Kehilangan Pekerjaan Di Masa Pandemic COVID 19

Abstract

The purpose of this study was to determine the effect of the pastoral care program on the mental health and resilience of church members who lost their jobs during the COVID 19 pandemic. The research method used is a quantitative method using the Correlated T-test data analysis technique. Based on the search, it was found that the pastoral assistance program that was applied to congregations who lost their jobs during the COVID 19 pandemic had a significant positive effect on mental health. Likewise, the results of the analysis of the pastoral assistance program applied to congregations who lost their jobs during the COVID 19 pandemic on the resilience of church congregations. So it can be said that there is a significant effect of the pastoral assistance program on the mental health and resilience of the congregation who lost their jobs during the COVID 19 pandemic. Pastoral assistance programs are important to provide considering its various functions that have an impact on mental health and provide a complete self-understanding for the community. the congregation to be able to have resilience behavior. Where this is important to adapt and lead a normal lifestyle despite losing a job during COVID 19 pandemic.

Keywords: pastoral assistance; mental health; resilience

17 Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh program pendampingan pastoral terhadap kesehatan mental dan resiliensi anggota jemaat yang kehilangan pekerjaan di masa pandemic COVID 19. Metode penelitian yang digunakan merupakan metode kuantitatif dengan menggunakan Teknik analisis data T-tes Berkorelasi. Berdasarkan penelitian didapatkan hasil bahwa program pendampingan pastoral yang diterapkan kepada jemaat yang kehilangan pekerjaan di masa pandemic COVID 19 secara signifikan berpengaruh positif terhadap kesehatan mental. Begitu pula pada hasil analisis program pendampingan pastoral yang diterapkan kepada jemaat yang kehilangan pekerjaan di masa pandemic COVID 19 terhadap resiliensi jemaat gereja. Sehingga dapat dikatakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari adanya program pendampingan pastoral terhadap kesehatan mental dan resiliensi jemaat yang kehilangan pekerjaan di masa pandemic COVID 19. Program pendampingan pastoral penting untuk diberikan mengingat berbagai fungsinya yang berdampak pada kesehatan mental dan memberikan pemahaman diri yang secara utuh bagi para jemaat agar mampu memiliki perilaku resiliensi. Dimana hal ini penting

untuk beradaptasi dan menjalani pola hidup yang normal meskipun ⁴kehilangan pekerjaan pada masa pandemic COVID 19.

Kata Kunci : pendampingan pastoral; kesehatan mental; resiliensi

Covid 19 telah mempengaruhi seluruh sektor ⁴di Indonesia dengan tingkat yang berbeda-beda. Angrist et al., (2021) mengatakan bahwa akan terdapat beberapa sektor yang terdampak ⁴dalam jangka pendek akibat adanya covid 19 seperti halnya sektor Kesehatan, manufaktur makanan, ritel, ⁴e-commerce, teknologi informasi dan komunikasi bisa menjadi pemenang, dan pariwisata, transportasi dan konstruksi bisa ⁴menjadi berpotensi kalah. Menurut Menteri BUMN Eric Tohir, 3,5 juta orang kehilangan pekerjaan akibat wabah virus Covid-19. Pada tahap awal, Organisasi Perburuhan Internasional (ILO) memperkirakan epidemi COVID-19 dapat menyebabkan hilangnya sekitar 25 juta pekerjaan di seluruh dunia. Selain itu, ILO memperkirakan bahwa jumlah jam kerja pada kuartal kedua tahun 2020 akan menjadi 10,5%, atau 305 juta karyawan dengan Jam kerja penuh waktu adalah 48 jam per minggu (International Labour Organization (ILO), 2020).

Pengangguran seringkali menimbulkan kesedihan, terguncangnya sektor ekonomi akibat covid 19 mempengaruhi kesehatan mental sebagian keluarga, terutama kalangan menengah ke bawah (Nair & Banerjee, 2020). Menurut Wakil ketua umum kadin, alasan perusahaan diberhentikan selama pandemi saat ini adalah ³⁴permintaan pasar yang lemah karena Kebijakan Pembatasan Sosial berskala besar (PSBB) yang lebih luas dan dukungan permodalan yang terbatas serta arus kas yang terbatas untuk menggaji para pegawainya. (Suprehatin, 2021) Selama masa pandemi Covid19 secara global terjadi peningkatan angka masyarakat yang mengalami gejala depresi sebagai dampak pandemi ini. Di Indonesia, berdasarkan hasil pemeriksaan diri terhadap kecemasan, depresi dan trauma pada 1.522 responden oleh Perhimpunan Dokter Spesialis Jiwa Indonesia (PDSKJI), 64% responden diketahui menderita gejala kecemasan dan kecemasan. Depresi dan 80% pernah mengalami trauma psikologis akibat merebaknya pandemi.

Psikolog menunjukkan bahwa kehilangan pekerjaan seperti kehilangan orang yang dicintai. Emosional orang yang kehilangan pekerjaan Akan mengalami kemunduran dalam kesehatan mental seperti syok, penolakan, kemarahan, penerimaan, dan harapan (Ningsih, 2020). Down Norris, seorang psikolog yang berfokus pada identifikasi diri, mengatakan bahwa kehilangan

pekerjaan bisa tampak seperti perilaku yang tidak manusiawi, terutama bagi pekerja yang diberhentikan. Dia menjelaskan bahwa kehidupan kebanyakan orang ditentukan oleh kapasitas penghasilan, keuntungan, dan pendapatan mereka. Hal tersebut mendefinisikan bagian penting dalam mendefinisikan seseorang melalui sebuah profesi (Ratih Kumala, 2020).

Dibutuhkan upaya penanggulangan untuk menjaga kesehatan mental. Kemampuan beradaptasi ini sering disebut sebagai fleksibilitas. Kemampuan ini memungkinkan respon yang sehat dan produktif terhadap tantangan yang sulit dan traumatis, yang penting untuk menghadapi tekanan kehidupan sehari-hari. Ketika dibutuhkan kesabaran untuk keluar dari situasi sulit dan kesengsaraan yang sering menyebabkan stres dan kecemasan, kesabaran membantu orang memahami apa artinya gagal dan mencoba untuk melakukan lebih baik dari sebelumnya, mengurangi depresi, dan mengurangi risiko kecemasan (Walsh, 2020). Resiliensi harus dipahami sebagai kemampuan individu untuk beradaptasi dengan baik terhadap risiko dan tantangan, pulih, bahagia, lebih kuat, lebih pintar. Tidak hanya orang-orang tangguh yang kembali normal setelah tantangan, tetapi dapat tampil lebih baik dari sebelumnya. (Adekola & Clelland, 2020). Azzahra (2017), menyatakan bahwa resiliensi memiliki pengaruh yang negatif terhadap berbagai distres psikologis, sehingga semakin tinggi tingkat resiliensi seseorang maka semakin rendah tekanan psikologis yang dialami.

Selama wabah ini, penting bagi semua orang terutama mereka yang kehilangan pekerjaan karena wabah, untuk memiliki resiliensi. Sayangnya, tidak semua orang bisa melakukan ini. Melaksanakan program pendampingan pastoral memungkinkan semua gereja bersatu untuk lebih aktif dalam berpikir dan berperilaku. Setiap masalah membutuhkan solusi sendiri atau dengan bantuan orang lain. Mendapatkan nasihat dari orang lain dapat membantu mereka menghadapi masalah-masalah sulit dalam hidup. Seseorang itu sendiri memiliki empat aspek: fisik, psikologis, sosial serta spiritual. Empat aspek tersebut mempunyai pengaruh yang besar terhadap permasalahan kehidupan. Dalam kehidupan gereja, seorang pendeta adalah upaya untuk membantu mereka yang sedang berjuang dalam hidup. Dalam studi ini, Melalui penelitian ini penulis ingin mengkaji pengaruh program pendampingan pastoral terhadap kesehatan mental dan resiliensi anggota jemaat yang kehilangan pekerjaan pada masa pandemi covid 19.

Penelitian yang dilakukan Tanama, (2021) menyimpulkan bahwa ada beberapa faktor yang mempengaruhi resiliensi. Ini termasuk keyakinan agama, dukungan sosial dan spiritualitas untuk

ketahanan kesehatan mental masyarakat. Ketiga variabel ini berkorelasi positif dengan elastisitas. Kajian ini berargumen bahwa resiliensi merupakan salah satu kemampuan penting yang dibutuhkan masyarakat, terutama di masa pandemi Covid-19. Syarifuddin & Ponseng, (2021) melalui artikelnya yang berjudul ³¹ *Penyuluhan Kesehatan Mental di Masa Pandemi Covid-19* menegaskan bahwa penyuluhan yang dilakukan dapat membantu menjaga bahkan meningkatkan kesehatan mental masyarakat di masa pandemi. Kebaruan dalam penelitian ini adalah dengan mengadakan pendampingan keagamaan guna membantu mendorong peningkatan kesehatan mental dan resiliensi pada anggota jemaat yang kehilangan pekerjaan di masa pandemic COVID 19. Sehingga penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adakah program pendampingan pastoral berpengaruh terhadap kesehatan mental anggota jemaat yang kehilangan pekerjaan di masa *pandemic covid 19* dan adakah program pendampingan pastoral berpengaruh terhadap resiliensi anggota jemaat yang kehilangan pekerjaan di masa pandemic covid 19.

KAJIAN TEORI

Kesehatan Mental

Kesehatan mental adalah keadaan pikiran di mana seseorang merasa tenang dan damai dengan mampu menikmati hidup dan menghargai orang di sekitar. Orang sehat mampu menggunakan kemampuan dan kesempatannya untuk menghadapi masalah hidup serta membangun relasi yang positif dengan orang lain. Di sisi lain, individu dengan masalah kesehatan mental dapat kehilangan keadaan dan kontrol emosi, keterampilan berpikir yang pada akhirnya mengarah pada perilaku yang buruk (Siregar, 2020). Kesehatan mental dijelaskan sebagai pemikiran mengenai kesejahteraan emosi, kemampuan menyesuaikan tingkah laku dengan sesuai, tidak adanya gejala kecemasan, membentuk hubungan yang konstruktif, mengatasi tuntutan dan tekanan hidup sehari-hari (American Psychological Association, 2015). Jalaluddin, (2010) menyebutkan bahwa kesehatan mental adalah keadaan batin yang berada dalam keadaan tenang dan aman setiap saat, serta individu dapat berusaha untuk menemukan kedamaian batin dengan, misalnya, pengaturan diri yang tunduk (penyerahan total kepada Tuhan).

No.	Dimensi Kesehatan Mental
1.	<i>Adequate feeling of security</i>
2.	<i>Adequate self evaluation</i>
3.	<i>Adequate spontaneity and emotionality</i>
4.	<i>Efficient contact with reality</i>
5.	<i>Adequate bodily desires and ability to gratify them</i>
6.	<i>Adequate self knowledge</i>
7.	<i>Integration and consistency of personality</i>
8.	<i>Adequate of life goal</i>
9.	<i>Ability to learn from experience</i>
10.	<i>Ability to satisfy to requirements of the group</i>
11.	<i>Adequate emancipation from the group or culture</i>

(Tampubolon, 2010)

Perilaku Resiliensi

Resiliensi adalah kemampuan untuk mengatasi perubahan konstan tingkat tinggi melalui perilaku yang baik, perilaku resilien dapat memberikan dampak positif terhadap kesehatan mental seseorang, hal itu dapat dilihat dari caranya menemukan solusi dari masalah serta cara baru dalam menangani masalah. Hiduplah ketika cara lama tidak lagi berfungsi dan lakukan hal-hal tanpa gangguan atau bahaya (Keenan, 2020). Semakin tinggi kesabaran seseorang, semakin efektif mereka dalam menghadapi tantangan, dan berpikir benar adalah kunci kesabaran. (Shamsuddin, 2020). Proses menuju sukses beradaptasi pada pengalaman hidup sulit dan menantang, terutama

melalui fleksibilitas mental, emosional, penyesuaian terhadap tuntutan internal dan eksternal. Sebuah angka faktor berkontribusi pada seberapa baik orang beradaptasi dengan kesulitan, dominan di antara mereka (a) cara-cara di mana individu melihat dan terlibat dengan dunia, (b) ketersediaan dan kualitas sumber daya sosial, dan (c) koping spesifik strategi. Penelitian psikologi menunjukkan bahwa sumber daya dan keterampilan yang terkait dengan adaptasi yang lebih positif (yaitu, ketahanan yang lebih besar) dapat dikembangkan dan dipraktikkan (American Psychological Association, 2015).

Untuk menjadi pribadi yang resilien, jemaat gereja harus bisa menentukan ketahanannya. Resilien ini dapat ditentukan dengan mengetahui citra kekuatan batin seseorang. Karen Reivich dan Andrew Shatte (2002) menjabarkan bahwa dalam menerapkan perilaku resilien maka perlu dilihat kemampuan seseorang untuk beradaptasi, seperti kekuatan batin. Tujuh Elemen Kesadaran dan *emotional awareness & regulation; impulse control; causal analysis; realistic optimism; empathy; self-efficacy; dan reaching out*. Setiap pertemuan memiliki toleransi yang berbeda tergantung pada komposisi tujuh elemen (Duchek et al., 2020).

No.	Dimensi Kesehatan Mental	Indikator
1.	Regulasi Emosi	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kemampuan untuk tetap tenang meskipun berada di bawah tekanan. 2. Individu dapat mengendalikan emosi, perhatian, dan perilakunya
2.	Kontrol Impuls	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kemampuan untuk beradaptasi dalam menghadapi kesedihan. 2. Mampu mengembangkan kemampuan sosial.
3.	Optimisme	<ol style="list-style-type: none"> 1. Memiliki harapan akan masa depan. 2. Percaya memiliki kemampuan untuk mengatasi masalah.
4.	Analisis Kausal	Kemampuan untuk mengidentifikasi penyebab dari suatu masalah.

5.	Empati	Kemampuan untuk memahami dan dapat merasakan perasaan orang lain.
6.	Efikasi Diri	Kepercayaan seseorang terhadap kemampuannya untuk mencapai kesuksesan.
7.	Pencapaian	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kemampuan seseorang untuk meningkatkan aspek positif dalam diri. 2. Keberanian seseorang untuk mengatasi masalah ataupun melakukan hal – hal yang berada di luar batas kemampuan (berani mengambil resiko).

(Revich & Shatte, 2002)

Individu tidak dapat mengandalkan sumber dayanya sendiri dalam mencapai ketahanan pribadi. Reivich dan Shatte (2002) menyebutkan bahwa individu menjadi resilien apabila mendapat dukungan sosial. Nasution (2020) menjelaskan bahwa dukungan sosial yang diterima sangat membantu dalam pemulihan dari penderitaan dan menemukan kebahagiaan hidup. Schoon (2006), mengadopsi teori ekologi Bronfenbrenner yang menggambarkan ruang lingkup ekosistem yang memberikan dukungan sosial kepada individu, yaitu keluarga, tetangga, institusi, dan konteks *socio-historical*. Salah satu pendekatan komunitas yang dapat digunakan untuk membangun tingkat resiliensi individu adalah dengan melalui program pendampingan pastoral.

Program Pendampingan Pastoral

Menurut Clinebell (2002), pelayanan pastoral adalah pelayanan bantuan dan pemulihan dari gereja, baik secara pribadi maupun bersama-sama dengan tujuan untuk berkembang dalam proses eksistensi di masyarakat. Dengan kata lain, pengembalaan adalah upaya yang disengaja untuk memberikan bantuan kepada seseorang atau lembaga yang sedang mengalami masalah atau pencemaran, agar masalah itu tidak muncul sebagai penghalang pertumbuhan dalam berbagai

aspek kehidupan. Krisetya menyatakan bahwa pelayanan pastoral yang berkaitan dengan umat kini tidak mempersoalkan keyakinan, fungsi sosial, atau gengsi mereka. Bantuan yang ditujukan untuk berbagai kebutuhan manusia dalam petualangan hidup ini. Jadi selalu ada kesempatan bahwa penggembalaan diinginkan. Berkenaan dengan fungsi pelayanan pastoral, Van Beek mendefinisikan fitur sebagai ²⁹kegunaan atau keuntungan yang mungkin diperoleh dari pekerjaan pendampingan dan konseling dengan impian operasional untuk dilakukan dalam memberikan pertolongan.

Pendampingan dan konseling pastoral diposisikan dalam perawatan hati kita sehingga konseli dapat berdagang dan berkembang sepenuhnya. Pendampingan dan konseling pastoral mengingatkan kita akan kodrat manusia sebagai makhluk perjumpaan. Sebagai makhluk yang bertemu, kita berdagang dan tumbuh melalui pertemuan eksistensial. Artinya, penemuan yang tidak membawa pergantian dan peningkatan adalah penemuan semu atau penemuan sehari-hari. melalui pendampingan dan konseling pastoral, kita menunjukkan keadaan kita sebagai manusia. kami dengan sepenuh hati khawatir, terutama untuk tetangga kami yang sedang mengalami penderitaan batin. Kami dengan sepenuh hati membuka diri dengan konseli agar mereka dapat menikmati pengalaman secara mutlak dan pada akhirnya bergantian dan berkembang. Perjumpaan yang menghasilkan pertukaran dan pertumbuhan adalah keajaiban manusia yang sudah dikenal. Dari hal inilah Wiryasaputra menggolongkan tiga macam pendampingan diantaranya :

1. Bantuan diselesaikan melalui semua kontributor lingkaran kerabat manusia secara universal, di mana pun mereka tinggal sebagai perwujudan dari sifat sederhana kehidupan manusia: holistik dan menemukan. Bantuan ini dikenal sebagai pendampingan Eksistensial.
2. Pendampingan dilakukan oleh pembawa ahli lain yang ingin menerapkan bimbingan dan konseling sebagai biaya perkenalan untuk karir mereka sendiri. Usaha sukarelawan untuk pendampingan dan konseling pastoral dapat dikategorikan ke dalam kelompok kedua ini. Lembaga kedua ini bisa disebut sebagai pendamping fungsional. Mereka tidak perlu lagi bertukar profesi, namun secara fungsional sampai mereka mampu melakukan pertolongan psikospiritual sehingga mereka harus siap dengan sikap dan kemampuan utama untuk pertolongan psikoreligius agar pertolongan mereka dapat berjalan dengan baik, dilaksanakan sebagaimana mestinya. harus, efisien, dan berhasil.

3. Bantuan dicapai dengan menggunakan ahli penuh waktu. Jenis pemberi asuhan ini disebut sebagai konselor pastoral. Bantuan ini diselesaikan dengan menggunakan orang-orang yang dipersiapkan, dididik, dan dilatih untuk melakukan konseling pastoral secara lengkap waktu sebagai cara untuk memenuhi kebutuhan gaya hidup. selain melakukannya sendiri tanpa menunda-nunda kepada manusia yang membutuhkan, ketiga organisasi juga berkewajiban membantu dan membekali kontributor jaringan untuk saling membantu. yang berarti konselor pastoral harus memberdayakan kelas perawatan primer dan kedua.

Pendampingan pastoral dapat dilakukan secara individu atau dalam kelompok. Banyak pendeta yang kesulitan untuk mendefinisikan istilah pendampingan pastoral karena metode dan bentuk pelayanan yang beragam dan bervariasi (Nugroho, 2017). Donasi dalam bentuk barang untuk bantuan fisik (bantuan dalam kasus cedera, bantuan dalam kasus penyerangan, bantuan di rumah) atau bantuan yang tidak penting (doa, konseling, hiburan). Mengingat banyaknya penggembalaan, kondisi ini dapat dilakukan secara perorangan maupun kelompok (Manafe & Pelamonia, 2020).

Berikut merupakan tujuh tujuan pendampingan yaitu:

1. Pertukaran menuju pertumbuhan

Dalam pendampingan eksplorasi, individu yang dibantu berubah menjadi agen alternatif bagi dirinya dan lingkungannya.

2. Mencapai pemahaman Diri yang lengkap dan utuh

Keahlian kekuatan dan kelemahan yang ada dalam dirinya, serta kemungkinan dan situasi menuntut yang berada di luar dirinya dan pada dasarnya merupakan dasar yang paling kokoh untuk pertumbuhan yang lengkap, lengkap, dan berkelanjutan.

3. Belajar berbicara lebih sehat

Banyak manusia dalam keberadaan ini tidak atau kurang mampu berbicara secara sehat dengan lingkungannya (Ferinia, 2020). Pendampingan dan konseling dapat digunakan sebagai media sekolah bagi orang-orang yang berinteraksi dengan lingkungannya. (Hutagalung et al., 2021) dengan menggunakan sekolah komunikasi yang formal dan mapan, yang meliputi melalui strategi pendampingan dan konseling.

4. Praktikkan Perilaku Baru dan Sehat

Dalam contoh ini digunakan sebagai media untuk membuat dan melatih perilaku baru yang lebih kuat

5. Belajar untuk spesifik diri Anda sepenuhnya dan benar-benar

Sehingga secara spontan kreatif dan efisien mengungkapkan tujuan dan aspirasi mereka. Dalam suasana yang kondusif baginya dan diberi kemungkinan untuk berperilaku dengan cara yang benar-benar baru.

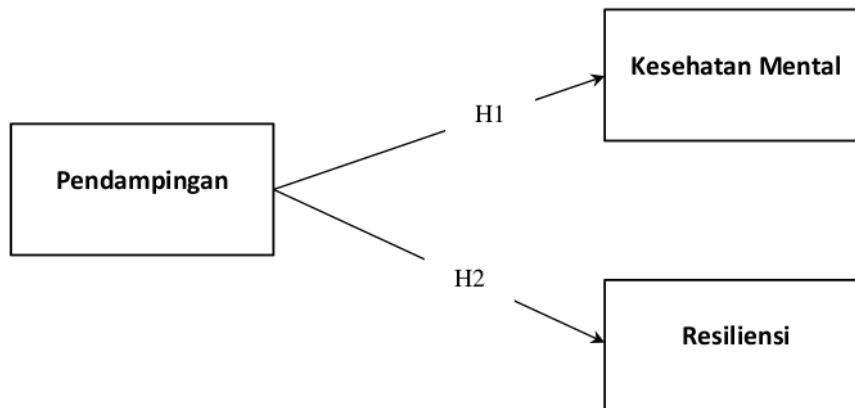
6. Bisa hidup terus

Mendukung orang untuk hidup dalam hadiah, menerima situasi dengan anggun, dan mengatur ulang skenario baru jika situasi orang yang berdekatan tidak selalu memungkinkan untuk kembali ke negara aslinya.

7. Meringankan tanda dan gejala Disfungsional

Mendukung karakter yang dibantu untuk meringankan atau terapi ¹gejala yang mengganggu akibat krisis. Selain ketujuh hal tersebut di atas, juga ada persembahan pendampingan

KERANGKA PEMIKIRAN



H1 : Terdapat pengaruh program pendampingan pastoral terhadap kesehatan mental anggota jemaat yang kehilangan pekerjaan di masa pandemic covid 19.

H2 : Terdapat pengaruh program pendampingan pastoral terhadap resiliensi anggota jemaat yang kehilangan pekerjaan di masa pandemic covid 19.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif karena bertujuan untuk mengetahui keefektifan suatu perlakuan tertentu (Eko Sudarmanto et al., 2021). Lokasi penelitian ini dilakukan di Gereja Masehi Advent Hari Ketujuh Jemaat Cililitan, Jakarta. Sumber data adalah sumber yang dapat memberikan informasi tentang data yang diperoleh. Berdasarkan sumbernya, data dibedakan menjadi data primer dan data sekunder (Sugiyono., 2017). Metode analisis data yang digunakan adalah uji korelasi.

Uji Hipotesis

Ho: $\mu_1 = \mu_2$

Ho: tidak ada hubungan antara 2 variabel

Ha: $\mu_1 \neq \mu_2$

Ha: ada hubungan antara 2 variabel

Tingkat signifikansi yang digunakan adalah 5% dan keputusan peneliti untuk menolak atau mendukung hipotesis nol berarti kemungkinan salah adalah 5%. Jika tabel adalah tabel t hitung ($\alpha/2$), Ho diterima jika tabel ($\alpha/2$), Ho bebas yaitu tidak ada pengaruh antara variabel dengan variabel terikat. Ho ditolak angka $t >$ tabel ($\alpha/2$) Ho ditolak, yaitu ada pengaruh antara variabel bebas dengan variabel terikat (Rohayah & Arinda, 2017).

HASIL

Uji instrumen

Uji Validitas

Hasil Uji Validitas Kesehatan Mental

Variabel	Dimensi	r-hitung	r-tabel	Keterangan
<i>Feeling</i>	Rasa gelisah dan sering ketakutan	0.885	0.374	Valid
	Cemas berlebih	0.872	0.374	Valid
	Mudah marah	0.806	0.374	Valid

	Murung	0.816	0.374	Valid
	Khawatir	0.703	0.374	Valid
	Selalu merasa tidak mampu	0.868	0.374	Valid
Kognitif	Rasa rendah diri	0.859	0.374	Valid
	Emosi yang tidak stabil	0.865	0.374	Valid
	Tidak mampu berkonsentrasi dengan baik	0.726	0.374	Valid
	Mudah melamun secara berlebihan	0.907	0.374	Valid
<i>Behavior</i>	Menangis tanpa alasan yang jelas	0.789	0.374	Valid
	Mudah terkejut	0.726	0.374	Valid
	Kaget atau panik	0.784	0.374	Valid
	Kesulitan berbicara	0.827	0.374	Valid
	Tidak mampu rileks	0.755	0.374	Valid
	Mudah tersinggung	0.860	0.374	Valid
	Sedih dan juga	0.887	0.374	Valid
	Depresi	0.715	0.374	Valid
Fisiologi	Mudah letih	0.764	0.374	Valid
	Gemetar	0.739	0.374	Valid
	Memiliki permasalahan dengan tidur	0.733	0.374	Valid
	Sakit kepala	0.775	0.374	Valid
	Memiliki masalah dengan ritme jantung	0.761	0.374	Valid

Hasil Uji Validitas *Resilience*

Aspek	r-hitung	r-tabel	Keterangan
Regulasi emosi	0.872	0.374	Valid
Pengendalian dorongan	0.806	0.374	Valid
Analisis kausal	0.816	0.374	Valid
Efikasi diri	0.703	0.374	Valid
Realistis dan optimis	0.868	0.374	Valid
Empati	0.859	0.374	Valid
Keterjangkauan	0.865	0.374	Valid

Hasil Uji Validitas Pendampingan Pastoral

Aspek	r-hitung	r-tabel	Keterangan
Pendampingan Pastoral 1	0.825	0.374	Valid
Pendampingan Pastoral 2	0.804	0.374	Valid
Pendampingan Pastoral 3	0.885	0.374	Valid
Pendampingan Pastoral 4	0.726	0.374	Valid
Pendampingan Pastoral 5	0.961	0.374	Valid
Pendampingan Pastoral 6	0.876	0.374	Valid
Pendampingan Pastoral 7	0.710	0.374	Valid
Pendampingan Pastoral 8	0.722	0.374	Valid
Pendampingan Pastoral 9	0.814	0.374	Valid
Pendampingan Pastoral 10	0.783	0.374	Valid

Berdasarkan hasil penghitungan uji validitas instrumen diketahui bahwa seluruh item memiliki nilai r -hitung yang lebih besar dibandingkan r -tabel, sehingga dapat disimpulkan bahwa seluruh butir instrumen valid dan layak digunakan.

16 Uji Reliabilitas

Pengujian reliabilitas adalah alat yang mengukur konsistensi kueri sebagai variabel atau parameter struktural. Variabel dikatakan reliabel atau reliabel jika jawaban pertanyaan selalu konsisten.

Variabel	<i>Alpha Cronbach</i>	Standart	Keterangan
Kesehatan Mental	.974	0.6	Reliable
<i>Resilience</i>	.922	0.6	Reliable
Pendampingan Pastoral	.942	0.6	Reliable

Berdasarkan penghitungan uji reliabilitas instrumen, diketahui bahwa masing-masing variabel memiliki skor α Cronbach > 0.6 . Sehingga dapat disimpulkan bahwa seluruh instrumen memiliki tingkat keandalan yang layak.

5 Uji Asumsi Klasik

Pengujian hipotesis klasik merupakan prasyarat untuk banyak analisis regresi dan harus diikuti untuk memastikan tidak menyimpang dari estimasi koefisien regresi dan parameter. Uji hipotesis klasik ini meliputi uji normalitas, uji multivariat, uji autokorelasi dan uji heterogenitas varian.

Uji Normalitas

Dalam penelitian ini, signifikansi residu yang dihasilkan menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov (uji Kolmogorov-Smirnov) diperiksa. Hasil uji normalisasi data saldo adalah sebagai berikut.

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test			
		Kesehatan Mental	Resilience
N		50	50
Normal Parameters ^a	Mean	0E-7	0E-7
	Std. Deviation	8.56963947	2.25649637
Most Extreme Differences	Absolute	.080	.103
	Positive	.069	.103
	Negative	-.080	-.095
Kolmogorov-Smirnov Z		.566	.725
Asymp. Sig. (2-tailed)		.906	.669
a. Test distribution is Normal.			
b. Calculated from data.			

10

Tabel di atas menunjukkan bahwa nilai signifikansi di atas 0,05. Hal ini berarti data residual tersebut terdistribusi secara normal.

Uji Homogenitas

Hasil Uji Homogenitas

Test of Homogeneity of Variances				
	Levene Statistic	df1	df2	Sig.
KESEHATAN_MENTAL	13.476	1	98	.063
RESILIENCE	10.713	1	98	.154

Perbandingan probabilitas digunakan untuk mengambil keputusan tentang data dalam penelitian ini. Berdasarkan tabel uji homogenitas yang dilampirkan pada kolom uji homogenitas *Levene Statistics*, tingkat signifikansi skala kesehatan mental adalah $0,063 > 0,05$. Ini berarti bahwa

volatilitas data seragam. Populasi berasal dari perbedaan yang sama. Tingkat signifikansi fleksibilitas $0,154 > 0,05$, namun variabilitas datanya seragam.

Uji Hipotesis Independen T-Test

Selanjutnya untuk mengetahui perbedaan pengaruh program pendampingan pastoral terhadap kesehatan mental dan resiliensi pada kelompok perlakuan dengan tidak diberikan program pendampingan pastoral pada kelompok kontrol maka dilakukan uji beda pengaruh yaitu menggunakan uji Independent Sample T-Test.

Hasil Uji T-Test Variabel *Resilience* Sebelum dan Sesudah

One-Sample Statistics				
	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
<i>Resilience_Sebelum</i>	50	19.5200	12.46913	1.76340
<i>Resilience_Sesudah</i>	50	29.3200	17.39158	2.45954

One-Sample Test						
	Test Value = 0					
	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
<i>Resilience_Sebelum</i>	13.905	49	.000	19.52000	20.9763	28.0637
<i>Resilience_Sesudah</i>	11.921	49	.000	29.32000	24.3774	34.2626

Hasil Uji T-Test Variabel Kesehatan Mental Sebelum dan Sesudah

One-Sample Statistics				
	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Kesehatan_mental_Sebelum	50	65.0600	10.38918	1.46925
Kesehatan_mental_sesudah	50	98.2000	6.18095	.87412

One-Sample Test						
	Test Value = 0					
	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
					Lower	Upper
Kesehatan_mental_Sebelum	47.684	49	.000	65.06000	67.1074	73.0126
Kesehatan_mental_sesudah	112.342	49	.000	98.20000	96.4434	99.9566

14

Dari hasil analisis menggunakan uji *Independent Sample T-Test* di atas, tampak rata-rata kesehatan mental sesudah diberikan program pendampingan pastoral sebesar 98.2000 dan rata-rata kesehatan mental sebelum diberikan program pendampingan pastoral sebesar 65.0600. Dari penghitungan tersebut tampak bahwa program pendampingan pastoral memberikan peningkatan sebesar 33.14. Adapun nilai signifikansi yang dihasilkan (*p-value*) sebesar 0,000. Karena $0,000 < 0,05$ menunjukkan bahwa ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pada variabel kesehatan mental.

Berikutnya tampak rata-rata resiliensi sesudah diberikan program pendampingan pastoral sebesar 29.32000 dan rata-rata resiliensi sebelum diberikan program pendampingan pastoral sebesar 19.52000. Dari penghitungan tersebut tampak bahwa program pendampingan pastoral memberikan peningkatan sebesar 9.8. Adapun nilai signifikansi yang dihasilkan (*p-value*) sebesar 0,000. Karena $0,000 < 0,05$ menunjukkan bahwa ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan perlakuan pada variabel resiliensi.

PEMBAHASAN

Pengaruh Program Pendampingan Pastoral Terhadap Kesehatan Mental

Hasil uji sampel t, dikombinasikan dengan hasil tes kesehatan mental sebelum dan sesudah perawatan, menunjukkan bahwa program pendampingan pastoral mempengaruhi kesehatan mental anggota gereja yang menganggur. Nilai $p = 0,000$ berarti nilai $p < 0,05$, COVID 19 diperhitungkan. Hasil ini mendukung temuan bahwa program pendampingan pastoral menjadi salah satu alternatif yang dipilih untuk memperoleh dukungan secara (Besterman-Dahan et al., 2012; Greenawalt et al., 2011). Hirono (2019) mengungkapkan bahwa program pendampingan pastoral tidak hanya bermanfaat untuk meningkatkan kesehatan mental, bahkan program ini dapat digunakan sebagai salah satu upaya pencegahan tindakan bunuh diri. Menurut Engel (2020), pendampingan melakukan banyak fungsi, termasuk peran kepemimpinan yang dirancang untuk membantu mereka yang tersesat untuk membuat keputusan dan keputusan tertentu. Fungsi kedua adalah membantu (menggangu) konseli yang sakit atau terluka dalam menghadapi dan menghadapi peristiwa masa lalu. Peran ketiga adalah penyembuhan, yaitu pelayanan pastoral yang komprehensif secara fisik, mental, fisik dan spiritual. Fungsi keempat adalah memulihkan/memperbaiki (menyesuaikan) hubungan untuk membantu konseli memperbaiki hubungan yang rusak antara Anda dan orang lain. Fungsi kelima adalah memelihara atau memelihara untuk memungkinkan mentor mengembangkan keterampilan yang diberikan Tuhan karakteristik tersebut terkait dengan kesehatan mental masyarakat terdampak COVID-19 yang kehilangan pekerjaan. Kerjasama antara penyedia layanan kesehatan dengan pihak gereja dapat membantu dalam meningkatkan kesehatan dan mengoptimalkan fungsi individu secara keseluruhan (Singer, 2018).

Pendampingan pastoral adalah pekerjaan semua orang yang menanggapi panggilan Tuhan. Pastoralisme bukan hanya tanggung jawab pendeta, imam dan biarawan, tetapi semua orang percaya dipanggil untuk pekerjaan pendeta. Kegiatan pastoral ini merupakan landasan yang indah bagi mereka yang mencintai, memelihara dan berusaha untuk memelihara perasaan mereka. 26 Melihat kembali teladan Yesus, kita ingin orang sakit mengerti hanya apa yang terjadi pada mereka. Secara fisik dan mental. Masalah sosial dan mental. Pastoralisme tidak hanya meringankan penderitaan, tetapi juga membimbing orang ke dalam hubungan dengan Tuhan. Tuhan mengangkat dan menumbuhkan manusia dalam kehidupan rohaninya untuk memelihara, memelihara, menyembuhkan, menumbuhkan, dan memulihkan hubungan mereka dengan orang lain.

Pengaruh Program Pendampingan Pastoral Terhadap Resiliensi

Hasil tes yang dikombinasikan dengan pada tes resiliensi sebelum dan sesudah perawatan menunjukkan bahwa program idiosinkratik mempengaruhi ketahanan anggota gereja yang menganggur selama COVID. Breakout penting karena nilai $p = 0,000$. Artinya nilai $p < 0,05$. Resiliensi adalah kemampuan seseorang untuk pulih setelah trauma atau kesulitan (Rutten et al., 2013), dan agama adalah variabel yang memungkinkan seseorang untuk menghadapi kesulitan dan fenomena traumatis yang dialaminya. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa agama berhubungan dengan resiliensi (Mosqueiro et al., 2015) dan agama berhubungan positif dengan resiliensi (Fradelos et al., 2018).²² Penelitian tersebut sejalan dengan hasil penelitian ini yang menemukan bahwa tingkat religiusitas yang salah satunya berasal dari program pastoral berhubungan dengan tingkat resiliensi yang dimiliki individu. Linstädter et al., (2016) Pastoral mengungkapkan gagasan bahwa ini adalah layanan khusus bagi mereka yang membutuhkan. Topik yang lebih spesifik di sini berkaitan dengan perilaku adaptif dan kesulitan yang terkait dengan perilaku adaptif terkait pengangguran yang dipengaruhi oleh COVID19. Studi yang dilakukan Tanamal (2021) menghasilkan simpulan bahwa religiusitas, dan spiritualitas merupakan variabel yang berpengaruh terhadap tingkat resiliensi yang menjadi salah satu tolok ukur kesehatan mental masyarakat.

Kleinbeil memahami pendampingan pastoral sebagai layanan perawatan dan penyembuhan gereja untuk individu dan kelompok yang dibesarkan dalam kehidupan sosial (Engel, 2016). Pendampingan pastoral diberikan kepada anggota gereja yang mengalami kesulitan dalam hidupnya. Dari perspektif ini, karya pastoral dapat dipandang sebagai bentuk kepedulian pastoral, dengan harapan agar mereka yang membutuhkan dapat meningkatkan kehidupan dan hubungannya dengan Tuhan dan sesama. Dan mereka dapat beradaptasi untuk mengatur kembali kehidupan normal mereka. Program pastoral menjadi salah satu pendekatan komunitas yang dapat digunakan untuk meningkatkan resiliensi individu di masa pandemi (Nasution, 2021). Kenali diri Anda sepenuhnya dan sepenuhnya. Dukungan konseling membantu konselor memahami diri mereka sendiri secara keseluruhan. Dengan kata lain, konselor dapat memahami kekuatan dan kelemahan epidemi, termasuk situasinya. Selain itu, penasehat mampu memahami satu sama lain, mengidentifikasi setiap peluang dan tantangan, dan dengan percaya diri menghadapi situasi sulit seperti pemutusan hubungan kerja karena COVID 19.

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian di atas, mendapatkan kesimpulan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari adanya program pendampingan pastoral terhadap kesehatan mental dan resiliensi jemaat yang kehilangan pekerjaan di masa pandemic COVID 19. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa program pendampingan pastoral penting untuk diberikan mengingat berbagai fungsinya yang bisa berdampak pada kesehatan mental dan memberikan pemahaman diri yang secara utuh bagi para jemaat agar mampu memiliki perilaku resiliensi. Dimana hal ini penting untuk beradaptasi dan menjalani pola hidup yang normal meskipun kehilangan pekerjaan di masa pandemic COVID 19.

Bernard Hutabarat_Jurnal

ORIGINALITY REPORT

17%

SIMILARITY INDEX

17%

INTERNET SOURCES

6%

PUBLICATIONS

4%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	repository.uksw.edu Internet Source	5%
2	eprints.ums.ac.id Internet Source	2%
3	repository.unej.ac.id Internet Source	1%
4	Ngadi Ngadi, Ruth Meliana, Yanti Astrelina Purba. "DAMPAK PANDEMI COVID-19 TERHADAP PHK DAN PENDAPATAN PEKERJA DI INDONESIA", Jurnal Kependudukan Indonesia, 2020 Publication	1%
5	repository.upi-yai.ac.id Internet Source	1%
6	123dok.com Internet Source	<1%
7	cieg.unam.mx Internet Source	<1%
8	text-id.123dok.com Internet Source	

<1 %

9

Submitted to Universitas Jenderal Soedirman

Student Paper

<1 %

10

digilibadmin.unismuh.ac.id

Internet Source

<1 %

11

ejournal.unwaha.ac.id

Internet Source

<1 %

12

isei.or.id

Internet Source

<1 %

13

jurnal.umt.ac.id

Internet Source

<1 %

14

adoc.tips

Internet Source

<1 %

15

j-cup.org

Internet Source

<1 %

16

repository.uin-suska.ac.id

Internet Source

<1 %

17

ejournal.iainbengkulu.ac.id

Internet Source

<1 %

18

silvianytheresia.wordpress.com

Internet Source

<1 %

19

docobook.com

Internet Source

<1 %

20	eprints.walisongo.ac.id Internet Source	<1 %
21	jurnal.syntaxliterate.co.id Internet Source	<1 %
22	jurnal.umb.ac.id Internet Source	<1 %
23	montsame.mn Internet Source	<1 %
24	eprints.upnyk.ac.id Internet Source	<1 %
25	qje.su Internet Source	<1 %
26	repository.radenintan.ac.id Internet Source	<1 %
27	www.scribd.com Internet Source	<1 %
28	adoc.pub Internet Source	<1 %
29	docplayer.info Internet Source	<1 %
30	dwiputristatek.blogspot.com Internet Source	<1 %
31	journal.ummat.ac.id Internet Source	<1 %

32

jurnal.uhnp.ac.id

Internet Source

<1 %

33

repositorii.urindo.ac.id

Internet Source

<1 %

34

repository.iainpurwokerto.ac.id

Internet Source

<1 %

Exclude quotes On

Exclude matches Off

Exclude bibliography On