

**DUKUNGAN HAMBA TUHAN DAN KELUARGA
BAGI PENDERITA GANGGUAN MENTAL**

oleh: Cynthia J. Reed, BS Nursing, MA Konseling

Abstrac

A person being diagnosed with a mental condition is a major crisis for he, himself, as well as his whole family. This article discusses the negative beliefs of the general population both in Indonesia and the United States about people suffering from mental conditions, such as that this resulted from his personal sins, or that he has been cursed by God or is demon possessed. Sometimes the person is rejected by his family so that he becomes a homeless person living on the streets! This is illustrated by a book telling the life story of Ken Steele, who suffered from mental problem in the United States and was very poorly treated! He later became an activist, defending the well being of people with mental difficulties in the US Congress! Similar difficulties are faced by people here in Indonesia. Christian servants and families can be vital in helping these people find and maintain a healthy meaningful life.

Key words: Christian servants, family, mental problems.

Pendahuluan

Orang yang menghadapi gangguan mental dan penyakit jiwa menghadapi tantangan besar! Waktu gejala-gejala awalnya mulai nampak, orangnya sendiri serta seluruh keluarga menghadapi suatu krisis besar! Mereka merasa bingung dan malu. Sangat penting supaya konselor dan hamba Tuhan menolong keluarga untuk menerima kenyataan situasinya dan mempelajari tindakan-tindakan praktis untuk menolong dan mendukung anggota keluarganya yang menhadapi tantangan besar semacam ini yang baru mulai muncul.

Prasangka-prasangka dan Sikap terhadap Orang yang Berpenyakit Jiwa¹

Ada banyak prasangka yang bersifat negatif di Indonesia, maupun di negara Barat, tentang orang yang mengalami gangguan mental. Keluarga harus menghadapi prasangka ini dengan cara yang sehat dan tetap mendukung anggota keluarganya yang menghadapinya. Masa depan orang yang mengalami masalah penyakit jiwa cukup sulit, di Indonesia!

Misalnya, sering kali keluarganya merasa malu sekali kalau harus mengakui masalah ini kepada siapapun, apa lagi minta pertolongan dari dokter jiwa, psikolog atau konselor! Keluarga dan masyarakat berpendapat bahwa orang yang mengalami gangguan mental sama sekali tidak ada masa depan lagi. Mereka beranggapan bahwa orangnya tidak mungkin akan disembuhkan, tidak berguna lagi! Dianggap *aib*, dikutuk oleh Allah, dirasuk roh jahat bahkan bukan lagi manusia! Keluarga merasa bingung, kehilangan akal. Akhirnya penderita ditangani hampir seperti dia tidak lagi manusia. Pernah terjadi bahwa karena habis akal, keluarga memasung kaki sipenderita, menaruh dia di gudang, garase, ataupun di tempat luar, jauh dari rumah.

Akhirnya, kadang-kadang penderita itu dibuang oleh keluarganya sendiri, menjadi orang jalanan. Tidak ada tempat tinggal, tidak ada tempat mandi atau mendapatkan pakaian bersih. Kadang-kadang berada di jalan tanpa pakaian. Kalau wanita jalanan yang kurang waras, nasibnya lebih buruk lagi! Sering kali juga menjadi korban kekerasan oleh pria yang jahat!

Nasib orang yang berpenyakit jiwa di Amerika Serikat juga sulit!² Ada satu buku yang diterjemahkan dari bahasa

¹Reed, Cynthia J, Diktat kuliah: Konseling dan Psikopatologi, UKRIM, Jogjakarta, 2007

²Steele, Ken, *Mereka Bilang Aku Gila: Memoar Seorang Skizofrenik*, Bandung: Qanita, 2005

Inggris, berjudul: *Mereka Bilang Aku Gila*, oleh seorang pria bernama, Ken Steele. Pada umur 14 tahun, Ken diserang penyakit *skizofrenia paranoid*. Sudah didiagnose oleh dokter jiwa. Dia mendengar suara-suara yang terus menjelekkannya, dan terus-menerus suruh dia membunuh diri sendiri. Orang tua semakin pusing merawat dia sehingga waktu dia berumur 18 tahun mereka membiarkannya berangkat dari rumah untuk mencari pekerjaan di tempat jauh dari mereka walaupun mereka tahu dia sakit dan tidak berdaya! Setelah itu Ken sendirian di kota besar jauh dari orang tua. Dia tidak dapat pekerjaan, terpaksa menjadi orang jalanan!

Bertahun-tahun tidak ada hubungan dengan orang tua lagi. Akhirnya dia diberi tempat tinggal dengan orang-orang homoseksual dengan maksud jahat! Dia harus menjadi pelacur mereka! Rupanya nasib orang berpenyakit jiwa di negara Baratpun juga sangat sulit!

Ada prasangka lain yang tidak benar bahwa orang yang mengalami penyakit jiwa sebenarnya dirasuk Setan⁴. Mereka berpendapat bahwa sipenderita bisa diobati dengan doa pelepasan di gereja, tidak perlu minum obat! Ada seorang remaja yang seperti Ken Steele tadi, yang secara tiba-tiba jatuh sakit dengan *Skizofrenia Paranoid* sehingga mulai mendengar suara-suara yang tidak didengar orang lain. Dia diobati secara medis sehingga sesudah beberapa minggu menjadi cukup efektif. Dia kembali menjadi seperti normal. Tetapi ayahnya berfikir, jangan-jangan dia dirasuk Setan sebenarnya! Lalu Ayah membawa dia di gereja, minta para pendeta membuat acara doa pelepasan! Kemudian anak itu dibawa pulang dan disuruh langsung berhenti minum obat skizofrenia yang sebenarnya efektif! Ayah itu berkata, 'Kan, sudah sembuh?!

Tidak lama lagi dia mulai mendengar suara-suara lagi yang berkata bahwa ada orang yang ingin membunuh dia!

⁴Lim, Leslie dan Koh, Douglas, *Mental Illness or Demonisation?* Jogjakarta: Penerbit Andi, 2009.

Sebenarnya kalau dia bisa minum obat itu lagi secara regular, bisa dia hidup seperti normal kembali! Bukan akibat roh-roh jahat, melainkan penyakit jiwa yang sungguh bisa ditolong dengan obat khusus, kalau diminum seterusnya. Pernah ada anggota keluarganya yang mengalami gejala sama. Penyakit paranoid skizofrenia juga ada faktor genetik yang dapat diatasi dengan obat khusus yang diminum secara regular. Hanya Doa pelepasan tidak akan menolong!

Terdapat juga prasangka lain bahwa kalau hamba-hamba Tuhan perlu minum obat depresi atau obat kecemasan, itu tanda bahwa dia lemah iman!

Sebaiknya dia turun dari pelayanannya! Ada seorang pendeta yang sudah lama mengalami depresi. Ayahnya sendiri juga pernah mengalami depresi. Dia berkonsultasi dengan temannya, seorang dokter jiwa Kristen dan diberi obat anti-depresi untuk diminum seterusnya. Ini sungguh menolong dia sehingga depresinya hilang selama dia tetap minum obat khusus itu. Tetapi sipendeta itu merasa bersalah karena dia tergantung obat anti-depresi itu. Dia merasa harus berhenti obatnya atau berhenti sebagai pendeta, karena imannya dianggap lemah kalau dia minum obat itu terus.

Tetapi temannya, dokter jiwa Kristen itu, justru sangat tidak setuju kalau dia berhenti obatnya ataupun mundur dari pelayanan sebagai hamba Tuhan! Sebaiknya diteruskan! Dokter itu menjelaskan bahwa keadaan depresi ini bukan akibat iman yang lemah melainkan masalah medis dan dapat diobati secara sangat efektif dengan obat! Pendeta itu sama sekali tidak harus malu!

Contoh-contoh Gangguan Jiwa

Orang yang mengalami perasaan *kecemasan* yang berlebihan sehingga akhirnya takut keluar dari rumahpun? Contoh gangguan mental lain adalah orang yang menderita masalah *Bipolar*

sehingga perasaannya jauh berlebihan daripada orang normal. Kadang-kadang dia merasa depresi sekali, kemudian

sebaliknya bersemangat sekali sehingga dia merasa tidak perlu tidur dan sepertinya sangat hiperaktif? Kedua keadaan dalam siklus orang bi-polar ini sangat ekstrim sehingga sering kali membahayakan nyawa penderitanya! Kedua contoh masalah gangguan jiwa di atas ini bisa diobati secara efektif sekali dengan obat medis sehingga kalau orangnya bersedia minum obat tertentu secara rutin dia akan menjadi normal lagi.

Apakah Gangguan Mental Disebabkan oleh Dosa?

Apakah gangguan mental (atau masalah kesehatan lain) terjadi karena orang itu berdosa? Apakah ini kutukan dari Allah? Waktu Yesus ada di dunia ini orang bertanya dia persis mengenai itu. Jawabannya ada di alkitab di *Yohanes 9:1-3*

Waktu Yesus sedang lewat, Ia melihat seorang yang buta sejak lahirnya.² Murid-murid-Nya bertanya kepada-Nya: "Rabi, siapakah yang berbuat dosa, orang ini sendiri atau orang tuanya, sehingga ia dilahirkan buta?"³ Jawab Yesus: "Bukan dia dan bukan juga orang tuanya, tetapi karena pekerjaan-pekerjaan Allah harus dinyatakan di dalam dia.

Memang sejumlah penyakit fisik terjadi karena pilihan makan yang salah, kurang berolah raga, dsb. Tetapi masalah mental dan kebanyakan masalah medis lain terjadi bukan karena dosa orang itu sendiri, melainkan supaya kuasa Allah lebih nyata, waktu Allah menolong dia menghadapi kesulitannya.

Ada sejumlah pertanyaan lain yang juga sukar dipikirkan dan dijawab, misalnya: "Apa maksud Allah waktu Dia membiarkan kita menderita berbagai jenis penyakit termasuk gangguan mental dan juga penyakit fisik?. "Kenapa Allah tidak selalu mengabulkan doa manusia untuk langsung disembuhkan secara ajaib?"

Tuhan mempunyai rencana yang indah waktu Dia membiarkan itu terjadi. Orang yang diserang masalah kesehatan besar diberi kesempatan menunjukkan kuasa Tuhan kepada orang

lain! Kadang-kadang kuasa Allah lebih nampak dalam kelemahan kita daripada waktu kita kuat dan hebat!

Sebagai ilustrasi kebenaran ini, Ken Steele tadi yang diserang *skizofrenia paranoid*, setelah dipulihkan, menjadi aktivis di Amerika yang dipakai Tuhan secara luar biasa! Dia mulai menerbit suatu surat kabar untuk orang yang mengalami gangguan mental serta keluarganya, yang dibaca puluhan ribu orang! Dia bisa membela hak orang yang berpenyakit jiwa di DPR di Amerika Serikat, sehingga dia menjadi rekan Hillary Clinton! Dia mengadakan seminar-seminar di seluruh Amerika Serikat untuk mendukung keluarga dari orang yang berpenyakit jiwa. Dia diberi penghargaan tertinggi dari Asosiasi Kesehatan Mental Nasional di Amerika

Cara-cara Mendukung Penderita Gangguan Mental

Bagaimanakah cara hamba Tuhan dan keluarga mendukung orang yang mengalami gangguan mental? Pada mulanya harus disadari bahwa ada prasangka-prasangka keliru secara rohani tentang apa sebabnya manusia mengalami gangguan mental. Ada banyak orang, termasuk orang Kristen, yang berpendapat bahwa gangguan mental terjadi karena dosa si penderita itu atau karena lemah imannya. Tetapi sebaliknya, mereka tidak berpendapat demikian kalau seseorang mengalami penyakit fisik seperti diabetes, tekanan darah tinggi atau kanker. Justru orang berpenyakit fisik itu dikasihi, dibawah ke dokter, dirawat dengan baik, sama sekali tidak dihakimi atau dibuang oleh keluarganya. Ini tidak hanya terjadi di Indonesia!

Rupanya di Amerika Serikat prasangka negatif tentang orang yang mengalami gangguan jiwa ini juga terjadi: Ada seorang wanita Kristen, berumur 38 tahun yang sungguh percaya dan melayani Tuhan sejak lama. Tetapi sudah lama dia mengalami depresi berat sampai bertahun-tahun! Dia berpendapat bahwa karena dia banyak bersalah dan sebagai akibatnya, Allah sedang menghajar dia. Sehingga persaan depresinya semakin berat! Dia sulit tidur, tidak ada nafsu

makan. Dia berusaha untuk terus membaca/mempelajari Alkitab, berdoa, tetapi ini tidak juga menolong!

Suaminya sudah menjadi diakon di gereja. Suami sering kali tidak sabar dengan isterinya. “Kenapa tidak beriman saja?!” Dan orang lain berkata, “Kenapa tidak mengaku dosa depresimu kepada Tuhan dan bertobat?!” Tetapi dia sudah mengaku dosanya berulang kali tetapi depresinya tetap tidak berubah! Dia mulai berfikir, bagaimana kalau saya pergi minta pertolongan medis? Tetapi suaminya melarang. “Malu kalau pergi ke dokter! Ini kesalahan kamu sendiri. Dokter tidak bisa menolong!”

Sebenarnya, depresi seperti ini sama sekali tidak disebabkan dosa, melainkan lebih bersifat keturunan dalam keluarga. Karena faktor genetik anggota lain di keluarga juga sering kali mengalaminya. Ternyata kalau sipenderita minum obat antidepresi secara rutin seterusnya, hidupnya akan menjadi normal kembali dan dia akan merasa sukacita kembali! Seperti penyakit kronis secara fisik. Bukan karena dosanya atau iman yang lemah!³

Sebaiknya para hamba Tuhan dan orang tua dari penderita gangguan mental, yang dipercayai kepada mereka, terus bertekun! Jangan mereka merasa lelah dan kecil hati dalam kesempatan melayani orang yang menderita berbagai jenis kesulitan, termasuk gangguan mental! Mereka bisa bekerja sama dengan tim medis untuk menolong orangnya melakukan aktivitas sehari-hari yang dia mampu melakukan. Misalnya, mendukung orang yang mengalami depresi supaya minum obat antidepresi secara teratur dan memberi dukungan untuk dia tetap minumnya karena perubahan positif baru akan dirasakan setelah minumnya beberapa minggu. Perlu dukungan juga untuk meneruskan obatnya secara rutin sesuai dengan pesanan dokter. Kalau dia menghadapi kesulitan dengan biaya membeli obat,

³Barlow, David H., *Clinical Handbook of Psychological Disorders*, Second Edition, New York: The Guilford Press, 1993

hamba Tuhan dan keluarga bisa menolong dia mencari asuransi kesehatan, dsb. Sebagian orang, seperti orang yang mengalami depresi tadi dan beberapa jenis gangguan lain, setelah ditolong dengan medis bisa berfungsi secara normal dan bisa meneruskan aktivitas sehari-hari mereka yang normal dengan dukungan Keluarga dan hamba Tuhan.

Tetapi kalau kondisi mental orangnya lebih serius, mungkin dia hanya mampu melakukan aktivitas sehari-hari yang sangat sederhana. Tim medis bisa mengevaluasi kemampuannya untuk melakukannya. Keluarga bisa mendukung dia melakukan hal-hal yang dia mampu membuat, misalnya menyusun tempat tidurnya, mandi, makan makanan yang sudah disiapkan. Keluarganya bisa bekerja sama dengan tim medisnya untuk menolong orangnya berfungsi secara optimal.

Sebaiknya anggota keluarga bertekun seterusnya untuk menolong anggota keluarga mereka yang mengalami gangguan jiwa dan penyakit jiwa! Tuhan akan memperhatikan kebaikan mereka dan Dia sangat menghargai kesetiaan mereka!

Menurut Matius 25: 34-40, nanti waktu hidup kita sebagai orang percaya sudah berakhir di dunia ini dan kita masuk Surga dan duduk di sebelah kanan Yesus (raja di atas segala raja), Dia akan mengatakan:

³⁴ *Dan Raja itu akan berkata kepada mereka yang di sebelah kanan-Nya: Mari, hai kamu yang diberkati oleh Bapa-Ku, terimalah Kerajaan yang telah disediakan bagimu sejak dunia dijadikan.* ³⁵ *Sebab ketika Aku lapar, kamu memberi Aku makan; ketika Aku haus, kamu memberi Aku minum; ketika Aku seorang asing, kamu memberi Aku tumpangan; ³⁶ ketika Aku telanjang, kamu memberi Aku pakaian; ketika Aku sakit, kamu melawat Aku; ketika Aku di dalam penjara, kamu mengunjungi Aku.* ³⁷ *Maka orang-orang benar itu akan menjawab Dia, katanya: Tuhan, bilamanakah kami melihat Engkau lapar dan kami memberi Engkau makan, atau haus dan kami memberi Engkau minum?* ³⁸ *Bilamanakah kami melihat Engkau sebagai*

orang asing, dan kami memberi Engkau tumpangan, atau telanjang dan kami memberi Engkau pakaian? ³⁹ Bilamanakah kami melihat Engkau sakit atau dalam penjara dan kami mengunjungi Engkau? ⁴⁰ Dan Raja itu akan menjawab mereka: Aku berkata kepadamu, sesungguhnya segala sesuatu yang kamu lakukan untuk salah seorang dari saudara-Ku yang paling hina ini, kamu telah melakukannya untuk Aku.

Saran kepada orang tua dan hamba Tuhan: Jangan lelah dalam melayani jemaat dan anggota keluarga serta orang lain yang berada dalam kesulitan, walaupun tindakan baik itu tidak selalu di lihat orang lain. Upah Bapak dan Ibu akan besar di Surga nanti!

Allah Bisa Memakai Penderita Penyakit Jiwa

Orang yang mengalami penyakit berbagai macam termasuk penyakit jiwa bisa dipakai Tuhan secara luar biasa!

Rasul Paulus menderita suatu masalah kesehatan, kita tidak diberitahukan jenisnya, lalu dia berkata:

2 Korintus 12:9 "*Cukuplah kasih karunia-Ku bagimu, sebab justru dalam kelemahanlah kuasa-Ku menjadi sempurna.*"
Sebab itu terlebih suka aku bermegah atas kelemahanku, supaya kuasa Kristus turun menaungi aku

Ada seorang wanita Kristen di Amerika, namanya Joni Erickson⁵, dengan kisah sebagai berikut: Waktu dia di SMA, dia suka berenang. Dia terjun ke dalam air, lalu kepalanya kena sesuatu yang keras sekali dibawa air, sehingga tulang dilehernya patah! Dia langsung menjadi lumpuh total sepanjang umur hidup! Dia bertanya Tuhan, *Kenapa ini terjadi Tuhan!* Dia merasa depresi dan putus asa. Tetapi kemudian Tuhan justru memakai akibat kecelakaan itu untuk memberkati jutaan orang di seseluruh dunia! Ada program radio, *Joni and Friends*, yang didengar diseluruh Amerika Serikat! Sambil duduk di dalam

⁵Eareckson Tata, Joni, Pilihan dan Perubahan, Malang; Penerbit Gandum Mas, 1992

kursi roda, dia menjadi pembicara di konferensi-konferensi Kristen di seluruh negara Amerika. Ribuan orang yang hadir di seminar-seminarnya sampai terharu sekali! Dia juga menulis sejumlah buku-buku mengenai pengalaman hidupnya yang diterjemahkan dalam banyak bahasa di dunia termasuk bahasa Indonesia, judulnya *Pilihan dan Perubahan*. Heran! Dia sudah menikah sekarang!

Joni berpendapat bahwa orang yang mengalami berbagai masalah kesehatan dahsyat, termasuk lumpuh, stroke, pikun, dan gangguan mental sebenarnya memiliki peranan khusus yang penting dalam Kerajaan Allah! Mereka menjadi seperti *pelatih*, supaya banyak orang bisa belajar cara melayani orang lain, sehingga mereka bisa menjadi semakin serupa dengan Yesus. Kesempatan melayani orang lain dalam kesulitannya justru menyiapkan kita untuk menjadi semakin dewasa dalam iman kita, semakin berguna bagi Tuhan.
