

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 LATAR BELAKANG

Indonesia merupakan negara yang kental dengan agama serta memiliki pluralitas agama, bahkan agama menjadi identitas yang sangat kental di masyarakat dan merupakan topik yang sensitif dan rawan dibicarakan dalam kalangan masyarakat. Di Indonesia sendiri terdapat enam agama yang diakui yaitu Islam, Katolik, Kristen Protestan, Hindu, Buddha, dan Konghucu. Salah satunya yang akan dibahas yaitu agama Katolik, di mana agama tersebut memiliki ciri khas dari Gereja dan juga umat religius yang dapat ditemui di dalamnya. Sebagai salah satu agama yang diakui di Indonesia agama Katolik berkembang sejalan dengan pertumbuhan populasi, di mana setiap tahunnya jumlah umat Katolik mengalami perkembangan di Asia maupun dunia. Menurut data statistik Katolik dalam *agency news catholic* (Ibanez, 2020) melaporkan bahwa jumlah umat Katolik di dunia bertambah setiap tahunnya yaitu meningkat hampir 16 juta jiwa, dengan demikian umat Katolik saat ini berjumlah 1,33 miliar dibandingkan tahun sebelumnya, dan pertumbuhan tersebut juga tersebar di berbagai negara lainnya, umat Katolik di Asia mengalami peningkatan sekitar 1,8 juta, sedangkan umat Katolik dalam cakupan Jawa Timur yaitu sekitar 276,88 (0,68%) pada daerah Surabaya sekitar (3,91%) atau sekitar 123.399 jiwa dengan 525 jiwa di antaranya merupakan pelaku religius (Dokpen, 2015).

Pada dasarnya manusia memiliki kecenderungan beragama karena agama merupakan sebagian dari fitrahnya. Arti fitrah itu sendiri adalah sifat asal, kesucian, bakat atau pembawaan. Jadi, sifat asli manusia adalah ber-Tuhan atau memiliki Tuhan. Untuk memeluk suatu agama didasari oleh rasa kepercayaan dan keyakinan yang timbul dari dalam diri seseorang. Bagaimana kemudian seseorang tersebut ingin memeluk agama atau tidak, semuanya merupakan hak personalitas, tidak ada paksaan untuk memeluk suatu agama (Pransiska, 2016). Hal tersebut sesuai dengan Undang-Undang Dasar yang membebaskan masyarakat dalam memeluk suatu agama sesuai dengan keyakinannya masing-masing tanpa adanya paksaan dari orang lain. Melaksanakan ajaran agama dengan baik dan benar

merupakan motivasi seseorang dalam beragama. Hal tersebut timbul karena adanya dorongan dari dalam dirinya sendiri dan lingkungan. Seseorang yang termotivasi karena dorongan dari dalam dirinya sendiri misalnya seseorang yang tidak rajin melakukan ibadah, kemudian mempunyai keinginan untuk menjadi orang yang beriman maka akan ada perubahan pada dirinya untuk menjadi lebih baik tanpa adanya rasa terpaksa karena timbul dari hati nuraninya. Lain halnya dengan seseorang yang termotivasi dari lingkungan, misalnya apabila seorang yang tidak pernah melaksanakan ibadahnya namun lingkungan di sekitar mereka adalah orang-orang yang sangat taat kepada agamanya, maka ada kemungkinan mereka yang tidak taat akan termotivasi untuk ikut taat pada perintah dan ajaran dari agama yang mereka anut (Aulia, 2018).

Kehidupan manusia tentu saja tidak dapat terlepas dari pemahaman tentang agama yang merupakan sarana yang digunakan oleh manusia untuk mencari kebenaran dalam hidupnya. Oleh karena itu tidak heran jika agama menjadi acuan dalam bersikap dan bertindak laku agar sejalan dengan keyakinan agama yang dianutnya. Pengertian agama berdasarkan KBBI: Suatu sistem yang mengatur tata keimanan / kepercayaan dan peribadatan seseorang kepada Tuhan Yang Maha Kuasa serta kaidah yang berhubungan dengan pergaulan manusia dengan manusia serta lingkungannya. Sukardi, Imam, dkk (2003) juga menjelaskan bahwa agama adalah tata aturan Tuhan yang berfungsi dan berperan, mendorong, memberi arah, bimbingan dan perilaku orang yang berakal dalam usahanya untuk memperoleh kehidupan yang sejahtera serta mampu mengembangkan potensi yang dimiliki untuk menyeimbangkan antara lahiriah dan batiniah, selain itu manusia juga mampu melaksanakan tugas-tugas tersebut dalam hidupnya.

Steger dan Frazier (2005) menyebutkan bahwa agama berhubungan positif terhadap kesejahteraan hidup individu, di mana agama dapat menghadirkan perilaku positif terhadap individu serta menyadarkan individu untuk menemukan makna dan tujuan dalam hidup mereka. Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa agama adalah tata aturan Tuhan yang berfungsi dan berperan, mendorong, memberi arah, bimbingan dan perilaku orang yang berakal dan mengembangkan potensi dasar yang dimiliki dan melaksanakan tugas-tugas

hidupnya yang seimbang antara lahiriah dan batiniah dalam usahanya untuk memperoleh kesejahteraan hidup (Kurniawan, 2017).

Dalam menjalankan tugasnya Gereja Katolik Roma memiliki susunan hirarki yang terdiri dari Paus, Uskup, Imam (diosesan/religius), Diakon, Kardinal dan umat terdapat istilah biarawan biarawati di mana mereka adalah orang-orang yang memutuskan untuk hidup membiara, orang yang memilih menjadi biarawan atau biarawati tentu didasarkan pada motivasi diri sendiri tanpa adanya paksaan dari pihak lain namun ada juga yang memilih menjadi biarawan atau biarawati karena tertarik dari cerita dari orang lain. Biarawati adalah perempuan yang hidup dalam biara dan mengikrarkan tiga kaul suci yaitu (kemurnian, ketaatan, dan kemiskinan). Biarawati dalam bahasa latin disebut *nonna* para biarawati di Indonesia biasanya disebut dengan suster (Mardani, Yulisa, 2012). Biarawan adalah sebutan untuk laki-laki dan biarawati untuk perempuan, hidup membiara atau sering disebut sebagai hidup selibat berarti hidup tidak menikah karena alasan keimanan (O'Collins & Farugia, 1996).

Bagi orang yang memilih untuk menjadi seorang biarawan atau biarawati, menikah merupakan hal yang tentu saja tidak mungkin. Keputusan mereka untuk memilih hidup selibat dengan mengucapkan tiga kaul (kemiskinan, kemurnian, ketaatan) secara tidak langsung akan menggiring mereka pada satu konsekuensi yaitu tidak menikah selama sisa hidup mereka (Jacobs, 1987). Namun hidup selibat bukan berarti hidup menyendiri melainkan memiliki tugas perutusan dari pastoral dan hidup dalam pelayanan bagi umat Allah (Bernat, 2019). Kaul dipandang sebagai janji setia kepada Tuhan untuk mengabdikan sampai akhir hayat. Dalam kehidupan rohani, selain berdo'a untuk membangun relasi dengan Tuhan, seorang biarawati juga merasa pentingnya berefleksi pribadi terkait dengan do'a dan aktivitas sehari-hari (Sari & Setyawan 2017).

Biarawati di Indonesia biasanya disebut dengan suster. Suster dibagi menjadi dua bagian, yaitu suster aktif dan kontemplatif. Definisi aktif di sini yaitu suster tidak hanya berada dalam lingkup biara namun juga mengambil bagian di luar biara. Biasanya suster yang aktif di luar biara memiliki tugas di bidang pendidikan formal dan juga nonformal, seperti menjadi kepala sekolah atau menjadi guru dan dalam

bidang sosial seperti perawat. Sedangkan suster kontemplatif adalah suster yang diberikan tugas di suatu biara tertentu khususnya dalam bidang keagamaan atau peribadatan. Menjadi biarawati aktif tidak berarti bahwa ia lupa pada panggilannya sebagai seorang biarawati, tetapi hanya menjalankan tugasnya yang diberikan oleh kongregasi untuk membantu komunitas. Inti dalam menjadi biarawati adalah mendahulukan kepentingan orang lain di atas kepentingan diri sendiri (Widyantono & Eiati 2019).

Tugas dalam hidup seorang biarawati atau suster yaitu dengan hidup untuk lebih melayani sesama serta melakukan penghayatan akan ajaran-ajaran injil melalui sikap hidup berdo'a. Melayani sesama ini dapat diwujudkan dengan semangat dalam menjalankan tugas lewat komunitas sosial yang mereka ikuti, baik dalam bidang pendidikan, kesehatan, sosial, ataupun pastoral. Biasanya dalam bidang pendidikan biarawati diposisikan sebagai pemberi pendampingan dan konseling khusus untuk para wanita-wanita yang membutuhkan. Dalam bidang kesehatan biasanya biarawati bekerja mengelolah rumah sakit, poliklinik, dan pusat kesehatan di desa-desa yang dimiliki oleh kongregasi, dalam bidang pastoral biasanya biarawati bertanggung jawab dalam mengelolah retreat atau tempat ibadah yang biasa di kunjungi oleh Gereja. Kemudian dalam menghayati ajaran-ajaran injil dan hidup berdo'a dapat dilakukan dengan do'a baik secara pribadi maupun dilakukan secara bersama dengan sesama biarawati (Widyanton & Eiati 2019).

Kaul merupakan dasar hidup membiara disahkan oleh Gereja di mana para anggota yang terhimpun dalam suatu komunitas religius memutuskan untuk memperjuangkan kesempurnaan lewat ketiga kaul religius yakni kaul kemiskinan, kemurnian, dan ketaatan yang diamalkan sesuai dengan peraturan yang berlaku disetiap biara (Yoseph, 2009). Kaul kemiskinan adalah melepaskan secara sukarela hak miliknya. Semua harta milik menjadi milik kongregasi atau komunitas sosial yang dipilihnya. Biarawati tentu saja tidak lagi memiliki hak atas apa saja yang diberikan orang lain kepadanya melainkan sudah menjadi hak kongregasi sebagai ungkapan terimakasihnya. Kaul kemurnian mewajibkan biarawati melepaskan perkawinan atau bebas dari ikatan perkawinan. Biarawati juga rela untuk tidak menikah dan hidup selibat. Sedangkan kaul ketaatan berarti membangun serta

menjiwai tubuh religius. Kaul Ketaatan derajatnya jauh lebih tinggi daripada dua kaul yang pertama yang ditetapkan. Dengan kaul ini biarawati bergantung pada keputusan pimpinan kongregasi di mana mereka tidak punya kebebasan atas tindakan yang mereka lakukan. Tidak hanya itu, dengan mengucapkan tiga kaul seorang biarawati harus mengesampingkan kekayaan, jabatan, pasangan hidup, dan kebebasan dalam memilih untuk mencapai kebahagiaannya. Seorang biarawati yang telah menerima kaul kekal akan menyerahkan diri sepenuhnya hanya kepada Tuhan, sehingga biarawati rela untuk diutus kemanapun lewat kongregasi yang telah mereka pilih untuk mengabdikan diri (Paul, 1996). Kehidupan biarawati dianggap sangat mulia, di mana mereka dengan suka rela mengabdikan diri pada Tuhan dan dengan senang hati melayani umat, namun ada juga sisi lain dari kehidupan biarawati yang jarang orang lain ketahui, di mana tidak jarang apa yang biarawati jalani ternyata menyimpang jauh dari kaulnya.

Dalam penelitian yang dilakukan Eze (2015) menjelaskan dalam membiara tidak jarang ditemui adanya dilema antara identitas biarawati dengan pekerjaan yang ditugaskan pada mereka. Bagi mereka terkadang pekerjaan terlalu mendominasi kegiatan mereka untuk berdo'a dan mengurus diri. Oleh sebab itu tak jarang pula kasus biarawati memilih untuk keluar dari biara dengan berbagai permasalahan seperti, jatuh hati pada lawan jenis kemudian melepaskan kaul nya, pola hidup yang berubah di mana adanya penyalahgunaan fasilitas, persaingan intern antar biarawati di dalam biara dan kongregasi, serta mementingkan kepentingan pribadi yang lebih dominan. Hal tersebut menjadi keprihatinan masyarakat dan juga gereja di mana kehidupan biarawati yang telah terikat dengan kaulnya seharusnya dipatuhi seumur hidup mereka dan mereka memiliki tanggung jawab atas pilihan yang telah mereka putuskan (Sitorus, 2019)

Suparno (2010) juga menjelaskan mengenai berbagai dinamika yang dialami oleh biarawan biarawati mulai dari novisiat sampai dengan yang telah menerima kaul kekal, di mana kesetiaan mereka pada kaul yang telah mereka ucapkan mulai banyak mengalami goncangan ketika mereka terjun dalam masyarakat untuk berkarya dan melayani umat sesuai dengan tugas yang diberikan oleh kongregasi kepada mereka, di mana mereka mulai mempertanyakan mengenai panggilan

mereka untuk memilih menjadi biarawati disebabkan berbagai masalah yang mereka dapati di dalam biara seperti, tertekan terhadap pekerjaan mereka yang tidak sesuai dengan kemampuan mereka, bimbingan yang kurang dari biarawati senior, persaingan antar biarawati sendiri dan masalah lainnya yang memungkinkan biarawati keluar dari biara atau bahkan menjadi tidak percaya diri dengan keputusannya dalam memilih menjadi biarawati, tidak hanya itu Suparno juga menjelaskan bahwa dalam membiara tidak dibebaskan dalam memutuskan untuk melanjutkan sekolah tanpa persetujuan dari kongregasi. Dalam hal ini tentu biarawati kurang dalam mengaktualisasi diri disebabkan ketidakbebasan biarawati dalam membuat keputusan untuk dirinya sendiri.

Hal ini didukung dengan hasil wawancara kepada Sr berinisial IN yang dilakukan pada tanggal 14 Januari 2021, sebagai seorang biarawati yang berada di biara Surabaya diketahui bahwa dalam menjalankan tugasnya sering sekali mereka merasakan banyak kesulitan dengan banyaknya aturan-aturan dalam gereja yang membatasi ruang gerak para biarawati. Sehingga tidak jarang dalam biara apa yang biarawati jalani tidak sesuai dengan yang mereka harapkan. Berdasarkan wawancara tersebut penulis mendapatkan informasi bahwa banyaknya kegiatan dan aturan dalam biara sering sekali membuat biarawati tidak khusuk dalam melakukan kegiatan berdo'anya karena kelelahan atau bahkan kegiatan seorang biarawati sebagai pendeta tidak memiliki banyak waktu untuk melakukan kegiatan tersebut karena banyaknya aktivitas yang dilakukan dalam biara. Namun ada juga biarawati yang merasa bosan dalam biara disebabkan tidak memiliki banyak kegiatan dan merasa kurang diberikan tanggung jawab sehingga merasa tidak percaya diri akan kemampuan. Selain itu seorang biarawati juga tidak memiliki kebebasan untuk berperilaku sesuai dengan keinginan mereka karena harus mengikuti peraturan yang ada dalam gereja. Kemudian mereka juga harus dapat mengontrol diri dalam berbagai hal seperti halnya dalam pemenuhan kebutuhan biologis dan adaptasi lingkungan serta bagaimana mereka mengelolah stresor yang ada dengan tetap positif dalam menjalani kehidupan.

Hal tersebut jika tidak di atasi dengan baik dan di berikan solusi akan berdampak pada psikologis biarawati, di mana biarawati akan merasa depresi dalam

menjalankan kaulnya atau bahkan dapat melakukan tindakan yang dapat mengeluarkan mereka dari biara. Hal ini tentu berimbas pada penurunan kesehatan mental para biarawati. Penurunan kesehatan mental adalah munculnya berbagai reaksi psikologis yang ditandai dengan gangguan suasana hati, terganggunya kemampuan berpikir, yang pada akhirnya mengarahkan pada perilaku kurang adaptif (Kemenkes RI, 2018). Umumnya masalah kesehatan mental yang terjadi adalah stres, cemas, dan depresi seperti yang dialami oleh beberapa Biarawati dalam menjalankan kaulnya. Berbagai permasalahan dalam kesehatan mental termasuk dalam kondisi Kesejahteraan psikologis (Ryff, 1989).

Hardianti (2017) dalam penelitiannya mengenai makna hidup biarawati dizaman modern ditemukan beberapa biarawati yang terlena oleh kenikmatan duniawi sehingga membawa dampak negatif pada kualitas hidup berdo'a hal ini tentu saja dapat terjadi karena kurangnya kebebasan yang didapat dari biara sehingga tidak sedikit biarawati ketika mempunyai jabatan tertentu dan dipercaya memiliki alat elektronik dan mengenal media sosial menjadi terlena. Biarawati yang terlena dengan kenikmatan duniawi ini juga berdampak pada kesetiannya pada kaulnya, mereka mulai tidak menghayati kaulnya terutama kaul kemiskinan di mana beberapa biarawati diketahui terlalu sibuk dengan kepentingan pribadi dan mulai hidup materialistis. Dalam hal tersebut diketahui beberapa biarawati memutuskan untuk mengundurkan diri dari biara disebabkan hidup di luar biara dianggap lebih bebas, dan beberapa biarawati harus dikeluarkan dari biara karena dianggap memberikan dampak yang buruk terhadap biarawati yang lainnya. Selanjutnya hal yang sama juga ditemukan dalam penelitian yang dilakukan oleh Fransisca, F.P (2015) di mana banyak ditemukan kasus biarawati yang keluar dari biara dengan berbagai permasalahan seperti penyelewengan, pola hidup yang berubah karena adanya penyalahgunaan fasilitas, persaingan intern antar biarawati dan juga konggresi serta pemenuhan kepentingan pribadi yang lebih dominan.

Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa dalam membiara banyak permasalahan yang dialami oleh para biarawati dalam menghayati kaul mereka, kehidupan yang sepenuhnya diatur oleh konggregasi tempat mereka tinggal membuat biarawati tidak memiliki kebebasan dalam melakukan sesuatu sesuai

dengan keinginan mereka, bahkan mereka tidak bebas dalam mengembangkan potensi yang mereka pilih disebabkan pekerjaan yang mereka dapatkan sering tidak sesuai dengan kemampuan yang mereka punya. Masalah dalam persaingan intern dalam biara tampak nya cukup banyak ditemukan dalam hidup membiara, ketidak sesuaian antara harapan dan gambaran dalam biara dengan kenyataan yang dialami oleh biarawati tampaknya membuat beberapa biarawati merasa kesulitan dalam menjalani pekerjaan sekaligus melayani Tuhan secara pribadi dan akhirnya depresi sehingga didapati bahwa tidak sedikit biarawati yang akhirnya memutuskan untuk keluar dari biara dan memilih untuk hidup sebagaimana orang-orang pada umumnya karena tidak mampu beradaptasi dengan lingkungannya dan tidak dapat mengontrol diri dari stres lingkungan tempat mereka tinggal dan bagi mereka yang mampu mengontrol diri akan tetap bertahan dalam segala kesulitan dengan fokus pada tujuan mereka sebagai biarawati (Suparno, 2010).

Ryff (1989) menjelaskan kesejahteraan psikologis merujuk pada perasaan seseorang mengenai aktivitas hidup sehari-hari yang dilakukan oleh individu yang memungkinkan muncul fluktuasi pikiran dan perasaan dimulai dari kondisi mental negatif sampai pada kondisi mental positif. Lebih lanjut Ryff (1995) mendefinisikan kesejahteraan psikologis sebagai hasil evaluasi atau penilaian seseorang terhadap dirinya yang merupakan evaluasi atas pengalaman-pengalaman hidup. Oleh sebab itu dalam konsep kesejahteraan psikologis terdapat kebutuhan dari individu untuk memiliki kondisi psikologis yang baik.

Pemahaman mengenai kesejahteraan psikologis bukan hanya sekadar pencapaian kebahagiaan (*happiness*), bukan hanya sekadar bebas dari indikator kesehatan mental yang negatif, seperti terbebas dari kecemasan, tercapainya kebahagiaan dan lain-lain. Namun ada hal yang lebih perlu untuk diperhatikan adalah bagaimana individu mampu menerima diri sendiri, memiliki hubungan positif dengan orang lain, bebas, mampu untuk memiliki rasa akan pertumbuhan dan perkembangan pribadi secara berkelanjutan (Ryff 1989).

Kesejahteraan psikologis pada dasarnya dimulai dari suatu konsep mengenai *eudaimonia*. *Eudaimonia* merupakan istilah dari bahasa Yunani kuno yang digunakan Aristoteles untuk merumuskan potensi tertinggi manusia.

Eudaimonia sendiri mencakup dua hal penting yaitu untuk dapat memahami diri sendiri dan menjadi diri yang sesungguhnya (Ryff, 2014). Menurut pandangan Aristoteles, *eudaimonia* bukan hanya diartikan sebagai suatu kebahagiaan sepenuhnya melainkan lebih pada pengembangan potensi diri. Konsep tersebut kemudian mengarahkan makna kesejahteraan psikologis pada perkembangan individu dan eksistensi individu lain dalam menghadapi tantangan kehidupan (Keyes, Shmotkin, & Ryff, 2002)

Ryff (1989) dan Singer (1966) memberikan gambaran orang yang memiliki kesejahteraan psikologis yang baik akan mampu merealisasikan potensi dirinya secara berkesinambungan, dapat menerima diri apa adanya, dapat menjalani hubungan yang hangat dengan orang lain, menjadi mandiri, mempunyai arti hidup, dan mampu mengontrol lingkungannya. Kesejahteraan psikologis perlu diperhatikan dalam hidup membiara agar biarawati dapat menghadapi dan menjalani tanggung jawabnya secara penuh serta mampu mengembangkan potensi yang dimiliki dengan baik (Joaquin, 2015). Dalam Ryff dan Singer (1996) berdasarkan penelitian longitudinal dijelaskan faktor-faktor yang memengaruhi kesejahteraan psikologis individu antara lain: a) Faktor demografis b) dukungan sosial c) *Locus of control* d) Evaluasi terhadap pengalaman hidup e) Religius f) *coping*. Selanjutnya kesejahteraan psikologis digambarkan melalui enam dimensi yang dikemukakan oleh Ryff (1989) yaitu, penerimaan diri, memiliki hubungan positif dengan orang lain, memiliki kemandirian, dapat mengendalikan lingkungan, memiliki tujuan hidup serta memiliki pertumbuhan kepribadian.

Aspek dalam Kesejahteraan psikologis salah satunya adalah hubungan positif dengan orang lain. Seseorang dengan Kesejahteraan psikologis yang tinggi akan mampu membangun hubungan yang hangat, berempati, dan menjalin persahabatan (Ryff, 1989). Hal ini bertolak belakang dengan situasi yang dialami oleh biarawati di mana mereka mengalami kesulitan dalam membangun hubungan yang hangat disebabkan sering terdapat persaingan antara para biarawati dalam biara. Hal lain yang menunjukkan kesejahteraan psikologis yang rendah pada biarawati adalah seseorang yang mudah mengeluh, dan menyalahkan keadaan, serta menyesali dirinya (Allport, 1970). Hasil penelitian oleh Eze (2015) mengenai

biarawati dikatakan bahwa beberapa Biarawati mengeluhkan pekerjaan yang lebih banyak menghabiskan waktunya dibandingkan berdo'a membuatnya merasa mempertanyakan keberadaannya sebagai biarawati, pekerjaan yang banyak membuatnya mengalami tekanan psikis dan merasa kurang menikmati perannya sebagai seorang biarawati.

Berdasarkan penjelasan mengenai situasi biarawati dapat disimpulkan bahwa mereka tidak sepenuhnya dapat menikmati peran mereka sebagai biarawati sesuai dengan apa yang mereka harapkan. Pekerjaan mereka sebatas menjalankan perintah yang telah ditetapkan oleh konggregasi sehingga biarawati merasa kurang maksimal dalam menghayati kaul, cenderung mudah patah semangat, dan aktualisasi diri menjadi terhambat disebabkan ketidakbebasan biarawati dalam bertindak untuk mengembangkan potensi yang dimiliki. Hal ini dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis biarawati rendah, karena biarawati kurang mengeksplor potensi diri, kurang dalam mencari informasi di luar karena tidak diperbolehkan menggunakan media sosial dan juga tidak bebas keluar masuk biara tanpa izin. Hal ini tentu berdampak pada peran biarawati yang tidak maksimal dalam bekerja sekaligus menghayati kaul mereka.

Untuk dapat mewujudkan kesejahteraan psikologis yang baik terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi, didasari penelitian Ryff dan Singer (dalam Synder, 2002) salah satunya yaitu, *Locus of control* di mana dalam kasus biarawati dalam biara mereka akan menghadapi banyak perubahan serta tantangan dalam memperoleh kebahagiaan berdasarkan pilihan yang diambil dengan penuh kesadaran untuk hidup membiara, dengan demikian mereka perlu melakukan suatu usaha agar mendapatkan konsekuensi sesuai dengan yang mereka harapkan. Dengan adanya kesadaran mereka akan termotivasi untuk menyesuaikan diri dengan lingkungan di mana mereka tinggal, dan menunjukkan sikap bahwa mereka dapat menyesuaikan diri dengan baik. Menurut Phares (dalam Asthiningsih, Marchira, & Sedyiwinarso, 2010) mengatakan bahwa respons individu terhadap situasi yang menekan bergantung pada kontrol terhadap situasi tersebut. Perilaku yang terkontrol oleh lokus pengendalian (*locus of control*) akan mengarahkan setiap individu untuk mencapai kesejahteraan secara psikologis. Salah satu atribut yang dapat digunakan

untuk mengontrol tuntutan dan tekanan sebagai seorang biarawati dalam meningkatkan kesejahteraan psikologis adalah *locus of control* yang ada pada diri setiap masing-masing individu.

Locus of control merupakan gambaran pada keyakinan seseorang mengenai sumber penentu perilakunya (Rotter, 1996). Menurut Rotter orang yang mempunyai *locus* internal cenderung memandang hubungan antara perbuatannya dengan penguat atau “*reinforcement*” yang di dapatkannya sebagai hubungan sebab akibat. Orang dengan *locus* internal merasa yakin bahwa dirinya memiliki kemampuan untuk mengendalikan penguat yang diterimanya, sedangkan orang-orang dengan *locus* eksternal memandang peristiwa-peristiwa yang terjadi baik ataupun buruk disebabkan oleh faktor-faktor kesempatan, keberuntungan, nasib, dan orang lain yang berkuasa serta kondisi yang mereka tidak sukai.

Menurut Robinson (1991), *locus of control* dapat memberikan gambaran mengenai kesejahteraan psikologis individu. Individu dengan *locus of control* internal cenderung memiliki tingkat kesejahteraan yang lebih tinggi dibandingkan individu dengan *locus of control* eksternal. Individu dengan *LOC* internal akan mencari informasi yang lebih banyak dibandingkan dengan *LOC* eksternal. Individu dengan dengan *LOC internal* akan lebih aktif, konstruktif dalam situasi yang frustrasi, lebih memberikan perhatian atas tindakan mereka dan lebih lama bertahan dalam tekanan sosial dan pengaruh lingkungan. Lefcourt (1991) juga menyatakan bahwa dimensi *locus of control* akan menjelaskan mengapa beberapa orang begitu aktif, ulet, dan bersedia mencoba untuk menyelesaikan beberapa keadaan sulit, sementara yang lainnya dengan emosi yang negatif (Robinson, 1991).

Menurut Spector (1982) keyakinan yang dimiliki mereka yang berorientasi *locus of control eksternal* menyebabkan mereka mengabaikan adanya hubungan antara hasil yang diperoleh dengan usaha yang dilakukan. Pernyataan Spector tersebut didukung dengan banyak ditemukannya orang-orang dengan kontrol eksternal dalam keadaan depresi, cemas, dan selain itu Phares (1976) juga menyebutkan bahwa individu dengan *locus of control* eksternal kurang dapat mencari informasi-informasi yang berkaitan dengan masalah yang dihadapi, kurang

dapat menyesuaikan diri, prestasi lebih rendah, tidak dapat mengontrol emosi, dan kurang percaya diri.

Zainul, & Rahayu (2011) dalam penelitiannya mengenai Hubungan antara orientasi religius, *locus of control* dan *psychological well-being* mahasiswa ditemukan analisis korelasi antara *psychological well-being* dengan *Locus of control* diperoleh $r_{xy} = 0,534$, $p=0,000$, hal ini menunjukkan semakin internal *locus of control* seseorang, maka semakin tinggi pula *psychological well-being* seseorang sebaliknya semakin eksternal *locus of control* seseorang semakin rendah *psychological well-being* seseorang. Berdasarkan pemaparan di atas dapat di simpulkan bahwa biarawati yang memiliki *locus of control internal* yang tinggi seharusnya dapat melalui situasi yang krisis dan juga memiliki kesejahteraan psikologis yang tinggi pula.

Setelah mengetahui bahwa kehidupan membiara sangatlah tidak mudah dengan berbagai permasalahan yang di dapati dalam biara, tidak dapat dipungkiri bahwa situasi tersebut menimbulkan banyak sekali pertanyaan seperti apakah biarawati dapat menghayati kaul yang diucapkan? Bagaimana biarawati dapat bertahan menghadapi tantangan dalam membiara? Apakah biarawati dapat merasakan *well being* dalam hidupnya? Pertanyaan tersebut sering muncul dan menjadi keprihatinan. Oleh karena itu penulis tertarik ingin mengetahui bagaimana pengaruh *locus of control* terhadap kesejahteraan psikologis pada Biarawati.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan hasil pemaparan di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

“Apakah ada pengaruh yang signifikan pada *Locus of control* dengan kesejahteraan psikologis pada biarawati?”

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh yang signifikan antara *Locus of control* dengan Kesejahteraan psikologis pada biarawati di Surabaya.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat dalam informasi dan data tambahan bagi ilmu psikologis, pada bidang agama, komunitas, dan sosial.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Gereja

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai kehidupan emosi biarawati. Biarawati memiliki peranan penting dalam gereja katolik, sehingga diharapkan pihak gereja dan biarawati semakin dapat menumbuhkan semangat penginjilan dan pelayanan dalam Gereja.

b. Bagi Konggregasi

Diharapkan dengan hasil penelitian ini menjadi bahan pertimbangan bagi konggregasi dalam mendampingi biarawati menjalani kaul kekalnya, dapat semakin menumbuhkan rasa cintanya pada Tuhan, serta dirinya sendiri agar tercipta kebahagiaan dan kesejahteraan dalam menjalani kaul kekalnya.

c. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran kepada masyarakat mengenai kehidupan biarawati. Masyarakat juga diharapkan dapat menerima dan memberikan dukungan secara moral bagi biarawati agar tetap setia pada kaulnya.

d. Bagi Biarawati dan calon Biarawati

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran kehidupan dalam biara sehingga calon biarawati dapat lebih mengetahui tugas-tugas sebagai biarawati dan merenungkan kembali keinginannya sebagai calon biarawati, sehingga ketika menjadi biarawati dapat menjalankan perannya dan menerima segala konsekuensi dengan senang hati. Untuk biarawati yang telah kaul kekal diharapkan penelitian ini dapat memberikan solusi mengenai permasalahan yang dihadapi agar tercipta kebahagiaan dan kesejahteraan dalam menjalani kaulnya.