

Bimbingan dan Konseling Kristen Ditengah Pandemi Covid-19

Hans Lura¹, Yonathan Mangolo², irene hendrika ramopoly³

Universitas Kristen Indonesia Toraja

Jl. Nusantara No. 12 Makale Tana Toraja

Korespondensi: hanslura@ukitoraja.ac.id

Received: 3 September 2022: Accepted: 11 September 2022

ABSTRAK

Program Kemitraan Masyarakat (PKM) bermitra dengan kelompok ibu-ibu PWGT (Persatuan wanita Gereja Toraja) Jemaat tallunglipu sebagai salah satu kelompok bentukan organisasi kewanitaan Gereja Toraja sebagai Mitra yang bergerak di bidang Kerohanian, dengan kegiatan dibidang Kerohanian dan bidang sosial kemasyarakatan. Tujuan dari PKM ini untuk menyelesaikan Permasalahan yang dihadapi PWGT berupa kecemasan yang dirasakan oleh anggota PWGT selama pandemi Covid-19. Solusi untuk menyelesaikan permasalahan yang dihadapi terkait tingkat kecemasan dalam masyarakat yakni mengadakan Bimbingan dan konseling rohani Agama Kristen. Bimbingan dan konseling rohani Agama Kristen ini merupakan salah satu strategi yang dimaksudkan untuk membekali anggota PWGT. Dengan adanya bimbingan dan konseling rohani kristen ini diharapkan akan menjadi motivasi serta penguatan mental bagi para anggota PWGT dalam menghadapi pandemic Covid 19 yang masih berlangsung. Metode dalam melaksanakan PKM ini adalah: (1) sosialisasi program dan penyuluhan dengan menghadirkan anggota PWGT sebagai Mitra dan Pengurus Jemaat; (2) identifikasi masalah peserta bimbingan dan (3) Konseling kristen. Adapun hasil atau Luaran mitra yang dihasilkan pada program ini adalah terciptanya penguatan mental dan spiritual berdasarkan nilai nilai kristiani bagi PWGT (Persekutuan Wanita Gereja Toraja) di jemaat Tallunglipu dalam menghadapi dampak Covid-19.

Kata Kunci : *Bimbingan Konseling, Rohani, Kristen, PWGT.*

A. PENDAHULUAN

Pandemi Covid-19 mulai menyebar di dunia sejak akhir tahun 2019 di Wuhan dan tiba di Indonesia pada akhir Februari 2020. Pada awalnya semua kegiatan tetap berlangsung seperti biasa. Namun persebaran virus yang terjadi secara massif membuat pemerintah mengeluarkan peraturan-peraturan untuk membatasi pergerakan masyarakat agar virus juga tidak terlalu cepat menyebar dan memakan korban. Kegiatan keagamaan dianggap merupakan salah satu penyebab terbesar penyebaran virus Covid-

19. Dalam berita-berita awal tentang penyebaran virus Covid, kegiatan keagamaan dianggap sebagai biang keladi persebaran virus Covid-19 ini.

Untuk itu, pemerintah dan Lembaga keagamaan juga mengeluarkan kebijakan untuk melakukan berbagai kegiatan keagamaan secara virtual. Namun tidak semua daerah dan masyarakat di seluruh Indonesia siap untuk menghadapi kebijakan ini dan banyak di antara kelompok masyarakat yang tidak melakukan kegiatan sama sekali selama masa pandemi ini. Salah satunya kelompok ibu-ibu PWGT (Persatuan wanita Gereja Toraja) Jemaat Tallunglipu sebagai salah satu kelompok bentukan organisasi kewanitaan Gereja Toraja sebagai Mitra yang bergerak di bidang Kerohanian, dengan kegiatan dibidang Kerohanian dan bidang sosial kemasyarakatan. PWGT Jemaat Tallunglipu ini berlokasi di Tallunglipu, Kecamatan Tallunglipu, Kabupaten Toraja Utara, Sulawesi Selatan dengan jumlah anggota 80 orang, kelompok ini berdiri sejak tanggal 11 November 2007. Kelompok PWGT Gereja Toraja Jemaat Tallunglipu ini dipilih sebagai lokasi pengabdian masyarakat karena selama masa pandemi COVID-19 tingkat kecemasan yang dirasakan oleh PWGT meningkat. Dan Tidak adanya pedoman berupa modul sebagai panduan instruksional dalam menghadapi kecemasan tersebut. Berdasarkan perbincangan ini, dibuatlah perencanaan bersama dengan PWGT setempat untuk melaksanakan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat. Pelaksanaan kegiatan PKM ini berlangsung sekitar 6 bulan (April 2022 – Oktober 2022). Tujuannya adalah (a) Terciptanya penguatan mental dan spiritual berdasarkan nilai-nilai kristiani bagi PWGT (Persekutuan Wanita Gereja Toraja) di jemaat Tallunglipu dalam menghadapi dampak Covid-19. (b) Tersedianya Modul yang berisi panduan untuk mengurangi risiko terjadinya kecemasan.

B. METODE

a. Mitra Sasaran

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bermitra dengan kelompok ibu-ibu PWGT (Persatuan Wanita Gereja Toraja) Jemaat Tallunglipu sebagai salah satu kelompok bentukan organisasi wanita Gereja Toraja sebagai Mitra yang bergerak di bidang Kerohanian dan bidang sosial kemasyarakatan. Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini dilaksanakan di Jemaat Tallunglipu yang berlokasi di Kabupaten Toraja Utara, Sulawesi Selatan. Jemaat Tallunglipu terletak kurang lebih 2 kilometer dari kota Rantepao, Kabupaten Toraja Utara, provinsi Sulawesi Selatan. Pelaksanaan kegiatan PKM ini berlangsung sekitar 6 bulan (April 2022 – Oktober 2022).

b. Tahapan Pelaksanaan Kegiatan

Tahapan untuk menyelesaikan masalah mitra akan dilaksanakan melalui langkah langkah sebagai berikut: (1) sosialisasi program dan penyuluhan dengan menghadirkan anggota PWGT sebagai Mitra dan Pengurus Jemaat; (2) mengidentifikasi masalah peserta bimbingan, dan (3) bimbingan dan Konseling kristen. Metode ini berupaya mempelajari suatu masalah untuk menemukan solusi dari masalah tersebut. Metode ini digunakan untuk mencapai pemahaman mendalam terhadap suatu persoalan sosial tertentu.

c. Sosialisasi

Pada tahapan sosialisasi, mitra sasaran yang dalam hal ini adalah anggota PWGT akan diberikan sosialisasi tentang pentingnya menjaga kestabilan psikologis pribadi sebagai upaya untuk membentengi diri dari efek-efek psikologis yang dapat ditimbulkan pandemi. Sosialisasi yang berorientasi pada aspek psikologi tersebut akan dipadukan dengan sosialisasi yang berorientasi pada aspek teologis (Patra, Kanungo, and Bawa 2020). Dari dua pendekatan yang ditawarkan, diharapkan anggota PWGT yang menjadi mitra sasaran dari PKM ini dapat menjadi lebih kebal terhadap efek-efek psikologis dari pandemi.



Gambar 1. Foto Kegiatan Sosialisasi dengan Mitra Sasaran

d. Mengidentifikasi Masalah Peserta Bimbingan

Pada tahapan ini Tim akan memaparkan materi yang terdapat pada modul bimbingan konseling yang dipadukan dengan ayat-ayat Alkitab. Fase ini diharapkan dapat merealisasikan teori-teori bimbingan konseling yang bersifat abstrak kedalam contoh nyata. Kegiatan ini sangat penting untuk dilakukan mengingat peserta PKM bukanlah individu yang memiliki latar-belakang bimbingan konseling. Kegiatan-

kegiatan pada fase ini diharapkan dapat memudahkan peserta dalam memahami serta mengidentifikasi masalah yang dihadapi oleh peserta tentang kecemasan dan gejala kecemasan yang dirasakan oleh Mitra Sasaran.

Langkah ini berupa usaha untuk melaksanakan bantuan ataupun bimbingan kepada seseorang yang bermasalah, sesuai dengan ketentuan yang telah dirumuskan. Usaha pemecahan ini dapat dilakukan dalam berbagai bentuk bantuan, antara lain layanan individual, layanan kelompok, dan pengajaran. Pada fase ini, pengusul pertama-tama akan melakukan identifikasi masalah kontekstual dan konkrit yang terjadi pada mitra sasaran dengan menerapkan pendekatan konseling. Fase identifikasi merupakan salah satu kunci keberhasilan dari PKM ini mengingat masing-masing individu merespon situasi secara unik dan berbeda. Olehnya, diperlukan identifikasi komprehensif terhadap masing-masing anggota PWGT (*one-by-one counselling*) sebagai mitra sasaran pada PKM ini.

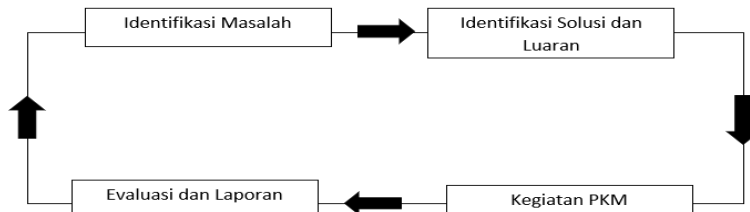


Gambar 2. Foto Kegiatan yang memaparkan materi bimbingan dan konseling kepada mitra sasaran

e. Bimbingan dan Konseling Kristen

Setelah mengetahui secara detail tentang masalah kontekstual yang dialami peserta pada mitra sasaran, selanjutnya akan dilakukan pelatihan berorientasi bimbingan konseling yang menargetkan penurunan tingkat kecemasan anggota mitra sasaran. Dalam pelaksanaannya, pelatihan akan dilakukan berdasarkan konseling yang dipadu-padankan dengan ayat-ayat Alkitab yang relevan dengan masalah yang dihadapi oleh peserta mitra sasaran.

Selama kegiatan PKM berlangsung, masing-masing tim mengambil tanggung jawab sesuai dengan yang telah disepakati. Para tenaga ahli melakukan Pelatihan sementara mahasiswa melakukan pendampingan dalam Simulasi.



Gambar 3. Metode yang digunakan Jemaat Tallunglipu

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

(Endriyani, Damanik, and Pastari 2021) menyatakan bahwa Pandemi COVID-19 telah menimbulkan dampak yang luas bagi seluruh masyarakat. Pandemi COVID-19 merupakan bencana non alam yang dapat memberikan dampak pada kondisi kesehatan jiwa dan psikososial setiap orang (Alini and Meisyalla 2021). Meningkatnya angka kejadian masyarakat terpapar dan terkonfirmasi corona virus membuat semua orang merasakan kecemasan, takut, khawatir, dan stress. Kondisi ini dapat menurunkan kesehatan secara fisik, psikososial, dan mental. Berbagai upaya telah dilakukan guna menjaga kesehatan di kalangan masyarakat.

Kesehatan mental masyarakat perlu diperhatikan terkait dengan proses kehidupan yang dihadapi selama masa pandemi. Setiap individu memiliki proses adaptasi yang berbeda-beda terhadap suatu perubahan, tergantung dinamika psikologi yang dimiliki. Kesehatan mental dalam hal ini sangat berperan penting sebagai dasar membangun energi positif untuk beradaptasi dengan berbagai perubahan situasi dan kondisi (Tari, Mahaardhika, and Giri 2021).

Respon masyarakat dalam menyikapi pandemi Covid 19 adalah mereka merasakan ketegangan, kecemasan, dan kepanikan. Gejala kecemasan yang muncul dari dampak kondisi pandemi ini juga dapat menyebabkan stres berlebihan yang dapat mengganggu fungsi sosial seseorang dalam menjalani aktivitasnya sehari-hari bahkan akan menghambat produktif masyarakat. Kecemasan yang dirasakan akan dapat teratasi bila ada upaya yang dilakukan secara optimal dan efektif. Oleh karena itulah diperlukan suatu teknik atau metode untuk mengatasi kecemasan yang terjadi pada masyarakat.

Timbulnya perasaan cemas di masa pandemi covid-19 yang berupa kekhawatiran terhadap masa mendatang, dan biasanya disertai dengan gejala fisik seperti gugup, tegang, berusaha menghindari, berdebar-debar, dan berkeringat atas ancaman tertular covid-19 ataupun resiko kegagalan usaha serta kerugian secara moril dan materiil di masa pandemi

covid-19 (Endriyani, Damanik, and Pastari 2021). Oleh karena itu, pemberian layanan bimbingan dan konseling di masa pandemi Covid 19 sangat dibutuhkan oleh masyarakat.

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pentingnya menjaga kestabilan psikologis pribadi sebagai upaya untuk membentengi diri dari efek-efek psikologis yang dapat ditimbulkan oleh pandemi Covid 19 , yang dilakukan dengan memaparkan materi yang terdapat pada modul bimbingan konseling yang dipadukan dengan ayat-ayat Alkitab. Pemaparan materi kepada mitra sasaran sangatlah penting untuk memberikan pemahaman yang lebih baik kepada mereka mengenai pentingnya menjaga kesehatan psikologis karena sebagian besar mitra sasaran tidak memiliki latar belakang dalam mempelajari bimbingan dan konseling (Sari 2020).

Kelompok PWGT Gereja Toraja Jemaat Tallunglipu ini dipilih sebagai lokasi pengabdian masyarakat karena selama masa pandemi COVID-19 tingkat kecemasan yang dirasakan oleh PWGT meningkat. Hal ini dikarenakan tidak adanya pedoman berupa modul sebagai panduan instruksional dalam menghadapi kecemasan tersebut. Berdasarkan perbincangan ini, dibuatlah perencanaan bersama dengan PWGT setempat untuk melaksanakan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat.

Tim Pelaksana PKM memberikan bantuan serta bimbingan kepada masyarakat yang bermasalah, sesuai dengan ketentuan yang telah dirumuskan. Usaha pemecahan ini dapat dilakukan dalam berbagai bentuk bantuan, antara lain layanan individual, layanan kelompok, dan pengajaran. Pertama-tama Tim Pelaksana mengidentifikasi setiap masalah yang dialami oleh mitra sasaran kemudian melakukan beberapa kajian untuk menemukan solusi yang tepat dalam mengatasi permasalahan tersebut.

Setelah mengetahui secara detail masalah yang dihadapi mitra sasaran dan menemukan solusi yang tepat, maka Tim Pelaksana akan memberikan layanan bimbingan dan konseling kepada masyarakat yang tentukan dipadu-padankan dengan ayat-ayat Alkitab yang relevan dengan masalah yang dihadapi oleh mitra sasaran.

D. SIMPULAN

Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) yang bermitra dengan kelompok ibu-ibu PWGT (Persatuan wanita Gereja Toraja) Jemaat tallunglipu sebagai salah satu kelompok bentukan organisasi kewanitaan Gereja Toraja sebagai Mitra yang bergerak di bidang Kerohanian, dengan kegiatan dibidang Kerohanian dan bidang sosial kemasyarakatan. Berdasarkan sosialisai program dan penyuluhan yang telah dilakukan diperoleh hasil sebagai berikut :

1. Dengan adanya bimbingan dan konseling rohani kristen, PWGT menjadi termotivasi dan kuat secara mental menghadapi pandemi covid-19 yang masih berlangsung.

2. Terciptanya penguatan mental dan spiritual berdasarkan nilai-nilai kristiani bagi PWGT (Persekutuan Wanita Gereja Toraja) di jemaat Tallunglipu dalam menghadapi dampak Covid-19.

E. DAFTAR PUSTAKA

- Alini, and Langen Nidhana Meisyalla. 2021. "PKM MANAJEMEN STRESS PADA PANDEMI COVID-19 DI DESA KUOK KECAMATAN KUOK | Community Development Journal : Jurnal Pengabdian Masyarakat." *Communnity Development Journal 2* (June). <http://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/cdj/article/view/1764>.
- Endriyani, Sri, Hanna Derita Lasmaria Damanik, and Marta Pastari. 2021. "UPAYA MENGATASI KECEMASAN MASYARAKAT DI MASA PANDEMI COVID-19" 5 (April).
- Patra, R. C, B. Kanungo, and P. Bawa. 2020. "Mental Health, Sleep Quality and Quality of Life in Individuals with and without Multiple Health Conditions during Home Quarantine in India Due to the COVID-19 Pandemic: A Cross-Sectional Study." <https://doi.org/10.12688/f1000research.24321.1>.
- Sari, Irda. 2020. "ANALISIS DAMPAK PANDEMI COVID- 19 TERHADAP KECEMASAN MASYARAKAT : LITERATURE REVIEW." *Bina Generasi : Jurnal Kesehatan* 12 (1): 69–76. <https://doi.org/10.35907/bgjk.v12i1.161>.
- Tari, I. Dewa Ayu Eka Purba Dharma, I. Made Mahaardhika, and Putu Agus Semara Putra Giri. 2021. "PKM. PSIKOEDUKASI KESEHATAN MENTAL PADA MASYARAKAT DI DESA WISATA PINGE." *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Widya Mahadi* 2 (1): 110–17.
- Al Dhaheeri, A. S., Bataineh, M. F., Mohamad, M. N., Ajab, A., Al Marzouqi, A., Jarrar, A. H., Habib-Mourad, C., Abu Jamous, D. O., Ali, H. I., Al Sabbah, H., Hasan, H., Stojanovska, L., Hashim, M., Abd Elhameed, O. A., Shaker Obaid, R. R., ElFeky, S., Saleh, S. T., Osaili, T. M., & Cheikh Ismail, L. (2021). Impact of COVID-19 on mental health and quality of life: Is there any effect? A cross-sectional study of the MENA region. *PLOS ONE*, 16(3), e0249107. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0249107>
- Tee ML, Tee CA, Anlacan JP, Aligam KJG, Reyes PWC, Kuruchittham V, Ho RC. Psychological impact of COVID-19 pandemic in the Philippines. *J Affect Disord*. 2020 Dec 1;277:379-391. doi: 10.1016/j.jad.2020.08.043. Epub 2020 Aug 24. PMID: 32861839; PMCID: PMC7444468.
- Tušl, M., Brauchli, R., Kerksieck, P., & Bauer, G. (2021). Impact of the COVID-19 crisis on



Jurnal Pengabdian Pada Masyarakat

Volume. 4, No. 1, Desember 2022

work and private life, mental well-being and self-rated health in German and Swiss employees: A cross-sectional study. <https://doi.org/10.21203/rs.3.rs-141755/v1>