

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut Hans Selye dalam bukunya *Hawari*, stres adalah respon tubuh yang sifatnya nonspesifik terhadap setiap tuntutan beban atasnya. Bila seseorang telah mengalami stres dan mengalami gangguan pada satu atau lebih organ tubuh, sehingga menyebabkan bersangkutan tidak lagi dapat menjelaskan fungsi pekerjaannya dengan baik, maka ia disebut distres. Pada gejala stres, gejala yang dikeluhkan penderita didominasi oleh keluhan-keluhan somatik (fisik), tetapi dapat pula disertai keluhan-keluhan psikis. Tidak semua bentuk stres mempunyai konotasi negatif, cukup banyak yang bersifat positif, hal tersebut dikatakan eustres.¹

Dalam pendekatan interaksionis menitikberatkan definisi stres dengan adanya transaksi antara tekanan dari luar dengan karakteristik individu, yang menentukan apakah tekanan tersebut menimbulkan stres atau tidak.² Jadi setiap individu memberikan respon yang berbeda-beda. Tekanan-tekanan yang menyebabkan stres tidak hanya dari lingkungan luar

¹Aat Sriati, *Tinjauan tentang Stres*, (Jatinagor: Fakultas Keperawatan, Universitas Padjadjaran, 2008), hal 27-28

²Triantoro Satria dan Nofrans Eka S., *Manajemen Emosi Sebuah Pandua Cerdas Bagaimana Mengelola Emosi Positif dalam Hidup Anda*, (Jakarta: PT. Bumi Aksara, 2009), hal. 27

seperti teman, lingkungan kerja, lingkungan di sekitar rumah, tetapi juga disebabkan oleh kondisi fisik maupun psikis seseorang.

Menurut Powell dalam Julianti Widury setiap individu yang hidup di dunia tidak pernah terlepas dari stres. Setiap hari dan setiap saat, selalu saja ada kejadian yang membuat kita merasakan stres. Adanya tuntutan yang berlebihan dari orang lain terhadap diri kita, dapat membuat kita merasa pusing atau sakit kepala. Kemacetan lalu lintas, ketinggalan bis, dan mobil yang mesinnya tidak mau menyala membuat kita merasa tekanan darah kita naik dan menjadi mudah marah. Semua gejala-gejala tersebut merupakan gejala yang menandakan bahwa diri kita telah atau sedang mengalami stres.³

Sehingga stres dapat dialami oleh setiap individu karena tidak pernah terlepas dari berbagai peristiwa. Termasuk anggota penghayat Aliran Kapribaden yang merupakan kelompok minoritas di dalam lingkungan. Penghayat Kapribaden mendapat perlakuan diskriminasi dari masyarakat yang mempunyai dampak terhadap psikologis mereka.

Aliran kebatinan yang ada di Indonesia banyak tersebar di berbagai daerah. Salah satu di antaranya yaitu paguyuban Kapribaden adalah nama organisasi penghayat kepercayaan terhadap Tuhan Yang Maha Esa, yang diberi nama “Kapribaden”. Penghayat sendiri disebut “*laku kasampurnan manunggal kinantenan sarwo mijil*” yang artinya *laku* menuju

³Fitri Fausiah dan Julianti Widuri, *Psikologi Abnormal Klinis Dewasa*, (Jakarta: UI Press, 2008), hal. 9

kesempurnaan, yaitu *lakunya* hidup yang diikuti oleh raganya, menuju hidup yang menghidupi alam semesta ini Tuhan Yang Maha Esa⁴

Fakta mengenai keadaan penghayat Jawa Timur, dan penghayat di Indonesia pada umumnya, dapat diulas dari adanya: (1) data jumlah organisasi dan jumlah penghayat, dan (2) kekuatan, kelemahan, peluang, dan ancaman pada penghayat. Data dari Direktorat Jenderal Nilai Budaya, Seni, dan Film, Departemen Kebudayaan dan Pariwisata, jumlah organisasi dan penghayat di Indonesia adalah: organisasi pusat 244, organisasi cabang 954, penghayat 9.981.315; sedangkan jumlah organisasi dan penghayat di Provinsi Jawa Timur adalah: organisasi pusat 64, organisasi cabang 307, penghayat 8.782.946.⁵

Pada tahun 1959 dewan musyawarah BKKI (Badan Kongres Kebatinan Indonesia) mengajukan permohonan pada pemerintah agar aliran kepercayaan dapat disejajarkan dengan agama-agama lain di bidang hukum, akan tetapi berhubung banyak diantara aliran kepercayaan yang menimbulkan keresahan masyarakat, terutama penodaan terhadap agama yang resmi diakui pemerintah. Maka pada tahun 1965 aliran-aliran tersebut dinyatakan terlarang oleh Kejaksaan Agung, sehingga tahun 1971 terdapat aliran kepercayaan kebatinan yang dilarang. Tetapi pada masalah

⁴Wahjono GS Wirjoharjo, *Penyajian Pemaparan Budaya Spiritual, Proyek Inventarisasi Terhadap Tuhan yang Maha Esa*, (Jakarta: Direktorat Pembinaan Penghayat Kepercayaan Terhadap Tuhan yang Maha Esa Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, 1998), hal. 4

⁵Nurchahyo Tri Arianto, *Potensi dan Peran Serta Penghayat Kepercayaan terhadap Tuhan YME dalam Pembangunan Budaya Bangsa: Fakta dan Harapan*, www.unair.ac.id/f_34835 diakses pada 14 Januari 2016 pukul 15.30 WIB

selanjutnya, setelah sidang umum MPR 1978 yang memandang perlunya usaha kompromi politis untuk menghilangkan keraguan masyarakat dan untuk memperjelas mana ajaran aliran kepercayaan, mana yang agama dan demi menggalang persatuan dan kesatuan bangsa, maka pemerintah melalui sidang umum MPR memberikan kejelasan tentang ketetapan MPR no. IV/MPR/1978.⁶

Hal itulah yang hingga kini aliran kepercayaan berkembang pesat di kalangan masyarakat dan berkembang subur di bumi Indonesia. Seperti halnya aliran kepercayaan kapribaden, yang saat ini berkembang di kalangan masyarakat⁷. Aliran kebatinan di Indonesia sampai saat ini masih tetap ada walaupun banyak kendala dan menerima banyak kritikan serta sorotan tajam oleh pihak yang kurang setuju.

Dalam Koran Kompas, Kamis 10 April 2003, Halaman 7, ada pernyataan bahwa umat agama aliran kejawen yang merasa dilecehkan dan dianggap seolah bukan warga Negara Indonesia. Untuk itu Masyarakat Peduli Hak Sipil dan Budaya bersama puluhan aktivis penghayat Kepercayaan Kepada Tuhan Yang Maha Esa (YME), Rabu 9 April 2003 telah mengadu ke Komisi Nasional Hak Asasi Manusia. Mereka diterima Wakil ketua Komnas HAM Salahudin Wahid. Dalam pernyataan tertulis yang dibacakan wakil mereka Dewi Kanti, disebutkan bahwa para

⁶Moch. Syafi'udin, Skripsi: *Konsepsi Manusia menurut Penghayat Kapribaden*, (Surabaya: Fakultas Ushuluddin IAIN Sunan Ampel, 1996), hal. 2

⁷Moh. Soehadha, *Orang Jawa Memaknai Agama*, (Yogyakarta: Kreasi Wacana, 2008), hal.

penghayat bukan hanya menghadapi sejumlah piranti hukum, yang melecehkan hak sipil dan budaya, tetapi juga menghadapi pejabat Negara yang menganggap para penghayat seolah bukan sebagai WNI. Sejak lahir para penghayat berhadapan dengan tindakan diskriminatif. Anak-anak pasangan penghayat tidak bisa mendapat surat kenal lahir atau akta kelahiran, dengan alasan pernikahan mereka dianggap tidak sah. Para penghayat juga kesulitan mendapatkan kartu tanda penduduk (KTP), karena tidak mau mengisi kolom agama yang resmi diakui negara.⁸

Meskipun aliran kebatinan sudah mendapat pengakuan dari negara, namun hal ini tidak menjadikan sebagian masyarakat untuk mengakui aliran tersebut. Sebagian masyarakat masih berpendapat bahwa aliran kebatinan merupakan aliran yang sesat. Hal ini menjadikan penghayat aliran kebatinan mendapat tekanan sosial dari masyarakat lingkungannya. Akibat dari perlakuan masyarakat terhadap penghayat aliran kapribaden menimbulkan dampak psikologis yang menjadi salah satu penyebab stres. Seperti pemaparan ketua Penghayat Kapribaden, YL salah satu penghayat yang mengungkapkan sampai saat ini masih ada salah satu warga anggota Penghayat Kapribaden yang bercerita adanya perlakuan kurang baik dari masyarakat.⁹

⁸James Danandjaja, *Diskriminasi terhadap Minoritas*, www.lfip.org diakses pada 14 Januari 2015 pukul 16.05 WIB

⁹Hasil wawancara dengan ketua Penghayat Kapribaden pada tanggal 07 Januari 2016 pukul 19.05

Berdasarkan hasil wawancara yang telah penulis lakukan sebelum pelaksanaan penelitian ini pada tanggal 11 Januari 2016 pada pukul 17.10 WIB, subyek tinggal di Dusun Kalianyar Desa Ngunggahan yang merupakan salah satu anggota Penghayat Kapribaden di Kabupaten Tulungagung. Menurut pemaparan subyek PR yang merupakan anggota yang masih aktif dan menjabat sebagai sekretaris dalam organisasi Penghayat Kapribaden bahwa dahulunya banyak anggota Penghayat Kapribaden di Dusun Kalianyar, namun sekarang yang masih aktif dalam organisasi tinggal sedikit hanya sekitar tujuh kepala keluarga saja. Anggota Penghayat Kapribaden banyak yang pasif, memilih mempercayai alirannya sendiri tanpa dipublikasikan dan mengikuti warga lingkungan sekitarnya. Hal ini disebabkan anggota penghayat takut dikucilkan oleh masyarakat, karena dari dulu sejak munculnya aliran kapribaden dianggap sesat oleh warga sekitar. Keadaan sekarang sudah mulai berkurang apabila dibandingkan dengan dahulu, masyarakat mulai menerima anggota Penghayat Kapribaden. Namun, masih terdapat tokoh masyarakat yang masih menganggap sesat dan memberi sekat seperti tidak datang apabila di undang selamatan oleh warga Penghayat Kapribaden.¹⁰

Permasalahan-permasalahan yang dihadapi penghayat Kapribaden memerlukan pemecahan sebagai upaya untuk menyesuaikan diri atau beradaptasi terhadap masalah dan tekanan yang menimpa mereka. Konsep

¹⁰Hasil wawancara subyek dengan anggota Penghayat Kapribaden di Dusun Kalianyar pada tanggal 11 Januari 2016 pukul 16.20

untuk memecahkan permasalahan ini disebut dengan *coping*. *Coping* dilakukan untuk menyeimbangkan emosi individu dalam situasi yang penuh tekanan. Sedangkan menurut folkman,¹¹ pengelolaan stres yang disebut dengan istilah *coping* adalah proses mengelola tuntutan (internal maupun eksternal) yang ditaksir sebagai beban karena diluar kemampuan individu. Ada dua tipe *coping* yang biasanya dapat menurunkan stres, yaitu *problem focused coping* dan *emotional focused coping*. Individu yang menggunakan *problem focused coping* biasanya langsung mengambil tindakan untuk memecahkan masalah atau mencari informasi yang berguna untuk membantu pemecahan masalah. Sedangkan individu dengan *emotional focused coping* lebih menekankan pada usaha untuk menurunkan emosi negatif yang dirasakan ketika menghadapi masalah atau tekanan.¹²

Usaha yang dilakukan individu menghadapi (*coping*) terhadap situasi yang menekan merupakan cara yang digunakan sehari-hari dalam menangani masalah. Sedangkan keberadaan dan kualitas individu yang dapat memberikan dukungan sosial merupakan kemampuan yang dimiliki individu. Kemampuan ini didapatkan dari pengalaman dan kemampuan belajar dari ilmu yang didapatkan.

Alasan peneliti mengambil tempat penelitian di Dusun Kalianyar, Desa Ngunggung Kecamatan Bandung karena adanya diskriminasi yang dilakukan masyarakat terhadap penghayat Kapribaden yang merupakan

¹¹Safaria dan Saputra, *Managemen Emosi*, (Jakarta: PT Bumi Aksara, 2009), hal. 20

¹²Triantoro Safaria dan Nofrans Eka Saputra, *Manajemen ...*, hal. 103

aliran kejawen yang berdasarkan catatan keanggotaan anggota aliran ini masih minoritas. Berdasarkan hal tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti bagaimana cara penghayat Kapribaden dalam mengatasi permasalahan sehingga peneliti mengambil judul “Koping Stres Penghayat Kapribaden dalam Menghadapi Diskriminasi (Studi Kasus di Dusun Kalianyar, Desa Ngunggahan Kecamatan Bandung Kabupaten Tulungagung)”.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, fokus pada penelitian ini adalah:

1. Bagaimana bentuk-bentuk diskriminasi pada penghayat Kapribaden di dusun Kalianyar?
2. Bagaimana strategi koping stres pada penghayat Kapribaden di dusun Kalianyar?
3. Bagaimana dampak psikologis yang ditimbulkan pada penghayat Kapribaden di dusun Kalianyar?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini memiliki beberapa tujuan. Tujuan tersebut adalah:

1. Untuk mengetahui bentuk-bentuk diskriminasi pada penghayat Kapribaden di dusun Kalianyar.
2. Untuk mengetahui strategi koping stres pada penghayat Kapribaden di dusun Kalianyar

3. Untuk mengetahui dampak psikologis yang ditimbulkan pada penghayat Kapribaden di dusun Kalianyar.

D. Kegunaan Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah:

- a. Dapat memberikan sumbangan teoritis bagi disiplin ilmu psikologi, khususnya psikologi sosial, mengenai koping stres penganut aliran minoritas. Selain itu, penelitian ini juga bermanfaat untuk psikologi kesehatan mental, karena penganut aliran minoritas mengalami bentuk-bentuk diskriminasi yang menyangkut psikologis dan apabila tidak segera diselesaikan bisa menjadi permasalahan kesehatan mental.
- b. Dapat memberikan sumbangan pengetahuan bagi peneliti lain yang ingin mengadakan penelitian-penelitian lanjutan mengenai koping stres penghayat aliran minoritas yang mendapat diskriminasi.

2. Manfaat praktis

Manfaat praktis dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Dapat dijadikan sebagai masukan pada penghayat aliran minoritas dalam menghadapi diskriminasi sosial.
- b. Memberikan informasi kepada masyarakat tentang permasalahan koping stres penghayat aliran kapribaden dalam menghadapi diskriminasi sosial.

- c. Membantu peneliti untuk menambah pengalaman dan memberikan peluang yang cukup besar untuk mengaplikasikan teori yang sudah didapatkan di bangku kuliah ke dalam kehidupan masyarakat, sehingga peneliti bisa merasakan manfaat dari ilmu yang sudah didapatkan.

E. Penegasan Istilah

Adapun definisi istilah dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Koping Stres

Stres dapat diartikan sebagai suatu kejadian, baik internal maupun eksternal yang melebihi kemampuan individu untuk beradaptasi. Stres ada yang bersifat positif dan ada pula yang negatif. Sebelum suatu kejadian dapat dikatakan *stressor* atau sumber stres, terlebih dahulu ada proses penilaian dari individu yang mengalami kejadian itu. Setelah individu mengalami stres oleh sebuah *stressor*. Dia akan melakukan reaksi-reaksi untuk menghadapi *stressor* tersebut. Reaksi-reaksi tersebut dinamakan *coping* stres.¹³ Koping stres digunakan individu dalam menyelesaikan masalah, mengatasi perubahan yang terjadi dan situasi yang mengancam baik secara kognitif maupun perilaku.

Sedangkan yang dimaksud koping stres dalam penelitian ini adalah cara penghayat Aliran Kapribaden baik secara kognitif maupun perilaku

¹³Triantoro Satria dan Nofrans Eka S., *Manajemen Emosi...*, hal. 27

dalam menghadapi diskriminasi sosial dari sebagian besar masyarakat yang menganggap Aliran Kapribaden adalah sesat.

2. Aliran kapribaden

Kapribaden merupakan sebuah *laku* spiritual dengan memulai mengenal diri sendiri sebagai manusia, tujuannya dengan mengenal diri sendiri lebih dulu baru kita akan mengenal Tuhan Yang Maha Esa.¹⁴ Dalam ajaran Kapribaden bahwa *urip* (sukma sejati, nyawa atau roh) merupakan asal usul Ilahi dan tujuan akhir manusia adalah kembali kepada hakikatnya yang semula yaitu *manunggal* (bersatu) dengan Tuhan.

3. Diskriminasi

Diskriminasi adalah perbedaan perlakuan yang tidak adil dan tidak seimbang yang dilakukan untuk membedakan terhadap peorangan, atau kelompok berdasarkan atribut khas seperti ras, kesukubangsaan, agama, atau keanggotaan kelas-kelas sosial.¹⁵

F. Sistematika Penulisan Skripsi

Untuk mempermudah pemahaman dalam pembahasan skripsi dengan judul “Koping Stres Penghayat Kapribaden dalam Menghadapi

¹⁴Wahjono GS Wirjoharjo, *Penyajian Pemaparan Budaya Spiritual, Proyek Inventarisasi terhadap Tuhan Yang Maha Esa*, (Jakarta: Direktorat Pembinaan Penghayat Kepercayaan Terhadap Tuhan yang Maha Esa Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, 1998), hal. 2

¹⁵Fulthoni, et. all., *Memahami Diskriminasi untuk Memahami Kebebasan Beragama*. (Jakarta: The Indonesian Legal Resource Center (ILRC), 2009), hal. 3

Diskriminasi di Dusun Kalianyar, Bandung Tulungagung”, maka peneliti memandang perlu untuk mengemukakan sistematika penelitian. Penelitian ini terbagi menjadi tiga bagian, yang mana sebagai berikut:

Bagian awal, terdiri dari: halaman sampul depan, halaman judul, halaman persetujuan, halaman pengesahan, moto, persembahan, kata pengantar, daftar isi, daftar gambar, daftar lampiran, transliterasi dan abstrak.

Bagian utama (inti), terdiri dari:

Pertama, pendahuluan, terdiri dari: (a) Latar Belakang Masalah, (b) Fokus Penelitian, (c) Tujuan Penelitian, (d) Kegunaan Hasil Penelitian, (e) Penegasan Istilah, (f) Sistematika Penulisan Skripsi.

Kedua, kajian Pustaka, terdiri dari: (a) Kajian tentang *Coping Stress*, (b) Kajian tentang ajaran Kapribaden, (c) Kajian tentang Diskriminasi, (d) Hasil Penelitian Terdahulu,

Ketiga, metode penelitian, terdiri dari: (a) Pendekatan dan Jenis Penelitian, (b) Lokasi Penelitian, (c) Kehadiran Peneliti, (d) Data dan Sumber Data, (e) Teknik Pengumpulan Data, (f) Teknik Analisis Data, (g) Pengecekan Keabsahan Temuan, (h) Tahap-tahap Penelitian.

Keempat, paparan hasil penelitian, terdiri dari: (a) Paparan Data, (b) Temuan Penelitian.

Kelima, pembahasan.

Keenam, penutup, terdiri dari: (a) Kesimpulan, (b) Saran.

Bagian akhir, terdiri dari: (a) Daftar Rujukan, (b) Lampiran-lampiran, (c) Surat Pernyataan Keaslian Tulisan, (d) Daftar Riwayat Hidup.