

BAB V

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dengan pendekatan kualitatif fenomenologi terhadap enam orang tenaga layanan di UPTD Perlindungan Perempuan dan Anak Provinsi Sulawesi Utara, dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis mereka sangat dipengaruhi oleh dua hal utama, yaitu: stres kerja akibat paparan kasus-kasus kekerasan, dan peran nilai-nilai spiritual yang tercermin dalam praktik ibadah sebagai bentuk implisit dari konseling pastoral. Kedua aspek ini saling berkaitan dan berdampak signifikan terhadap kondisi batiniah, emosi, serta makna hidup para tenaga layanan. Pertama, dampak stress

kerja akibat paparan kasus kekerasan sangat terasa dalam kehidupan psikologis para tenaga layanan. Mereka mengalami kelelahan psikis, gangguan tidur, *burnout*, dan trauma sekunder sebagai akibat dari keterlibatan intens dengan korban kekerasan, khususnya anak dan perempuan. Tekanan ini menyebabkan gangguan pada berbagai dimensi kesejahteraan psikologis seperti penerimaan diri, penguasaan lingkungan, hubungan sosial, serta tujuan dan makna hidup. Dalam jangka panjang, tekanan emosional ini tidak hanya mengganggu performa kerja, tetapi juga berisiko menurunkan kualitas kehidupan pribadi dan sosial para tenaga layanan. Stres yang dialami tidak

bersifat temporer, melainkan mengakar dan kompleks, karena menyentuh ranah emosional, kognitif, bahkan spiritual.

Kedua, meskipun tidak tersedia layanan konseling pastoral secara formal, para tenaga layanan menemukan pemulihan psikologis melalui nilai-nilai spiritual yang mereka jalani dalam ibadah rutin. Kegiatan ibadah yang dilakukan setiap hari Kamis telah memberikan dampak positif berupa ketenangan batin, semangat baru, serta ruang refleksi untuk memaknai kembali tugas pelayanan mereka. Praktik spiritual ini menjadi mekanisme penyembuhan batin yang penting, yang membantu mengurangi kecemasan, memperkuat harapan, dan menghidupkan kembali kesadaran akan tujuan hidup. Ibadah menjadi ruang penguatan yang menggantikan absennya layanan pendampingan formal, dan secara tidak langsung telah menjalankan sebagian fungsi dari konseling pastoral sebagaimana dijelaskan dalam teori Benner dan Gerkin.

Selain itu, para tenaga layanan juga menyuarakan harapan besar agar tersedia pendampingan spiritual yang terstruktur dalam bentuk konseling pastoral profesional. Hal ini menunjukkan bahwa spiritualitas bukan hanya pelengkap dalam kesejahteraan psikologis, tetapi merupakan bagian yang esensial dan menyatu dalam kehidupan mereka sebagai pelayan masyarakat.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa kesejahteraan psikologis tenaga layanan di UPTD PPA sangat dipengaruhi oleh keseimbangan antara beban emosional dari tugas mereka dan keberadaan ruang pemulihan yang bersifat spiritual. Integrasi antara pendekatan psikologis dan pastoral sangat

penting untuk menciptakan dukungan yang utuh, menyeluruh, dan berkelanjutan bagi para tenaga layanan yang setiap hari berhadapan dengan penderitaan manusia.

B. Saran

Berdasarkan temuan dan pembahasan dalam penelitian ini, berikut beberapa saran yang dapat dikemukakan agar hasil penelitian ini berdampak nyata secara praktis dan akademis:

1. Bagi Lembaga UPTD PPA Provinsi Sulawesi Utara

Penelitian ini memberikan rekomendasi strategis agar lembaga mengembangkan layanan pendukung psikologis dan spiritual secara sistematis bagi tenaga layanan. Kebijakan yang dapat dilakukan antara lain pelatihan internal, penyediaan ruang pemulihan emosional, serta integrasi praktik konseling pastoral yang mendukung keseimbangan mental dan spiritual tenaga kerja.

2. Bagi Dinas Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (DP3A)

Penelitian ini meningkatkan kesadaran institusional tentang pentingnya konseling pastoral dalam mendukung kesejahteraan tenaga layanan. DP3A dapat mengembangkan pendekatan kolaboratif dengan lembaga keagamaan dan praktisi pastoral dalam merancang program dukungan psikospiritual yang holistik.

3. Bagi Gereja dan Lembaga Keagamaan

Penelitian ini memberikan dasar untuk menerapkan praktik konseling

pastoral yang lebih kontekstual dalam pelayanan lintas bidang, khususnya dalam pemulihan trauma dan *burnout*. Lembaga keagamaan diharapkan semakin aktif menjawab kebutuhan spiritual tenaga layanan yang berada di garis depan pelayanan kemanusiaan.

4. Bagi IAKN Manado dan Institusi Pendidikan Teologi

Penelitian ini merupakan kontribusi ilmiah dalam pengembangan kurikulum konseling pastoral yang kontekstual dan aplikatif. IAKN Manado dapat memanfaatkan temuan ini sebagai acuan dalam menyusun materi ajar, pelatihan lapangan, dan pembinaan mahasiswa agar lebih peka terhadap isu-isu psikospiritual di masyarakat.

5. Bagi Praktisi Konseling Pastoral

Penelitian ini menyediakan model praktik konseling pastoral dan pendampingan spiritual berbasis data empiris. Praktisi dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai panduan untuk menyusun metode intervensi yang relevan dalam konteks gangguan kesejahteraan psikologis di bidang sosial dan kemanusiaan.

6. Bagi Tenaga Layanan dan Masyarakat Umum

Penelitian ini memberikan kesadaran akan pentingnya dukungan spiritual dan psikososial dalam menjaga kesehatan mental. Tenaga layanan diharapkan terbuka terhadap pendampingan rohani sebagai bagian dari perawatan diri, sementara masyarakat dapat lebih menghargai kompleksitas kerja kemanusiaan yang membutuhkan ketahanan psikospiritual.

7. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini memperluas referensi akademik di bidang konseling pastoral dan *psychological well-being*, serta memperkaya kajian tentang aspek psikospiritual dalam pelayanan sosial. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat melibatkan lebih banyak partisipan dari beragam latar belakang dan mengkaji efektivitas konseling pastoral dalam bentuk program terstruktur.

Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat menjadi kontribusi awal dalam memperkuat kesejahteraan psikologis tenaga layanan melalui pendekatan yang lebih holistik dan integratif antara psikologi dan spiritualitas.