

### Epilog

**T**iga tahun setelah pensiun. Kesibukanku tidak kalah bila dibandingkan ketika aku masih bekerja sebagai pegawai. Hanya jenis kegiatannya yang berbeda.

Setiap hari aku bangun jam 3 pagi, masih sama dengan ketika masih belum pensiun. Bedanya, bisa sholat malam dengan lebih khusuk dan sholat subuh berjamaah di masjid besar di samping alun alun. Sehabis sholat subuh di masjid, masih tersisa waktu untuk jalan jalan di pagi hari bersama istriku.

Mulai jam 8 pagi hingga sore hari, kesibukanku beralih ke kegiatan pemulihan gangguan jiwa. Sekolah Pemulihan Jiwa Tirto Jiwo kini sudah menginjak usia yang ketiga tahun. Keberadaannya sudah dikenal orang. 10 tempat tidur yang ada di asrama hampir selalu penuh, bahkan tidak jarang calon murid harus antri. Haya ada fasilitas bagi murid laki laki di asrama Tirto Jiwo. Murid perempuan biasanya ditipkan di rumah kost. Saat ini, sudah ada 6 rumah kost yang bergabung dengan Tirto Jiwo dengan kapasitas total sejumlah 17 tempat tidur. Bangunan bagi asrama murid perempuan di Tirto Jiwo masih dalam tahap perencanaan. Diperkirakan, 2 tahun kedepan asrama putri akan sudah bisa berfungsi.

Hari itu hari ke 25 di bulan puasa. Purworejo mulai kedatangan warganya yang merantau. Hari Raya Iedul Fitri memang sering dijadikan ajang reuni keluarga dan juga reuni alumni SMA Purworejo. Pagi itu aku kedatangan 3 orang temanku semasa di SMA, Anwar, Abdul dan Eko. Mereka kini sudah pensiun dan tinggal di Jakarta.

“Pak Bambang, saya tertarik dengan kegiatan sosial anda. Saya juga ingin ikut-ikutan, tapi kelihatannya tidak bisa di pemulihan gangguan jiwa” kata Pak Anwar.

Pak Anwar dulu jago matematika. Nilai ulangan matematikanya selalu tertinggi di kelas. Sayangnya, karena keterbatasan dana dari orang tuanya, dia tidak bisa langsung melanjutkan kuliah ke perguruan tinggi. Setamat SMA Pak Anwar

diterima bekerja di Kementrian Keuangan. Sambil bekerja Pak Anwar kuliah di jurusan akuntansi di sebuah universitas swasta di Jakarta. Sebelum pensiun, terakhir Pak Anwar menjabat sebagai salah satu kepala Sub Direktorat di Ditjen Anggaran. Aku kira, dari segi keuangan Pak Anwar sudah berkecukupan.

“Ya tidak apa apa. Banyak sekali ladang amal yang masih terbuka luas. Kira kira inginnya bergerak dibidang apa?”

“Belum ada yang pasti. Mungkin saya akan mendirikan kursus matematika untuk anak anak SMP dan SMA. Yang mampu harus bayar, yang tidak mampu gratis. Bisa juga bikin arisan sedekah. Saya akan ajak teman teman bikin arisan dimana uang hasil arisan disedekahkan kepada keluarga yang tidak mampu. Kalau sedekah sendiri sendiri kan jumlahnya terbatas. Bila ramai ramai, misalnya 10 orang, maka dana yang disedekahkan kan bisa cukup banyak” Jawab Pak Anwar.

“Kalau begitu dua-duanya saja. Bikin kursus matematika dan arisan sedekah” Kataku memberikan saran sekaligus tantangan. Dilihat dari sisi kemampuan keuangan maupun fisik, Pak Anwar mampu melakukan kedua hal tersebut. Pak Anwar mempunyai halaman rumah yang luas yang bisa disulap jadi tempat kursus.

“Saya mau bikin perpustakaan virtual saja Pak Bambang. Saya akan beli 5 komputer dan pasang internet. Kebetulan di sekitar rumah banyak keluarga tidak mampu, banyak yang tidak punya komputer. Saya akan ajari mereka memakai komputer dan memanfaatkan internet. Di internet banyak sekali bahan pelajaran matematika, bahasa Inggris dan pelajaran lainnya.” Kata Pak Eko.

Pak Eko juga langsung bekerja dan baru kuliah sambil bekerja. Dia bekerja di sebuah perusahaan yang bergerak di bidang perkapalan. Secara ekonomi kelihatan tetap mapan meskipun sudah beberapa tahun pensiun.

“Ide bagus Pak Eko. Insya Allah akan banyak manfaatnya dan juga membawa berkah bagi Pak Eko sekeluarga” kataku menanggapi ide Pak Eko.

“Saya sedekah tenaga saja Pak Bambang. Hidup saya pas-pasan. Beberapa bulan yang lalu saya mendapat informasi kalau ada seorang nenek tua, suaminya sudah meninggal, dan anak anaknya juga susah hidupnya. Tinggalnya tidak jauh dari rumah. Saya akan kerumahnya seminggu sekali atau dua kali, buat bantu memasak dan membersihkan rumahnya. Saya juga akan ajak teman teman yang mampu untuk memberi bantuan materiil kepada sang nenek. Moga moga, kalau saya meninggal terlebih dulu, istri saya tidak mengalami nasib seperti nenek tadi” kata Abdul.

“Betul Pak Abdul, kita kerja sosial memang untuk cari berkah. Insya Allah nasib istri istri dan anak anak sepeninggal kita, bisa lebih bagus dari pada nasib kita” kata Pak Eko.

Abdul juga langsung bekerja sebagai pegawai negeri Kementrian Tenaga Kerja di Jakarta setamat SMA. Hanya Abdul tidak pernah kuliah, sehingga karirnya di Kementrian Tenaga Kerja juga biasa biasa saja.

“Pak Abdul, saya kira itu ide bagus sekali. Kita sedekahkan apa yang kita punya. Insya Allah berkahnya tidak akan kalah dengan yang bersedekah materiil” kataku menanggapi ide Pak Abdul.

Aku sangat bersyukur beberapa temanku sudah tergerak mengikuti langkahku, mengisi pensiun mereka dengan kegiatan sosial. Masa pensiun adalah masa untuk mengembalikan semua karunia-Nya. Masa dimana kita masih diberi kesempatan untuk mengubah karunia-Nya tersebut untuk menjadi bekal bagi kehidupan di akherat.

Kegiatanku di Sekolah Pemulihan Jiwa Tirto Jiwo sudah berjalan dengan kecepatan tinggi. Sesuai dengan perkiraanku, sebagian besar murid Sekolah Pemulihan Jiwa Tirto Jiwo adalah keluarga penderita gangguan jiwa. Sudah lebih dari 1000 murid belajar di Sekolah Tirto Jiwo. Mereka ingin belajar cara membantu anggota keluarganya yang terkena gangguan jiwa. Alasan mereka sangat praktis, lebih mudah bagi mereka datang ke Tirto Jiwo dan belajar seluk beluk pemulihan gangguan jiwa, dibandingkan dengan membawa anggota keluarga yang sakit untuk

datang dan belajar di Tirto Jiwo. Waktu yang mereka perlukan akan lebih lama, biaya lebih besar dan juga lebih merepotkan.

Ada berbagai jenis kursus bagi keluarga penderita gangguan jiwa. Mereka memilih kursus sesuai kebutuhan masing masing. Sebagian murid yang telah berhasil membantu pemulihan anggota keluarganya kemudian bergabung menjadi relawan Tirto Jiwo. Mereka ingin membagikan kebahagiaan yang mereka dapatkan, karena anggota keluarganya bisa pulih dari gangguan jiwa, kepada keluarga lain yang membutuhkan bantuan.

Terapi keluarga juga terus berjalan. Selama 3 tahun, sudah ada 24 keluarga yang mendapatkan manfaatnya. Beberapa keluarga telah mendapat terapi keluarga secara penuh yang berlangsung selama 18 bulan. Sebagian dari mereka, kebanyakan keluarga yang relatif berpendidikan baik dan secara ekonomi tidak kekurangan, kemudian bergabung dan menjadi relawan Tirto Jiwo. Jumlah 24 keluarga tersebut belum termasuk keluarga yang mendapat terapi keluarga dari alumni Sekolah Tirto Jiwo yang sebagian besarnya masih berlangsung hingga sekarang. Mereka belum menyelesaikan ke seluruh 18 sesi seperti yang direncanakan.

Tentunya tidak semuanya selalu berjalan mulus. Bangunan gedung Tirto Jiwo memerlukan biaya yang tidak sedikit. Untuk pematangan tanah saja biaya yang dihabiskan lebih dari Rp 50 juta. Penyebabnya antara lain karena kenakalan perusahaan yang menangani pematangan tanah tersebut. Proses pembangunan gedung Tirto Jiwo memerlukan waktu lebih lama dari yang direncanakan.

Untungnya, Tirto Jiwo tidak pernah mengalami kerugian. Meskipun pemasukan dari para murid tidak pernah bisa menutup seluruh biaya operasional, selalu saja ada dermawan yang memberikan sumbangan sehingga biaya operasional selalu tercukupi. Beberapa dermawan juga memberikan sumbangan bagi pengembangan Tirto Jiwo, sebagian dalam bentuk tunai, sebagian dalam bentuk material. Peralatan belajar mengajar dan peralatan untuk telemedicine juga merupakan sumbangan dari para dermawan. Setiap bulan, pengelola membuat laporan keuangan dan diunggah di website Tirto Jiwo yang beralamat di [http://tirtojiwo.org/?page\\_id=249](http://tirtojiwo.org/?page_id=249)

Tiga tahun setelah pensiun, hari hariku masih tetap padat dengan berbagai acara. Semua kegiatan selalu kulakukan dengan semangat dan antusias. Namun semuanya itu kujalani dengan santai, tenang, tidak terburu-buru dan tanpa beban. Kupikir, inilah model kehidupan dimasa pensiun yang kuinginkan.

## Tentang penulis



Gunawan Setiadi lahir di Purworejo pada 27 Juli 1955. Laki laki yang sudah mulai beruban ini saat ini tinggal di New Delhi, India karena tuntutan pekerjaan.

Pendidikan akademisnya berawal dari Fakultas Kedokteran UGM dan lulus tahun 1980. Setelah bertugas selama 3 tahun sebagai dokter Inpres di Puskesmas Paloh Kalimantan Barat, ia kemudian pindah ke Pusdiklat, Kemenkes. Pada tahun 1986 dia mendapat beasiswa untuk melanjutkan kuliahnya di *Department of Health Policy and Administration, School of Public Health, University of North Carolina at Chapel Hill*, di Amerika Serikat dan meraih gelas *Master of Public Health* di tahun 1988. Sepulang dari Amerika, ia meniti karir di Kementerian Kesehatan hingga pensiun dini di tahun 2006. Ia kemudian bergabung dengan sebuah lembaga internasional yang bergerak di bidang kesehatan masyarakat.

Penulis aktif di kegiatan sosial dengan mendirikan Panti Asuhan Amanah di Komplek Perumahan Reni Jaya, Pamulang, Tangerang Selatan (telpon 021-7430-

711) dan Klinik Umiyah, sebuah klinik rawat inap medik dasar khusus dhuafa di desa Lugosobo, Purworejo. Informasi tentang Klinik Umiyah bisa diakses di website Klinik Umiyah di [www.klinik-umiyah.com](http://www.klinik-umiyah.com).

Saat ini penulis bersama teman dan adik adiknya, sedang merintis pendirian Sekolah Pemulihan Gangguan Jiwa Jiwa Tirto Jiwo. Informasi tentang Tirto Jiwo bisa diakses di website [www.tirtojiwo.org](http://www.tirtojiwo.org). Royalti hasil penerbitan buku ini sepenuhnya akan dipakai untuk membiayai kegiatan pemulihan gangguan jiwa di Indonesia..

Pembaca yang ingin berinteraksi atau memberi kritik dan saran kepada penulis silahkan menghubungi melalui email di [setiabudi55@yahoo.com](mailto:setiabudi55@yahoo.com).