

## Sekolah Tirto Jiwo

**K**antor Dinas Sosial Transmigrasi dan Tenaga Kerja (Dinsostranaker) Kabupaten Purworejo terletak di jalan ke arah Magelang. Bangunannya terlihat asri, bersih dan tertata rapi. Pagi itu, sekitar setahun sebelum pensiun, aku berkunjung ke kantor Dinsostransnaker. Di halaman depan kantor kulihat 3 mobil dinas terparkir berjajar di samping tempat parkir sepeda motor yang memenuhi tempat parkir. Sebagian besar pegawai negeri sipil di Purworejo memang hanya mampu membeli sepeda motor. Jarang yang mampu membeli kendaraan roda empat.

Pagi itu aku menghadap Ibu Tari, seorang pejabat yang menangani masalah kesejahteraan sosial. Ketika ketemu dengannya pagi itu, beliau memakai baju seragam dengan jilbab menutup rambutnya. Kutaksir, Ibu Tari masih berusia 40an tahun, jauh dibawah umurku. Kami berdiskusi tentang pemulihan gangguan jiwa dan konsep sekolah pemulihan jiwa.

“Pak Bambang, tolong dijelaskan secara sederhana, apa arti pemulihan dari gangguan jiwa itu? Menurut pengamatan saya, sangat sedikit penderita gangguan jiwa yang bisa kembali ke masyarakat. Setelah keluar dari RSJ, kebanyakan mereka tidak bisa bekerja dan menjadi tanggungan Dinas Sosial” Kata Bu Tari,

“Pulih dari gangguan jiwa artinya seseorang bisa kembali hidup produktif di masyarakat secara sosial ekonomi. Yang bersangkutan bisa lepas dari obat, atau mungkin juga masih harus minum obat. Bisa juga masih mempunyai gejala, seperti kadang kadang mendengar suara suara, namun yang bersangkutan bisa mengendalikannya. Gejala gangguan jiwa yang masih dipunyai tidak menganggunya untuk bekerja dan hidup di masyarakat” jawabku.

Bu Tari terlihat diam. Kelihatannya dia sedang mencerna penjelasanku. Kucoba memberinya penjelasan tambahan.

“Bu Tari, pulihnya seorang penderita gangguan jiwa itu seperti orang punya penyakit gula darah atau diabetes. Mereka tetap harus minum obat seumur hidupnya, kadang juga bisa kambuh sakitnya. Penderita tekanan darah tinggi juga kebanyakan harus minum obat seumur hidupnya. Begitu pula dengan penderita gangguan jiwa. Mereka bisa hidup produktif di masyarakat meskipun tetap minum obat setiap harinya.”

“OK, saya baru mengerti sekarang. Pak Bambang, sekarang ini ada banyak panti rehabilitasi jiwa, apa mereka juga bisa dikatakan memberikan pelayanan pemulihan gangguan jiwa? Saya amati, kebanyakan penghuni panti menjadi kronis dan tinggal disana seumur hidupnya” rupanya Bu Tari mulai tertarik dengan konsep pemulihan gangguan jiwa.

“Contoh kongkritnya seperti apa? biar jelas begitu lho Pak. Saya tidak suka kalau hanya permainan kata kata” Bu Tari melanjutkan.

Pertanyaan yang tajam dan mendasar. Aku mencoba menjelaskan semampuku. Aku sering merasa kesulitan ketika harus menjelaskan suatu konsep canggih dengan memakai bahasa sederhana.

“Kalau kita bawa seorang pasien ke dokter spesialis jiwa, terus ditanya apakah masih suka mendengar suara suara, kemudian diberi obat untuk menghilangkan atau menekan halusinasinya tersebut. Itu artinya, pendekatannya masih berorientasi pada menghilangkan gejala. Kegiatannya masih bersifat rehabilitasi. Di panti rehabilitasi pasien bersifat pasif, hanya menerima obat, dan fokusnya pada gejala penyakitnya. Pada pelayanan berorientasi pemulihan jiwa, maka pelayanan yang diberikan dititik beratkan pada menggali potensi penderita tersebut dan mengenalkannya dengan berbagai teknik untuk mengendalikan halusinasi. Disini sikap penderita tidak lagi pasif. Mereka harus bersikap aktif, yaitu mengupayakan agar dirinya bisa mengendalikan halusinasi, dengan memakai teknik yang telah dipelajari. Hanya saja, pada beberapa penderita, kadang kadang obat masih tetap diperlukan” jelasku.

“Perbedaan prinsip kedua, pada pelayanan berorientasi pada pemulihan, pemberi pelayanan tidak hanya para profesional, namun juga bekas penderita gangguan jiwa yang telah pulih dan dilatih untuk jadi pembimbing. Sebagai bekas penderita gangguan jiwa, mereka mempunyai empati yang tinggi karena mereka pernah merasakannya sendiri. Selain itu, mereka juga bisa menjadi contoh nyata bahwa penderita gangguan jiwa bisa pulih. Mereka bisa menjadi motivator yang efektif. Di Pusat pemulihan gangguan jiwa, semua komunikasi yang disampaikan harus mendorong tumbuhnya harapan bahwa hari depan para penderita akan lebih baik dibanding keadaan mereka sekarang. Tanpa adanya harapan yang tertanam dihati penderita, tidak akan ada pemulihan gangguan jiwa”

Di sebagian masyarakat Indonesia, penderita gangguan jiwa masih sering jadi bahan olok olok. Mereka diperlakukan sebagai setengah manusia setengah hewan. Perlakuan yang diterima penderita gangguan jiwa dari masyarakatnya sering membuat sakitnya semakin parah. Perlakuan masyarakat sering berlawanan dengan prinsip pemulihan gangguan jiwa. Di Tirto Jiwo, bekas penderita gangguan jiwa yang sudah lulus, akan ditarik jadi guru juga. Di Indonesia, hal ini benar benar suatu lompatan. Padahal, di Amerika dan Inggris, ide memanfaatkan bekas penderita sebagai motivator tersebut sudah diterapkan setidaknya sejak 5 tahun yang lalu.”

“Terima kasih Pak Bambang, cukup jelas. Saya kira nanti setelah melihat sendiri bentuk pelayanannya, pemahaman saya akan semakin baik. Pertanyaan terakhir Pak Bambang, apa maksudnya Sekolah Pemulihan Jiwa itu, apa bedanya dengan pusat pemulihan jiwa”

“Waduh, Bu Tari kok tanyanya yang sulit sulit. Begini Bu, pusat pemulihan jiwa fungsi utamanya adalah memberikan terapi pemulihan, sedangkan sekolah pemulihan jiwa fungsi utamanya adalah sekolah, tempat belajar. Di pusat pemulihan semua aktivitas diarahkan agar berfungsi penyembuhan, seperti terapi berkebun, terapi kerja. Di sekolah pemulihan jiwa aktivitasnya diarahkan untuk mengembangkan kemampuan, menjajaki kemungkinan dan mendukung murid mencapai tujuan hidupnya. Di Sekolah Pemulihan Jiwa muridnya tidak hanya para penderita gangguan jiwa, tapi juga anggota keluarga yang merawat dan siapa saja

yang tertarik dengan pemulihan gangguan jiwa. Hanya saja, di Tirto Jiwo, bagi murid yang menderita gangguan jiwa, akan ada bimbingan selama proses pemulihannya juga. Murid dibimbing agar bisa memahami pengalaman mereka ketika sedang mengalami gangguan jiwa. Mereka dididik agar mampu menerapkan berbagai ilmu dan ketrampilan yang didapatnya. Singkatnya, Sekolah Pemulihan Jiwa Tirto Jiwo adalah pusat pemulihan plus sekolah pemulihan” Kataku menjelaskan secara panjang lebar.

“Bu Tari, silahkan ketik *recovery college* di google. Kita bisa dapatkan informasi tentang sekolah pemulihan. Di Inggris, *recovery college* baru mulai ada setelah tahun 2011” kataku menambahkan..

“Wah, jadi sekolah pemulihan ini masih barang baru ya Pak? Moga moga tidak hanya musiman sifanya” kata Bu Tari

“Ha ha ha Bu Tari, jangan terlalu skeptis. Pemulihan gangguan jiwa itu bukan barang baru. Sebenarnya di Inggris, pada tahun 1883, John Thomas Perceval sudah menuliskan pengalamannya pulih dari gangguan jiwa. Hanya saja, konsep tentang sekolah pemulihan memang masih baru. Kita lihat saja apa konsep tersebut bisa diterapkan di Indonesia atau tidak. Saya mohon dukungan Bu Tari dan jajarannya lho” kataku sambil mengakhiri diskusi tersebut.

Bila hanya memusatkan diri pada proses pemulihan individu penderita gangguan jiwa, Tirto Jiwo hanya akan bisa menjangkau sedikit orang. Tirto Jiwo hanya bisa menampung 10 penderita gangguan jiwa dalam suatu saat. Dengan mengadakan berbagai pelatihan bagi para anggota keluarga yang merawat anggota keluarganya yang terkena gangguan jiwa, jangkauan pelayanan Tirto Jiwo diharapkan bisa semakin luas.

---0000---

Setahun sebelum pensiun, pagi itu aku menengok pembangunan gedung Tirto Jiwo. Bangunan gedung Tirto Jiwo, yang masih dalam tahap penyelesaian, terlihat sederhana, namun asri, bersih dan nyaman. Bangunan tersebut berdiri dilembar bukit Menoreh, di desa Kalinongko, Purworejo. Bangunan utamanya

menghadap ke hamparan sawah yang terhampar luas. Di halaman depan bangunan utama akan dibangun kandang rusa untuk menambah ke asriannya.

Tirto Jiwo akan menjadi markas bagi gerakan pemulihan gangguan jiwa yang digerakkan oleh lima laki laki yang telah beruban: aku, Wibowo, Hardi, Prianto dan Amir. Tirto Jiwo juga berfungsi sebagai “sekolah pemulihan jiwa” sebuah istilah yang sangat kusukai, yang kuontek dari Inggris, Recovery College.

Kepada teman teman dan siapa saja yang mau mendengarkan, aku selalu mencoba menjual konsep sekolah pemulihan jiwa itu. Dalam konsep yang kami susun, para penderita gangguan jiwa akan kami sebut sebagai murid. Mereka akan mendapat tambahan ilmu praktis tentang gangguan jiwa, bimbingan dan pelatihan ketrampilan agar bisa mengatasi permasalahan akibat penyakit yang dideritanya. Proses belajar mengajarnya tidak hanya didalam gedung, tapi juga di halaman, di kebun, di pasar dan juga di rumah penderita gangguan jiwa. Tidak hanya murid yang mendatangi guru, guru juga kadang datang ke rumah murid. Sebagai murid, mereka tidak dirujuk oleh RSJ atau dokter spesialis jiwa, tapi mereka mendaftar untuk menjadi murid.

Dalam pemulihan gangguan jiwa, keterlibatan dan dukungan keluarga sangat penting. Prinsip tersebut juga kami terapkan di Tirto Jiwo. Kami berlima sadar bahwa tanpa keterlibatan dan dukungan keluarga, atau dukungan dari jaringan kekerabatan sosial lainnya, proses pembelajaran menuju pemulihan gangguan jiwa akan berlangsung lebih lama karena “mata pelajaran” yang dicakup menjadi lebih banyak dan lebih rumit. Selama bersekolah di Tirto Jiwo, diharapkan secara berkala, orang tua murid atau keluarganya bisa datang berkunjung. Tujuan kunjungan tersebut tidak hanya untuk menengok saja. Kunjungan tadi akan dimanfaatkan untuk terapi keluarga. Selain secara berkala menengok, di rumah masing masing, setiap keluarga juga harus mengerjakan “pekerjaan rumah” yang diberikan oleh pihak sekolah, yaitu sholat malam, dzikir dan sedekah. Bagi yang bukan beragama Islam, mereka diminta mengerjakan kebajikan kebajikan yang setara. Diharapkan dengan mendapat keberkahan dari amal kebajikan tadi, proses pemulihan gangguan jiwa para murid menjadi lebih cepat dan lancar.

Kami memahami bahwa penderita gangguan jiwa yang masih akut, gelisah dan gaduh, tidak akan bisa menerima pelajaran. Dalam konsep kami, bila calon murid datang pada kondisi seperti itu, mereka akan dirujuk ke rumah sakit jiwa atau psikiater terlebih dahulu hingga mereka mempunyai cukup kesadaran untuk bisa menerima pelajaran.

Para calon murid yang sudah terlanjur mengidap gangguan jiwa dalam waktu lama, telah menjadi kronis dan menarik diri kedalam dunianya sendiri, biasanya proses pemulihannya akan memerlukan waktu yang lebih panjang, bisa sampai 3-4 tahun. Dalam konsep sekolah Tirto Jiwo, mereka perlu kost di “rumah pemulihan”, dalam arti mereka akan tinggal bersama dengan sebuah keluarga yang bersedia menampung dan mendukung proses pemulihan. Di rumah pemulihan, pelajaran diberikan oleh guru dari Tirto Jiwo, sedangkan “bapak dan ibu kost” akan membimbing “anak kost” mengerjakan tugas tugas pekerjaan rumah yang diberikan oleh sekolah Tirto Jiwo. Melalui pendekatan ini, fungsi Tirto Jiwo tidak akan berubah menjadi sebuah panti rehabilitasi. Di lain pihak, murid juga akan lebih kerasan karena mereka tetap tinggal di sebuah keluarga biasa, bukan di rumah sakit jiwa atau di panti rehabilitasi.

Dalam kosep kami, guru di Sekolah Pemulihan Jiwa Tirto Jiwo tidak dibayar oleh yayasan. Guru dibayar langsung oleh Tuhan lewat jalan yang tidak terduga. Sebagian honor, insya Allah, akan dibayar Tuhan melalui keuntungan bisnis yang mereka kelola, atau akan dibayarkan dalam bentuk anak keturunan yang sehat, sholeh dan hidup berkecukupan. Sebagian besarnya, insya Allah, honor mengajar akan dibayarkan di akherat kelak berupa kehidupan yang abadi di surga.

Kami juga sadar bahwa tidak semua orang yang bekerja di Tirto Jiwo percaya bahwa Tuhan bisa memberi gaji dari arah yang tidak terduga. Bagi mereka yang hanya percaya kepada sesuatu yang nyata, kongkrit dan kasat mata. Mereka akan digaji oleh yayasan sepenuhnya. Gaji mereka hanya pas-pasan, sesuai dengan Upah Minimum Kabupaten yang berlaku. Kami juga tahu bahwa sebagian karyawan akan berada ditengah, dalam arti mereka minta gaji dari dua sumber, dari Tuhan dan dari yayasan.

Dalam hal pembiayaan Sekolah Pemulihan Tirto Jiwo , aku terinspirasi oleh rumah sakit Mata Aravind, India. Disana, sejak awal pendiriannya, rumus yang dipakai adalah 6 tempat tidur untuk pasien gratis, termasuk gratis biaya operasi, rawat inap dan biaya kacamata. Sedangkan, 5 tempat tidur untuk pasien yang membayar. Tarif rumah sakit mata Aravind tetap bersaing dibandingkan tarif rumah sakit mata lain di India. RS Mata Aravind berkembang pesat. Dimulai dari sebuah klinik mata dengan 11 tempat tidur, kini menjadi 6 rumah sakit mata modern dengan kapasitas total sekitar 3500 tempat tidur. Menurut Dr Dr. G. Venkataswamy atau lebih dikenal sebagai “Dr V”, pendiri RS Mata Aravind, ada campur tangan Tuhan disana. Hingga kini, RS Mata Aravind sering jadi bahan studi kasus oleh berbagai sekolah bisnis terkemuka, seperti Harvard Business School, Amerika. Aku juga mengharapkan ada campur tangan Tuhan dalam pengelolaan Tirto Jiwo nantinya.

Dalam kosep kami, biaya operasional dan biaya investasi di Tirto Jiwo diharapkan berasal dari sumbangan para dermawan, pengurus yayasan, royalti buku buku yang kutulis dan dari para orang tua murid yang bersekolah. Orang tua murid membayar biaya sekolah dan akomodasi sesuai kemampuan masing masing. Tidak akan ada murid yang ditolak hanya karena masalah biaya.

----0000----

Hingga beberapa bulan sebelum mulai operasional, konsep Sekolah Pemulihan Jiwa Tirto Jiwo masih terus didiskusikan.

“Mas Bambang, apa konsep seperti itu bisa jalan?” tanya Pak Amir.

Ketika itu, pembangunan gedung Tirto Jiwo masih berjalan. Kami berlima tengah berdiskusi mematangkan konsep Sekolah Pemulihan Tirto Jiwo.

“Dari sisi apanya Pak Amir, dari sisi ekonomi bisnis atau dari sisi teknisnya?”, tanyaku meminta penjelasan.

“Dua-duanya”

“Untuk sisi bisnisnya saya yakin bisa Pak Amir”, Pak Wibowo tiba tiba menyahut.

“Pak Amir pasti sudah mendengar tentang Klinik Umiyah, itu lho klinik rawat inap khusus untuk masyarakat tidak mampu yang ada di desa Lugosobo. Klinik itu saya dan Pak Bambang pendirinya. Pasien yang berobat ke Klinik Umiyah, baik rawat inap maupun rawat jalan, cukup memasukkan uang ke kotak infaq yang tersedia di dekat ruang pendaftaran. Memang uang dari pasien tidak cukup untuk biaya operasional. Kekurangan biaya operasionalnya selama ini ditutup dari sedekah para dermawan. Klinik Umiyah kini sudah berjalan lebih dari 3 tahun” Pak Wibowo menjelaskan.

“Kuncinya ada di keterbukaan” kataku menambahkan, “Setiap bulan, pengurus Yayasan membuat laporan keuangan dan mempublikasikan laporan tersebut di website Klinik Umiyah dan juga dipasang di papan pengumuman. Silahkan Pak Amir kunjungi websitenya di [www.klinik-umiyah.com](http://www.klinik-umiyah.com)”

“Kunci kedua Pak Amir, pengurus Yayasan juga ikut menyumbang. Logikanya sederhana. Kita tidak bisa mengharapkan orang lain menyumbang ke Klinik Umiyah kalau kita sendiri sebagai pengelola tidak mau menyumbang. Selain itu, sesuai dengan ketentuan pemerintah, pengurus Yayasan memang tidak boleh mengambil untung dari Klinik Umiyah. Pengurus Yayasan benar benar hanya mengharapkan berkah dari kegiatan tersebut. Alhamdulillah, karena berkah dari Klinik Umiyah, hingga bisnis otomotif saya tetap lancar. Saya kira itu karena saya dapat berkah dari mendirikan Klinik Umiyah” Pak Wibowo melanjutkan penjelasannya.

Selain masalah sumber dana, soal gaji karyawan juga masih kami diskusikan. Topik utamanya adalah seberapa besar gaji untuk karyawan nantinya mengingat sumber utama pemasukan Tirta Jiwo berasal dari sedekah para dermawan.

“Soal gaji karyawan ini yang mungkin akan jadi ganjalan. Kebanyakan karyawan di Indonesia inginnya mendapat gaji tinggi tapi tidak mau bekerja keras. Padahal, bila mereka mau bekerja keras dan pintar, kita berani menggaji dua kali lipat dari rata rata gaji di Purworejo” kata Pak Amir



“Betul sekali pernyataan Pak Amir. Dalam kaitannya dengan gaji, saya ingin cerita tentang pengamatan terhadap 2 teman saya. Prof. Sintawati dan Prof. Dodi Rahardian namanya. Meskipun gajinya sebagai dosen hanya pas-pasan, mereka tetap bekerja keras dan sepenuh hati. Kini mereka sering diminta jadi konsultan di lembaga internasional. Penghasilan tambahan mereka tidak kurang dari Rp 300 juta setiap tahunnya” kataku

“Saya amati hal yang sebaliknya juga terjadi. Banyak pegawai negeri yang karena gajinya pas-pasan, terus kerjanya juga seenaknya. Akhirnya, sampai tua mereka hanya berpenghasilan pas-pasan” kata Pak Hardi menimpali.

“Saya percaya kalau hukum kekekalan energi yang kita pelajari dalam mata pelajaran ilmu alam, juga berlaku di masalah gaji atau penghasilan. Bila kita kerja keras dan profesional, dimana hasil kerja kita tersebut lebih besar dibanding dengan gaji yang kita terima saat itu, maka ‘selisih’ itu akan ditabung oleh Yang Maha Kuasa dan suatu saat akan diberikan kepada kita, plus bonusnya, bila saatnya tiba” kata Pak Prianto menambahkan.

“Dengan kata lain, nanti para karyawan harus diberi motivasi dengan sungguh sungguh sehingga mereka betul betul paham dengan visi dan misi Tirta Jiwo” lanjut Pak Prianto.

“OK kalau begitu, saya percaya seratus persen sekarang kalau Sekolah Tirta Jiwo tidak akan bangkrut” kata Pak Amir setelah mendengar penjelasanku dan penjelasan Pak Wibowo.

“Bagaimana dari sisi teknisnya? Kita kan tidak bisa berbuat sesuatu tanpa didasari ilmu dan ketrampilan yang memadai?”

“Ini penjelasan sisi teknisnya, Pak Amir, maaf agak panjang. Pertama, penderita gangguan jiwa seberat apapun akan bisa pulih bila mendapat perawatan medis dan dukungan psikososial yang tepat sesuai kebutuhannya. Mereka sulit pulih bila hanya disuruh minum obat. Mereka perlu dukungan psikososial dari keluarga dan masyarakat. Itu yang selama ini kurang atau bahkan tidak mereka dapatkan sama sekali” jelasku

Ketika semuanya terdiam, kulanjutkan penjelasanku.

“Kedua, ilmu dan ketrampilan untuk membantu pemulihan gangguan jiwa bisa dipelajari dan tersedia gratis di internet. Kita juga bisa pelajari dengan mengikuti kursus atau lokakarya yang banyak ditawarkan di luar negeri. Saya percaya, dengan kematangan jiwa dan kemampuan yang kita miliki, kita akan bisa menguasai ilmu dan ketrampilan dasar untuk membantu penderita gangguan jiwa. Ketiga, kita tidak akan menginjak wilayah medis, kita akan fokus di dukungan psikososial” kataku menjelaskan”

“Bagaimana dengan perijinannya ?”

“Ijin akan kita dapatkan dari Dinas Sosial, saya sudah menghubungi pejabat di Dinas Sosial. Katanya, mereka tidak hanya mengizinkan, mereka bahkan bersedia mendukung. Selama ini mereka kesulitan mengatasi masalah kesejahteraan sosial para penderita gangguan jiwa” kataku. “Dengan konsep serta visi seperti itu, insya Allah, Tuhan tidak akan membiarkan Tirto Jiwo berjalan sendiri. Tuhan akan selalu setia ikut campur tangan, membimbing dan memberikan pertolongan serta kemudahan”

----0000----

Sekitar setahun sebelum aku pensiun, ketika aku pulang kampung, kami berlima beberapa kali mengadakan rapat untuk mengoperasionalkan konsep proses belajar mengajar kedalam kegiatan sehari-hari di sekolah pemulihan jiwa. Komunikasi juga terus dijalin melalui email dan telpon. Untung sekarang ini sudah ada telpon internet yang bisa gratis.

“Dasar utama yang harus kita yakini dan kita pegang teguh adalah bahwa penderita gangguan jiwa, asalkan mendapat pengobatan dan dukungan psikososial yang dibutuhkan, akan bisa pulih dan hidup produktif di masyarakat” kataku

“Beberapa minggu yang lalu saya nonton film berjudul *Beautiful Mind* yang menceritakan kisah kehidupan Dr John Forbes Nash yang meskipun menderita skizofrenia, bisa pulih kembali bekerja dan bahkan menerima hadiah Nobel. Kalau

ada yang mau nonton, saya bisa pinjamkan CD-nya. Bagus sekali filmnya” kata Pak Hardi.

“Saya juga baca sebuah artikel *Recovery and the conspiracy of Hope* yang ditulis oleh Dr. Patricia Deegan. Bisa diakses di website *Mind Australia*. Tulisannya sangat bagus. Patricia bisa menulis artikel sebagus itu karena dia sendiri pernah dirawat di RSJ karena skizofrenia ketika remaja. Setelah pulih, Patricia kembali ke sekolah dan akhirnya bisa menyelesaikan S3-nya di bidang psikologi klinis. Tulisan tersebut harus jadi salah satu referensi kita dalam menyusun konsep sekolah pemulihan” kata Pak Wibowo.

Aku sangat senang mendengar kata kata kedua temanku tersebut. Ternyata teman temanku sudah aktif mencari referensi, tidak hanya pasif menerima apa yang kukatakan.

Sambil ngobrol yang diselingi dengan gurauan dan makan tempe goreng serta minum teh manis hangat itu, diskusi berjalan produktif. Aku sampaikan beberapa prinsip dasar proses pemulihan gangguan jiwa.

“Maaf, sebelumnya, bukannya mau menggurui, tapi yang akan saya sampaikan ini penting, yaitu prinsip prinsip dasar pemulihan gangguan jiwa. Prinsip pertama, pemulihan adalah suatu proses membangun suatu kehidupan yang berarti dan memuaskan. Kata kuncinya disini adalah proses, bukan hasil. Pemulihan adalah suatu proses yang berlangsung seumur hidup. Beda dengan sakit malaria, setelah minum obat langsung sembuh” Kataku memulai penjelasan prinsip pemulihan gangguan jiwa.

Dari sorot matanya, mereka terlihat bisa memahami penjelasanku.

“Prinsip kedua, pemulihan merupakan suatu proses menjauh dari kelainan, penyakit dan gejala menuju kearah sehat, kuat dan sejahtera. Disini, bila hanya berkurang halusinasinya namun penderita tidak bisa bekerja dan diam saja seperti robot, itu bukan pemulihan namanya”

“Maaf Pak Bambang, ada dua pertanyaan. Apa itu halusinasi dan mengapa mereka jadi seperti robot?” tanya Pak Amir

“Penderita gangguan jiwa sering mendengar suara atau melihat sesuatu yang sebenarnya tidak ada. Suara atau penglihatan itu bersumber dari pikirannya sendiri. Itu yang disebut halusinasi. Mereka sering terlibat seperti robot karena fungsi otaknya ditekan oleh obat penghilang halusinasi tersebut. Obat tersebut mempunyai efek samping menekan fungsi otak lainnya. Bila mereka minum obat dosis tinggi, halusinasinya memang hilang atau berkurang, tapi mereka tidak bisa bekerja dan bergaul. Itu bukan pemulihan namanya. Dalam pemulihan, dosis obat dibuat minimal, namun penderita dilatih agar bisa mengendalikan halusinasinya”

“OK, prinsip yang kedua jelas bagi saya” kata Pak Amir.

Ketika teman yang lain diam saja, kulanjutkan penjelasanku.

“Prinsip ketiga, harapan adalah titik pusat dari proses pemulihan. Tanpa adanya harapan didalam hatinya bahwa hari esok akan lebih baik dari sekarang, maka penderita gangguan jiwa tidak akan punya cukup motivasi untuk beraktivitas dan berinteraksi dengan orang lain. Bagi mereka yang merasa dirinya tidak punya harapan, setiap hari akan duduk dikursi, merokok dan melamun sepanjang hari. Sebuah kegiatan sekecil apapun akan terasa berat. Kunjungan atau tegur sapa dari kawan tidak akan mereka tanggapi”

“Seperti orang yang akan dihukum mati, hidup tanpa harapan. Mereka jadi apatis” kata Pak Hardi yang pernah menyaksikan seseorang yang dihukum pancung dimuka umum di Arab Saudi. Penjahat tersebut berjalan tanpa semangat. Pak Hardi tidak bisa melihat wajahnya karena ditutupi dengan kain hitam.

“Prinsip keempat, dalam membantu proses pemulihan, yang penting bukan kualifikasi pendidikan dari para tenaga profesional yang memberikan pelayanan, tetapi yang diperlukan adalah orang-orang yang mempunyai kemampuan memberi semangat dan memperkuat harapan, penuh perhatian, kreatif, dan tidak mudah patah semangat. Prinsip kelima, keluarga dan teman-teman penderita berperan penting

dalam proses pemulihan, mereka perlu dilibatkan dalam proses pemulihan.” Kataku mengakhiri penjelasanku.

Setelah menyampaikan kelima prinsip tadi, aku takut kalau teman temanku tertidur. Kelima prinsip tadi terdengar sangat abstrak. Ternyata keliru, mereka tetap antusias membahas konsep dasar sekolah pemulihan jiwa tersebut.

“Menurut pengamatan saya, pada saat ini, sebagian besar penderita gangguan jiwa di Indonesia tidak mendapat dukungan yang memadai. Mereka hanya minum obat dan kontrol ke dokter ahli jiwa sekali atau dua kali dalam sebulannya. Selepas itu, proses pemulihan hanya ditangan keluarganya, yang sering tidak mempunyai pengetahuan dan ketrampilan yang diperlukan untuk mendukung proses pemulihan” kata Pak Hardi.

Aku setuju dengan pengamatan Pak Hardi. Dalam obrolan yang berlangsung hingga larut malam itu, kami juga berdiskusi tentang bagaimana mengoperasionalkan 4 komponen dari proses pemulihan.

“Saya kira mengoperasionalkan komponen pertama dari proses pemulihan gangguan jiwa, yaitu ‘menemukan dan memupuk harapan’ tidaklah terlalu sulit. Kita latih dan biasakan agar semua staf di Tirta Jiwo berkata-kata dan berperilaku yang mendorong tumbuhnya harapan. Jangan sampai kita mengucapkan kata kata yang mematikan harapan. Untuk itu, semua staf harus yakin bahwa memang pemulihan gangguan jiwa itu bisa tercapai. Tindakan dan kata kata yang diskriminatif, memandang rendah dan tidak menghargai penderita gangguan jiwa tidak boleh etrjadi sekolah pemulihan jiwa” kata Pak Prianto.

“Bagaimana contohnya Pak Pri?” kata Pak Amir.

“Saya berikan beberapa contoh perilaku yang merendahkan penderita gangguan jiwa. Misalnya: kita tidak mau mendengarkan kata kata mereka. Bila mereka bicara, kita potong ucapan mereka. Bila mereka minta sesuatu, kita selalu abaikan permintaannya. Dilain pihak, kita selalu meminta mereka agar menuruti semua permintaan kita” jawab Pak Prianto.

“Betul sekali Pak Prianto, saya amati banyak sekali kata kata dan perbuatan para perawat dan karyawan RSJ yang tidak memanusiakan para penderita gangguan jiwa. Para karyawan tersebut memandang para penderita bukan sebagai manusia yang mempunyai kedudukan setingkat dengan mereka. Tidak ada RSJ di Indonesia yang karyawannya mau memakai WC dan kamar mandi bersama antara karyawan dan pasien” kata Pak Amir.

Diskusi semakin hangat. Aku senang sekali bahwa teman temanku semakin memahami permasalahan dan solusi gangguan jiwa. Maklum, diantara kami berlima, hanya aku yang mempunyai latar belakang pendidikan kesehatan.

“Mengenai komponen kedua, yaitu membentuk kembali ‘identitas positif’, menurut saya, kita bisa lakukan dengan menekankan bahwa selain murid di Sekolah Pemulihan Jiwa, mereka juga mempunyai identitas positif lainnya, seperti: pelajar, mahasiswa, pegawai, pengusaha, sebagai ayah atau sebagai ibu. Kita harus mengupayakan agar mereka tidak selamanya hidup sepanjang hari didalam rumah sakit atau panti rehabilitasi gangguan jiwa. Bila mereka tinggal dirumah, mereka perlu dibantu agar bisa melakukan kegiatan positif yang membuat mereka mempunyai identitas diri positif” usul Pak Wibowo.

“Yang agak sulit adalah menerapkan komponen ketiga, yaitu membangun kehidupan yang berarti. Ini artinya kita harus membantu penderita gangguan jiwa agar bisa mempunyai pekerjaan dan penghasilan. Di budaya kita, khususnya bagi laki laki, mempunyai pekerjaan dan penghasilan merupakan sesuatu yang penting yang ternyata sangat penting juga peranannya dalam mendukung proses pemulihan. Di saat sekarang ini, dimana banyak pengangguran, mencari atau menciptakan lapangan kerja bukan pekerjaan gampang” kata Pak Hardi.

“Kita tidak boleh lupa bahwa ada Tuhan Yang Maha Pengasih, Tuhan yang mengatur rezeki. Kita harus selalu menyandarkan semuanya kepada Yang Maha Kuasa. Kalau hanya mengandalkan kemampuan sendiri, pastilah sangat sulit menciptakan lapangan kerja bagi penderita gangguan jiwa. Di Amerika atau Inggris saja, sekitar 80% penderita gangguan jiwa itu menganggur dan hidup dengan mendapat jaminan sosial dari pemerintah” kataku.

“Kita harus latih mereka untuk sholat, banyak berdoa dan berbuat kebaikan, insya Allah, rezeki akan lancar” kata Pak Wibowo menimpali.

“Operasionalisasi komponen keempat dari proses pemulihan, yaitu ‘mengambil tanggung jawab dan kendali’ bisa kita laksanakan dengan mengajak penderita gangguan jiwa agar tidak hanya menggantungkan diri pada dokter dan orang lain, tapi secara aktif dan bertanggung jawab mengusahakan pemulihan dirinya. Kasarnya, jangan hanya minum obat terus sudah, selesai, mereka harus didukung agar aktif mengupayakan pemulihan kesehatan jiwanya” Kata Pak Hardi

Jam telah menunjukkan pukul 1 malam ketika pertemuan tersebut berakhir. Aku bergegas pulang. Udara Purworejo terasa sejuk ditengah malam itu. Udara yang bisa membuat kita tidur pulas tanpa harus menyalakan AC.

---0000---

Sejak munculnya keinginan untuk mendirikan Sekolah Pemulihan, kira kira 2 tahun sebelum pensiun dari WHO, aku mulai belajar dan mengumpulkan artikel artikel ilmiah, ilmiah populer dan berbagai tulisan lain yang terkait dengan pemulihan gangguan jiwa. Untungnya sebagian besar artikel bisa diakses gratis. Hanya beberapa buku referensi yang sangat penting saja, seperti buku tentang *Cognitive Behavior Therapy* karangan Dr Aron Beck yang harus dibeli. Berbagai artikel tersebut, hampir semuanya dalam bahasa Inggris, aku terjemahkan dan kuringkas. Agar bisa dibaca oleh banyak orang, tulisan tulisan tersebut kuupload di website Tirto Jiwo.

Ternyata sambutan masyarakat cukup menggemberikan. Setiap hari, lebih dari 200 orang mengunjungi website Tirto Jiwo. Kelihatannya masyarakat haus akan informasi tentang pemulihan gangguan jiwa. Boleh dibilang, tidak ada informasi tentang pemulihan gangguan jiwa dalam bahasa Indonesia. Beberapa artikel yang kutulis, telah dicopy dan beredar di dunia maya.

Pak Wibowo sering menerima pesan pendek lewat hp dari para penderita gangguan jiwa yang berkonsultasi. Aku juga cukup banyak menerima email, kebanyakan menanyakan cara membantu penderita gangguan jiwa yang tinggal

serumah agar bisa pulih. Sebagian menanyakan biaya sekolah di Tirto Jiwo. Aku selalu mencoba menjawab secepatnya dan semampuku. Ini semua merupakan ladang amal. Tdak ada niat komersialisasi sedikitpun.

Alhamdulillah, Sekolah Pemulihan Tirto Jiwo sebentar lagi akan terwujud. Murid yang sudah pesan untuk tinggal di asrama tidak hanya datang dari Purworejo. Beberapa calon murid yang sudah mendaftar berasal dari Aceh, Lampung, Jakarta, Bali, dan Jawa Timur. Beberapa calon murid yang bukan penderita gangguan jiwa, kebanyakan mereka adalah para orang tua yang salah satu anaknya menderita gangguan jiwa. Mereka ingin menimba ilmu agar bisa membantu anggota keluarganya untuk bisa segera pulih dari gangguan jiwa. Mereka juga ingin agar ilmu yang mereka dapatkan nantinya dapat untuk membantu teman atau tetangganya yang menderita gangguan jiwa. Kepada mereka kami informasikan agar mereka datang selama jam kerja Tirto Jiwo dan mengikuti kursus sesuai peminatan dan kebutuhannya. Bila perlu perlu tinggal selama beberapa hari, mereka bisa menginap di hotel yang ada di Purworejo.