

BAB I

PENDAHULUAN

Alatartseva & Barysheva (2015) memandang "kesejahteraan manusia" sebagai konsep yang memiliki banyak segi yang dapat dijabarkan ke dalam empat aspek utama: 1) Seorang individu sejahtera ketika mereka hidup selaras dengan jati diri mereka. 2) Kesejahteraan terwujud ketika seseorang memahami kesempatan yang mereka miliki yang disertai motivasi untuk meraih kesempatan tersebut. 3) Seseorang mencapai kesejahteraan ketika mereka mampu memaksimalkan potensi diri. 4) Kesejahteraan dapat terwujud apabila masyarakat mampu menciptakan lingkungan yang memberikan kesempatan bagi individu untuk menyesuaikan diri dengan kodratnya, memenuhi potensinya, dan meraih hal-hal baik yang dicarinya dalam hidup. Jika salah satu dari aspek ini tidak ada, maka pembahasan kesejahteraan manusia atau menilai kualitas hidup akan menjadi sulit.

Kesejahteraan subjektif didefinisikan oleh tiga karakteristik utama. Pertama, pada dasarnya bersifat subjektif, berdasar pada pengalaman pribadi individu. Meskipun faktor objektif seperti kesehatan, kenyamanan, kebaikan, atau kekayaan dapat memengaruhi SWB, elemen-elemen ini tidak dilihat sebagai komponen inti Kammann (1983). Kedua, kesejahteraan subjektif mencakup indikator positif; bukan hanya nihilnya faktor negatif, yang sering menjadi fokus dalam evaluasi kesehatan mental. Ketiga, penilaian SWB umumnya melibatkan evaluasi keseluruhan aspek kehidupan seseorang (Diener, 2009). Aspek objektif kesejahteraan dapat didefinisikan melalui konsep-konsep yang terkait dengan kesejahteraan material dan kualitas hidup. Konsep-konsep ini dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti tingkat dan stabilitas pendapatan, kondisi perumahan, akses terhadap pendidikan, kualitas lingkungan sosial dan alam, keselamatan dan keamanan (Alatartseva & Barysheva, 2015).

Dalam era modern yang semakin kompleks, manusia terus mencari cara untuk meningkatkan kesejahteraan atau *well-being*. Salah satu tren yang semakin populer adalah penggunaan kristal atau batu permata yang diyakini memiliki energi penyembuhan. Praktik ini yang dikenal sebagai kristal terapi telah menarik minat banyak orang dari berbagai latar belakang. Meskipun klaim mengenai khasiat

healing crystals seringkali bersifat anekdotal, namun minat masyarakat terhadap topik ini terus meningkat.

Keyakinan terhadap kekuatan kristal dapat dikaitkan dengan budaya superstisi atau takhayul dan *magical thinking*. Superstisi atau takhayul adalah kepercayaan yang tidak berdasarkan pada bukti empiris. Kedua konsep ini telah lama menjadi bagian integral dari budaya manusia dan seringkali memengaruhi perilaku dan keputusan individu. *Superstitious beliefs* atau *superstitious beliefs* mengacu pada asumsi irasional di mana individu menganggap bahwa objek, tindakan, atau keadaan memengaruhi hasil tanpa hubungan logis atau faktual. Kepercayaan ini dapat terwujud dalam bentuk seperti membawa jimat keberuntungan atau melakukan ritual tertentu, dengan harapan menghasilkan hasil yang menguntungkan (Damisch, Stoberock, & Mussweiler, 2010; dalam Sierra, Hyman, & Suh, 2015).

Takhayul adalah jenis pemikiran magis di mana individu, baik melalui kepercayaan pribadi atau praktik budaya, percaya bahwa tindakan atau perilaku tertentu dapat memengaruhi hasil suatu peristiwa melalui cara supernatural. Seseorang yang memiliki kepercayaan tersebut juga menganggap pikiran mereka tidak rasional, namun emosi dan perilaku dapat mengalahkan pengetahuan (Rozin, Millman, & Nemeroff, 1986). Taylor (2013) menyatakan bahwa agar suatu pemikiran dapat diberi label magis atau *magical thinking*, seseorang harus: (1) menyadari bahwa objek dan peristiwa di dunia pada umumnya mengikuti pola atau tatanan tertentu yang diatur oleh hukum alam (atau fisika); (2) menyadari bahwa objek atau peristiwa yang diamati dengan cara tertentu "melanggar" atau "bertentangan" dengan tatanan normal berbagai hal di dunia; dan (3) memiliki kepercayaan pada suatu bentuk kausalitas supernatural atau bentuk kausalitas alternatif yang melampaui dunia alami.

Dalam konteks *crystal healing*, individu mungkin percaya bahwa kristal memiliki kekuatan mistis yang dapat mengatasi berbagai masalah kesehatan, bahkan ketika tidak ada bukti ilmiah yang mendukung klaim tersebut. Wulandari & Muhammad (2022) berdasarkan penelitian terdahulu, diketahui bahwa terdapat beberapa sebab *superstitious beliefs* masih populer di masyarakat yaitu, sebab ketidakmampuan dalam menyelesaikan masalah, *coping stress*, ketidakmampuan

berpikir kompleks dan analitik, kesenjangan informasi, dan persamaan budaya atau lingkungan ekologi.

Batu alam telah memainkan peranan yang krusial dalam peradaban manusia. Jejak-jejak yang ditinggalkan oleh manusia pada batu dapat menjadi tanda perkembangan kebudayaan manusia sebagai contoh peninggalan alat batu dari zaman paleolitik, mesolitik, neolitik dan selanjutnya menggambarkan evolusi pentingnya peranan bebatuan bagi manusia. Seiring berjalannya waktu manusia memberikan nilai ilahi dan magis selain sebagai alat kerja, contohnya digunakan sebagai alat ritual, tempat ibadah, pemakaman, dan sebagainya (Mohen, 1999).

Menurut Gienger (2006) seorang peneliti dan ahli kristal, energi elektromagnetik kristal memengaruhi semua area, namun paling efektif saat berinteraksi dengan frekuensi yang sama, seperti frekuensi dari mineral atau struktur energi yang sama. Interaksi ini dikenal sebagai "resonansi." Saat kristal bersentuhan dengan tubuh, ia menciptakan gema yang memungkinkan zat atau struktur serupa di dalam tubuh bergetar selaras dengan frekuensi kristal yang digunakan. Stimulasi ini tidak hanya memengaruhi tubuh fisik, tetapi juga aspek emosional, mental, dan spiritual. Dengan demikian, *healing crystals* dianggap sebagai praktik holistik.

Beberapa orang skeptis terhadap klaim manfaat kesehatan dari penggunaan kristal dan menganggapnya sebagai pseudosains. Selain itu, ada kekhawatiran bahwa terlalu bergantung pada kristal untuk masalah kesehatan dapat mengalihkan perhatian dari perawatan medis yang sebenarnya diperlukan. Meskipun telah ada beberapa penelitian yang menyelidiki efek placebo dari *healing crystals*, masih banyak celah dalam penelitian ini. Penelitian yang lebih komprehensif diperlukan untuk menguji secara empiris klaim manfaat kesehatan dari penggunaan kristal. Filsuf Yunani Aristoteles (384 – 322) adalah orang pertama yang menyebutkan kemungkinan efek batu penyembuh dalam tulisannya dalam karya medisnya. Namun selama berabad-abad, orang telah mengaitkan sifat metafisik pada kristal



atau batu alam. Asal usul kristal tertentu dapat ditelusuri kembali ke Mesir Kuno dan Mesopotamia, sementara yang lain terkait dengan tradisi Ayurveda di India. Sejarah kristal juga meluas ke Yunani Kuno dan Roma, dan banyak lagi. Namun, menurut Laycock (2024), seorang dosen madya studi agama di Texas State University, pada saat pandemi Covid-19, industri kristal berkembang pesat. Dengan pelanggan berharap batu alam tersebut dapat meredakan kecemasan mereka.

Gambar 1.1 *Grafik Tren Pencarian 'Crystals' di Google Indonesia*

Dapat dilihat pada tabel tren pada mesin pencari Google di atas, di Indonesia pencarian kata kunci “*crystals*” melonjak pertama pada bulan Juli 2019 kemudian kembali melonjak bulan Juni 2021, paling banyak daerah Bali dan Jakarta. Hal ini menjadi salah satu tanda naiknya ketertarikan masyarakat Indonesia terhadap kristal atau batu alam.

Kepercayaan metafisik ini merupakan bagian dari *modern new age movements* (gerakan zaman baru modern) yang merupakan sebuah produk akulturasi banyak budaya yang berhubungan dengan globalisasi dan kemajuan zaman kepercayaan serta praktik alternatif spiritual. Praktik penyembuhan *new age*, dapat digambarkan sebagai gerakan sosial dengan berbagai tujuan. Praktik ini seringkali menekankan nilai-nilai personal dan interpersonal seperti tanggung jawab diri, pertumbuhan psikologis, dan kreativitas. Dalam konteks gerakan *New Age* yang berkembang pesat, kepercayaan terhadap *healing crystals* telah menarik perhatian yang signifikan di kalangan masyarakat. Kepercayaan ini berakar pada praktik kuno yang serupa dengan penggunaan batu permata atau kristal, bukan pada penelitian dan kemajuan ilmiah modern. Perasaan positif atau keberhasilan yang tampak terkait dengan *healing crystals* dapat sebagian besar dijelaskan oleh efek plasebo yang kuat, serta kecenderungan para penganut untuk hanya memperhatikan bukti yang mendukung keyakinan mereka, yang mengarah pada bias kognitif. Tidak ada bukti ilmiah yang mendukung adanya manfaat *healing crystals* di luar apa yang dapat dijelaskan oleh efek plasebo (Micke dkk., 2010).

Sebuah testimoni Bess (2024) pada sebuah artikel membahas pengalamannya menggunakan kristal sebagai alat untuk mengatasi rasa lelah, depresi dan gelisah. Ia mengaku percaya zodiak atau horoskop serta pengguna kartu

tarot yaitu yang awalnya kartu bermain, mulai abad ke-19 tarot dikenal sebagai alat untuk ramalan nasib, serta ilmu gaib. Ia menyatakan bahwa dirinya merasa optimis meski mengetahui tidak ada penelitian yang dapat membuktikan kristal dapat menyembuhkan penyakit tertentu dan merasa lebih segar, dan tenang. Setelah pengalaman ini Bess mengaku membawa kristalnya kemanapun ia pergi dan mencari kristal untuk membantunya misal untuk menenangkan saat ada serangan panik.

Wawancara peneliti terhadap 3 orang yang merupakan bagian dari komunitas healing crystals dan pelanggan beberapa toko online healing crystals menunjukkan bahwa ketiganya mengakui mengoleksi batu alam sebagai bentuk hobi dan untuk manfaat yang dipercaya dimiliki healing crystals. Ketiga narasumber menyatakan setuju bahwa healing crystals memiliki kekuatan metafisik dan membawa healing crystals saat keluar rumah. Namun, hanya 2 dari 3 narasumber setuju bahwa secara keseluruhan kristal meningkatkan kualitas hidup dengan alasan yang berbeda seperti kepercayaan diri, rasa tenang, pandangan positif dan kebahagiaan. Kemudian 1 dari 3 menyatakan manfaat kristal memiliki penjelasan ilmiah, sedangkan 2 dari 3 menyatakan bahwa hal tersebut hanya sebuah kepercayaan. Ketiga narasumber juga diberikan pertanyaan seputar kesejahteraannya dan menyatakan dapat mencukupi kebutuhan dasar, memiliki dukungan emosional dari orang terdekat, memiliki cara tersendiri untuk mengatasi tantangan hidup, telah menerima keadaan hidup, dan setuju bahwa hubungan dengan Tuhan membantu mengelola stres dan menemukan makna hidup.

Bagi sebagian orang, praktik penggunaan *healing crystals* mungkin dikaitkan dengan praktik sosial-budaya atau spiritual tertentu. Pengaruh takhayul terhadap *well-being* mungkin tidak dianggap bermasalah atau berbahaya dalam masyarakat. Penggunaan *healing crystals* dapat dianggap sebagai praktik yang tidak ilmiah atau berpotensi eksploitatif, terutama jika dipasarkan sebagai pengganti perawatan medis atau psikologis. Mempelajari komunitas ini dapat memberikan wawasan tentang bagaimana sistem kepercayaan yang terkait dengan *healing crystals* memengaruhi penilaian kehidupan individu tersebut. Penelitian ini membantu memahami manfaat yang dirasakan dari penggunaan kristal dan

mendukung pengembangan intervensi dengan mengenali manfaat psikologis dari sistem kepercayaan ritual dan simbolik, bahkan ketika kurangnya bukti ilmiah.

1.2. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang yang sudah dipaparkan di atas, masalah yang dapat diidentifikasi adalah : Minat intervensi menggunakan kristal atau batu alam untuk berbagai kepentingan seperti kesehatan fisik, mental dan kesejahteraan secara keseluruhan meningkat meski tidak ada penelitian yang memberikan bukti empiris tentang adanya efek dari kristal selain plasebo.

1.3. Pembatasan Masalah

Fokus penelitian ini adalah untuk meneliti pengaruh *superstitious beliefs* terhadap *subjective well-being* komunitas *healing crystals* di Indonesia.

1.4. Rumusan Masalah

Apakah terdapat pengaruh *superstitious beliefs* yang signifikan terhadap *subjective well-being* komunitas *healing crystals* di Indonesia?

1.5. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh *superstitious beliefs* terhadap *subjective well-being* komunitas *healing crystals* di Indonesia.

1.6. Manfaat Penelitian

1.6.1. Manfaat teoritis

Penelitian ini dapat memperkaya literatur mengenai hubungan antara pikiran dan tubuh, khususnya dalam konteks praktik-praktik alternatif seperti kristal terapi. Temuan penelitian ini dapat digunakan untuk mengembangkan model-model teoritis yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang memengaruhi kesejahteraan individu.

1.6.2. Manfaat praktis

1) Bagi Individu

Penelitian ini dapat memberikan pemahaman yang lebih baik mengenai peran keyakinan dalam proses penyembuhan diri.

2) **Bagi Masyarakat**

Penelitian ini dapat berkontribusi pada pengembangan kebijakan publik yang lebih inklusif terhadap berbagai praktik kesehatan alternatif serta mendorong dialog yang lebih terbuka mengenai peran keyakinan dalam konteks kesehatan



