

Konseling Terhadap Isteri Pasca Kematian Suami (Studi Kasus di GK Pamulang)

Haposan Surianto Lumbangaol^{1*}, Daniel Susanto² Cici Kamalia³ Nikotitoli Thomas Hendro⁴

^{1,2}Sekolah Tinggi Teologi Cipanas Sekolah Tinggi Teologi Injili

^{3,4}Arastamar (SETIA) Jakarta

Email: haposanlg@yahoo.com^{1*}; daniel.susanto@ymail.com²;
cicikamaliagaramuzendi@gmail.com³; nikohendro42@gmail.com⁴

Abstrak

Peneliti ini untuk melihat perlunya pendampingan pastoral bagi para isteri yang sedang berduka atas kematian suami. Salah satu faktor penentu keberhasilan orang berduka melewati era transisi adalah kemampuannya mengatur dan beradaptasi dengan keadaan dengan baik. Di sisi lain, *Crisis Counseling* menekankan bahwa yang sering dijumpai saat mendampingi isteri pasca kematian suaminya adalah tahapan shock atau kaget dan menangis, ekspresi emosi, permusuhan, depresi, kesepian, panik, dan perasaan bersalah. Penelitian ini menggunakan metode penelitian dengan mewawancarai lima orang wanita yang pernah mengalami kesedihan atas kematian suaminya untuk memperoleh data. Peneliti menganalisisnya menggunakan literatur terpilih untuk memperkuat kajian tentang kesedihan dan permasalahan isteri pasca kematian. Hasilnya, pendampingan pastoral berhasil membawa yang berduka menyembuhkan dirinya sendiri dari kerusakan fisik, sosial, psikologis, dan spiritual. Melalui empat fungsi, pendampingan pastoral memberikan manfaat, yaitu: fungsi menopang, memampukan orang yang berduka bertahan dan mengatasi suatu peristiwa yang begitu menyakitkan. Sehingga keimanannya kepada Tuhan tidak diragukan. Fungsi membimbing (*guiding*) membawa orang yang berduka ke dalam pengambilan keputusan ketika dalam keadaan berduka sehingga mereka dapat membuat keputusan meski dalam kesedihan dan kebingungan. Fungsi rekonsiliasi (*reconciliation*), mendamaikan yang berduka dengan sanak saudara dan kerabat ketika terjadi kesalahpahaman akibat duka dan kebingungan yang terjadi saat berduka. Fungsi pengasuhan dilakukan agar konseslee dapat mengembangkan potensi yang ada pada diri orang yang sedang berduka.

Kata Kunci: *Pendampingan Pastoral, GKK Pamulang, Konseling Krisis, Berduka, Penggembalaan*

Abstract

This researcher looked at the need for pastoral care for wives who are grieving the death of their husbands. One of the critical factors for a grieving person's success through the transitional era is their ability to manage and adapt to circumstances well. On the other hand, *Crisis Counseling* emphasizes that what is often encountered when accompanying a wife after the death of her husband is the stages of shock or shock and crying, emotional expression, hostility, depression, loneliness, panic, and feelings of guilt. This study used a research method of interviewing five women who had experienced grief over the death of their husbands to obtain data. Researchers analyzed it using selected literature to strengthen studies on grief and post-death wife problems. As a result, pastoral care successfully brings the bereaved to heal themselves from physical, social, psychological, and spiritual damage. Through four functions, pastoral care provides benefits, namely: the function of support, enabling the bereaved to survive and overcome a painful event. So that his faith in God was not in doubt. The guiding function (*guiding*) brings the bereaved into decision-making when in a state of mourning so that they can make decisions even in grief and confusion. The function of reconciliation (*reconciliation*), reconciling the bereaved with relatives and relatives when there is a misunderstanding due to grief and confusion that occurs when grieving. The caregiving function is carried out so that the counselee can develop the potential that exists in the person who is grieving.

Keywords: *Pastoral Care, GKK Pamulang, Crisis Counseling, Grieving, Pastoral*

PENDAHULUAN

Di dalam kehidupan yang dijalani manusia, sudah tentu seseorang pernah menghadiri beberapa upacara pemakaman, baik upacara pemakaman karyawan, teman, jemaat, maupun upacara pemakaman anggota keluarga yang sudah terlebih dahulu tutup usia, baik oleh karena sakit penyakit, kecelakaan, maupun oleh karena usia yang sudah sangat tua. Ketika seseorang ada di tengah-tengah keluarga yang berduka, kita akan melihat kesedihan yang dirasakan oleh keluarga yang ditinggalkan. Kesedihan terhadap orang yang ditinggalkan akan berlangsung cukup lama, namun bagi orang yang tidak memiliki hubungan yang cukup dekat, maka orang tersebut pulang dan tidak pernah memikirkan lagi apa yang mungkin akan terjadi terhadap kehidupan mereka.

Dalam pengalaman peneliti sebagai Pimpinan Gereja (Gembala), jika ada jemaat yang meninggal, maka rohaniawan akan melakukan sebuah pelayanan konseling dan pendampingan bagi jemaat yang sedang berdukacita tersebut. Hal ini bertujuan agar anggota keluarga yang berduka cita mampu melalui duka cita itu dengan baik, dapat menerima realitas kematian itu tanpa meninggalkan pengaruh atau akibat yang kurang baik terhadap pribadi atau keluarga yang sedang berduka. Di sinilah fungsi pendampingan pastoral dapat dilakukan, agar pribadi atau keluarga yang sedang berduka cita tidak merasa sendirian ketika menghadapi duka cita. Pendampingan pastoral di suatu jemaat bertujuan untuk membebaskan, memperkuat, dan memelihara kehidupan seseorang agar dapat melalui kehidupan sebagaimana seharusnya.

Dalam Tidak bisa disangkal bahwa manusia pasti akan mati. Kematian merupakan sebuah kenyataan hidup yang harus dialami oleh setiap manusia siapapun dia. Hal kematian dalam Alkitab pertama kali dapat dilihat dalam kitab Kej. 3:19 yang menyatakan: “Dengan berpeluh engkau akan mencari makananmu, sampai engkau kembali lagi menjadi tanah, karena dari situlah engkau diambil; sebab engkau debu dan engkau akan kembali menjadi debu,” serta Pkh. 3:2 yang menyatakan: “Ada waktu untuk lahir, ada waktu untuk meninggal.”

Menghadapi kenyataan ini, sadar atau tidak seseorang sering merasa takut akan kenyataan akhir hidup di dunia ini. Kematian juga dipandang sebagai suatu kenyataan yang akan menghapus segala keberadaan hidup manusia setelah usia tertentu atau oleh karena penyakit tertentu yang membawa kepada kematian. Peristiwa kematian menyisakan kehilangan dan dukacita bagi orang-orang terdekatnya, bukan saja karena kematian itu telah memisahkannya dari orang-orang yang dikasihinya tetapi juga dalam kondisi itu mereka yang ditinggalkan kehilangan makna hidup secara mendalam (Brennan, 2008, p. 13). Kematian memisahkan satu pribadi dengan pribadi yang lain, antara orang tua dengan anak, kakak dengan adik, serta suami dengan isteri. Perpisahan ini tidak bersifat sementara akan tetapi selamanya dan akan menimbulkan rasa sedih serta kehilangan dalam hidup orang tua, kakak atau adik, serta suami atau isteri yang ditinggalkan karena kematian. Sebuah goncangan akibat kehilangan orang yang dikasihi secara mendadak benar-benar membuat seseorang kehilangan keseimbangan bahkan sangat memungkinkan untuk “terjatuh.” Begitu banyak pertanyaan yang tidak dapat terjawab dan begitu kuatnya perasaan sedih dan marah yang bisa timbul di dalam batin seseorang menghadapi kematian orang-orang yang dikasihinya. Apakah yang harus dilakukan bila kita berada pada posisi ini? Sudah tentu tidak ada jalan pintas atau formula tepat yang dapat dengan mudah akan melenyapkan derita dan kesedihan yang diakibatkan kehilangan yang begitu dalam dan mengagetkan dari orang-orang yang dikasihi (Gunadi, 2017).

Gunadi juga menyatakan bahwa bisa saja krisis itu merupakan masalah yang tidak serius bagi sebagian orang, akan tetapi terhadap orang-orang tertentu mendatangkan arti khusus sehingga menjadi sebuah masalah yang hebat. Ada beberapa unsur umum yang ada di dalam krisis, yakni pertama Kejadian yang penuh risiko, kedua, keadaan rentan yang memungkinkan krisis terjadi, ketiga faktor yang menimbulkan krisis tersebut, dan keempat keadaan krisis yang aktif.

Masalah yang pada akhirnya berubah menjadi krisis tersebut dapat terjadi dalam hidup seorang isteri pascakematian suami mereka, dan mengharuskan mereka melalui tahapan-tahapan baru dalam kehidupan mereka. Daniel Susanto mengutip Granger E. Westberg mengatakan bahwa ada 10 tahapan kedukaan karena kematian yang harus dilalui oleh seseorang. Tahapan kedukaan itu adalah *shock* (terkejut), ungkapan emosi, depresi dan kesepian, gejala-gejala fisik, panik, perasaan bersalah, marah dan dendam, ketidakmampuan, harapan, dan perjuangan untuk memperkokoh realitas (Susanto, 2020, p. 2). Namun dalam pengalaman pelayanan ada dua hal yang harus dipahami. Pertama, tidak semua orang yang berduka akan melalui

kesepuluh tahapan ini, dan tidak melalui secara berurutan. Kedua, ungkapan dukacita dalam tahapannya juga bisa berbeda-beda (Sutanto, 2020, p. 3). Mustika menuliskan ada enam tahapan dukacita yang akan dialami saat berdukacita yang sejalan dengan pemikiran Granger, antara lain: terguncang dan menangis, merasa bersalah, memusuhi, melakukan kegiatan dengan gelisah, hilangnya makna kegiatan-kegiatan yang biasa (Mustika & Objantoro, 2020, p. 19). Semua ini terjadi pada masa transisi kehidupan seorang isteri, dari kehidupan yang selama ini bersama-sama dengan suami kepada kehidupan tanpa suami yang mendampingi. Masa transisi dalam kehidupan seseorang juga bisa menjadi sumber stres dalam kehidupan seseorang. Masa transisi adalah “masa perpindahan dari suatu keadaan yang pasti ke keadaan pasti lain dengan diselingi oleh perubahan dan ketidakpastian di antaranya (Amalia, 2020, p. 17).” Masa transisi dalam kehidupan manusia sangat memungkinkan menjadi sebuah krisis jika tidak dikelola dengan baik. Lain halnya dengan perhatian Gereja Masehi Injili Di Timor (GMIT) di Klasis Amunaban, Tengah Selatan terhadap keluarga yang mengalami hal tersebut sebagai akibat covid-19. Penelitian Taopan dkk melihat upaya pemulihan terhadap masa krisis untuk mengalihkan ke transisi, GMIT Amunaban memilih dari sisi diakonia guna mencukupi kebutuhan keluarga janda yang kehilangan anggota keluarga (Taopan et al., 2022, p. 2361). Kegiatan ini disebut dengan diakonia transformative, sekaligus membantu keluarga lainnya yang menyediakan sembako, agar jemaat pedagang juga terbantu barang dagangannya.

Ketika seorang isteri menghadapi kenyataan bahwa suaminya telah meninggal dunia, maka isteri tersebut akan mengalami *shock* atau terguncang dan menangis, mengungkapkan emosi, melakukan penolakan, berduka, marah, depresi, kecemasan, kesepian, merasakan perasaan bersalah, dan menerima kenyataan pascakematian suami mereka. Secara teologis kematian diyakini bukan akhir segalanya, melainkan sebuah peralihan dari kehidupan duniawi kepada kehidupan sorgawi. Karena itu bagi orang percaya kematian seharusnya bukanlah sebuah peristiwa yang mendukung, akan tetapi merupakan sebuah kebahagiaan (I Kor. 15:52-55).

Oleh karena hal tersebut di atas (poin 1 dan 2) dialami oleh isteri pasca kematian suami di di jemaat Gereja Kristus Pamulang, maka peneliti melihat bahwa pendampingan pastoral yang relevan bagi isteri pasca kematian suami di jemaat Gereja Kristus Pamulang adalah pendampingan pastoral melalui konseling pastoral dengan menggunakan fungsi pastoral menyembuhkan (*healing*), menopang (*sustaining*), membimbing (*guiding*), dan mendamaikan (*reconciling*), (Clebsch & Jaeckle, 2009, pp. 32–33). Clinebell menambahkan satu fungsi pendampingan pastoral yang lain, yaitu fungsi mengasuh (*nurturing*), dimana fungsi pendampingan pastoral ini bertujuan untuk memberdayakan seseorang agar dapat melalui permasalahan yang sedang dihadapi (Clinebell & McKeever, 2011, p. 43). Pendampingan dan mengasuh juga dilakukan oleh masyarakat Simalungun terhadap seorang ibu yang kehilangan suami meski telah masuk pada tahap *sayur matua*. Karena kecemasan masih saja menjadi salah satu dampak yang tidak dapat dihindari dari banyak Ibu usia tua ketika mengalami kematian suami (Purba & Prasetya, 2023, p. 4927). Karena itu masyarakat Simalungun memberikan pendampingan dan asuhan kepada keluarga-keluarga yang memasuki rasa cemas ketika kehilangan suami.

Melihat luasnya bidang pelayanan ini, peneliti memandang penting untuk membuat suatu batasan dalam penelitian dan penulisan. Penelitian dibatasi pada masalah kedukaan yang dialami oleh lima orang isteri¹ pascakematian suami yang terjadi di dalam jemaat Gereja Kristus yang ada di Kompleks Pamulang Permai 1. Jalan Biru Raya Blok A 24 No.23, Kel. Pamulang Barat, Kecamatan Pamulang, Kabupaten Tangerang Selatan, Banten-15417 (Gereja Kristus Pamulang).

Berdasarkan hasil wawancara terhadap lima isteri yang mengalami kedukaan pascakematian suami dapat dirangkum sebagai berikut:

Pertama, Ibu-ibu yang mengalami kedukaan pascakematian suami mereka mengalami penolakan atau belum siap menerima keadaan. Penolakan ini terjadi dalam pengalaman ibu-ibu pada kasus 1 sampai kasus 5.

Kasus 1

Penolakan dalam kedukaan ibu Yuma terlihat dari kesedihan yang masih terus dirasakan ketika mengingat kebersamaan selama hidup suaminya. Ibu Yuma belum dapat menerima kenyataan bahwa sekarang suaminya sudah meninggal dan tidak lagi bersama-sama dengan dia.

¹ Lima orang isteri tersebut adalah isteri-isteri yang didampingi langsung oleh peneliti dan yang usianya belum lansia (35-46 tahun).

Kasus 2

Penolakan yang terjadi ketika Ibu Elma dan anggota keluarga yang kaget ketika menerima pernyataan dari pihak rumah sakit bahwa suami ibu Elma sudah meninggal dunia.

Kasus 3

Penolakan terlihat dalam situasi ketika ibu Syema mendengar bahwa suaminya sudah meninggal dan saran untuk tidak melakukan otopsi yang membuat ibu Syema tidak mampu menahan kesedihan yang tak terkatakan di dalam hati.

Kasus 4

Penolakan ibu Andin terlihat dari kesedihan yang terkadang menangis sendiri, masih memimpikan tentang suaminya, dan karena itu ibu Andin merasa bahwa almarhum suaminya masih ada bersama dengan mereka.

Kasus 5

Sikap penolakan terlihat dari tangisan keras ibu Inga yang belum siap kehilangan suaminya. Penolakan itu juga terasa melalui aksi 2 minggu hanya menyembunyikan diri di kamar bersama anaknya.

Kedua, Kedukaan juga terjadi dalam pengalaman ibu-ibu pada kasus 1 sampai kasus 5. Bentuk kedukaan mereka terlihat sebagai berikut:

Kasus 1

Setiap hari ibu Yuma merasa shock, menangis, dan merasa guncangan yang berat dalam dirinya. Ibu Yuma merasa sangat kehilangan suaminya.

Kasus 2

Semua anggota keluarga shock dan Ibu Elma tidak menyangka suaminya akan meninggal secepat itu. Saat akan tidur, ibu Elma menangis karena menyadari bahwa suami sudah tidak tidur bersamanya lagi.

Kasus 3

Kedukaan Ibu Syema mulai terjadi ketika adik ibu Syema berkata: “sudahlah kak, relakan saja kepergian abang, tidak usah diotopsi supaya abang tenang.” Mendengar nasehat adiknya, tubuh ibu Syema langsung lemas dan tidak mampu menahan kesedihan yang tak terkatakan di dalam hati.

Kasus 4

Kedukaan ibu Andin terlihat sampai ibadah syukur dan penghiburan hari ke-7, ibu Andin terkadang menangis sendiri, masih memimpikan tentang suaminya, dan karena itu ibu Andin merasa bahwa almarhum suaminya masih ada bersama dengan mereka. Ibu Andin masih merasakan kesedihan dan belum dapat menerima keadaan tersebut.

Kasus 5

Kedukaan Ibu Inga dimulai ketika menerima kabar kematian suaminya dan menangis dengan keras. Pada saat itu ibu Inga belum siap kehilangan suaminya. Dan selama 2 minggu ibu Inga hanya menyembunyikan diri di kamar bersama anaknya.

Ketiga, Kemarahan (*anger*) terlihat dalam kasus 3, 4, dan 5. Dan kemarahan itu terlihat dalam:

Kasus 3

Ibu Syema sempat marah kepada Tuhan karena kepergian suami yang sangat tiba-tiba dan sepertinya doanya tidak terjawab karena kenyataannya suami ibu Syema telah meninggal. Ada juga perasaan marah dan mempersalahkan adik ipar ibu Syema yang menutupi sakit suaminya.

Kasus 4

Kemarahan ibu Andin ditujukan kepada dirinya dengan sebuah penyesalan yang dalam karena tidak membawa suaminya untuk berobat ke klinik tempat keluarga biasa berobat ketika sakit.

Kasus 5

Ibu Inga marah dan menyesal terhadap diri sendiri karena merasa usahanya untuk menyembuhkan suaminya seperti sia-sia. Ibu Inga merasa bahwa doanya tidak dijawab Tuhan dan ia kecewa dengan keadaannya saat mengetahui bahwa suaminya harus meninggal dunia.

Keempat, Rasa bersalah (*guilt*) yang paling kuat terjadi dalam kasus 1-4 yang dapat terlihat dari:

Kasus 1

Perasaan bersalah Ibu Yuma dirasakan dari hal-hal yang 'sepele' dengan tidur menggunakan *Air Conditioner* hingga pengobatan yang dilakukan belum maksimal terus berkecamuk dalam hatinya.

Kasus 2

Ibu Elma merasa bersalah karena merasa mengabaikan sakit suaminya untuk membawa ke dokter. Seperti yang diketahuinya bahwa suaminya sudah 2-3 hari merasa kurang sehat dan seharusnya dibawa ke klinik pengobatan namun tidak menindaklanjuti dan hasilnya adalah kematian suaminya.

Kasus 3

Ibu Syema merasa bersalah tidak mengetahui kondisi kesehatannya dan mempersalahkan adik iparnya yang menutupi penyakit suaminya. Ibu Syema merasa bersalah karena harusnya ia memperhatikan kondisi kesehatan suaminya dan juga anggota keluarganya.

Kasus 4

Ibu Andin juga merasakan penyesalan yang dalam terhadap diri sendiri karena tidak peka dan membawa suaminya untuk berobat ke klinik tempat keluarga biasa berobat ketika sakit. Ia merasa bahwa dialah penyebab suaminya meninggal karena tidak memberikan perhatian lebih terhadap kesehatan suaminya.

Kelima, Kecemasan (*anxiety*) dari 5 orang isteri (kasus 1-5) tersebut dapat kita amati melalui respon mereka terhadap kebutuhan hidup disaat mereka tidak bersama suami lagi.

Kasus 1

Ibu Yuma sudah berpikir untuk bekerja kembali agar mendapatkan uang untuk kehidupannya. Tentang kesendiriannya ibu Yuma bersyukur karena ada keponakan yang bersama mereka sejak kecil dan akan menemaninya sementara waktu.

Kasus 2

Oleh karena ibu Elma dan anak-anak sekarang hidup tanpa ayah atau suami lagi, Ibu Elma merasa sedikit cemas atau khawatir tidak dapat membimbing anak-anak karena harus bekerja dan harus mengajari anak bungsunya yang masih butuh pendampingan.

Kasus 3

Ibu Syema mengaku masih memerlukan bimbingan suaminya dalam banyak hal. Hal ini terlihat dari pengakuannya yang belum terpikir untuk melakukan apapun pascakematian suaminya. Pada saat itu masih terus berdiskusi dengan keluarga, apa yang akan dilakukan ke depan.

Kasus 4

Kecemasan ibu Andin adalah masa depan dan keuangan keluarga. Untuk itu ibu Andin sendiri sedang mempersiapkan sebuah usaha bersama adiknya di daerah Jembatan.

Kasus 5

Kecemasan Ibu Inga adalah melihat anaknya yang masih 3 tahun dan membutuhkan seorang ayah dan juga membutuhkan suami disisinya. Pemikiran untuk mencari kerja namun juga harus memikirkan siapa yang dapat menjaga dan merawat anaknya selagi bekerja.

Keenam, Kesepian (*loneliness*) pasti dirasakan oleh siapapun sepeninggal pasangannya atau saat kehilangan sesuatu yang berharga, dan kesepian ini terlihat pada kasus 1-5 dalam bentuk:

Kasus 1

Kesepian Ibu Yuma terasa ketika kebiasaan-kebiasaan yang dilakukan oleh suaminya tidak lagi dirasakan. Kesedihan yang dirasakan ibu Yuma adalah wujud dari kesepian yang dirasakan karena suaminya tidak lagi mendampingi saat tidur malam dan kegiatan bersama lainnya.

Kasus 2

Saat akan tidur, ibu Elma menangis karena menyadari bahwa suami sudah tidak tidur bersamanya lagi.

Kasus 3

Ibu Syema masih merasakan kesepian, gelisah, melamun, dan menangis dan tidak tahu harus

bagaimana.

Kasus 4

Sampai ibadah syukur dan penghiburan hari ke-7, ibu Andin terkadang menangis sendiri, masih memimpikan tentang suaminya, dan karena itu ibu Andin merasa bahwa roh almarhum suaminya masih ada bersama dengan mereka dan masih terus memperhatikan mereka setiap hari dalam melewati hari-hari mereka.

Kasus 5

Kebingungan ibu Inga, menangis karena melihat anaknya yang masih 3 tahun yang masih membutuhkan seorang ayah dan dirinya yang masih membutuhkan suami disisinya.

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode kualitatif (Boeren, 2018), dengan penelusuran masalah dari gejala yang ada dan pengumpulan data dengan cara wawancara (Hamzah, 2020, p. 27). Narasumber untuk permasalahan (kasus) diambil dari lima orang jemaat GKK Pamulang yang telah kehilangan suami. Kemudian data wawancara diolah dengan pengelompokkan sesuai kebutuhan penelitian. Adapun analisa dan interaksi terhadap data dari kelima narasumber dilakukan dengan penelusuran literature terpilih (Ridder et al., 2014, p. 486) bidang konseling khususnya terkait pastoral (penggembalaan jemaat) Kristen. Setiap kasus yang diungkapkan akan dianalisa dari sisi Alkitab (Nome et al., 2023, p. 9530), sosiologi dan psikologi (Charmaz & Thornberg, 2021, p. 311) untuk menemukan jawaban dari permasalahan penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah mengamati masalah yang terjadi dalam kehidupan isteri-isteri pascakematian suami mereka, maka penulis melihat bahwa masalah yang paling dominan terjadi dalam kehidupan isteri-isteri pascakematian suami mereka di lingkup pelayanan Gereja Kristus Pamulang adalah kecemasan (*anxiety*) dan kesepian (*loneliness*). Masalah penolakan dan kedukaan umumnya hanya dapat terjadi dalam waktu yang cukup singkat. Sedangkan masalah kecemasan (*anxiety*) dan kesepian (*loneliness*) akan berlangsung dalam waktu yang cukup lama, dan kedua masalah inilah yang akan di analisa lebih lanjut untuk dapat merencanakan pendampingan pastoral yang tepat bagi isteri-isteri pascakematian suami mereka.

Dari Kemampuan seseorang menghadapi kedukaan tergantung dari ketahanan psikologi dan spiritual dalam hidup yang harus dilalui ketika melalui kedukaan yang terjadi. Ketika seorang isteri ditinggal suami oleh karena kematian, ada beberapa tahapan dalam hidup mereka. Daniel Susanto mengutip Granger E. Westberg mengatakan bahwa ada 10 tahapan kedukaan yang terjadi karena kematian yang harus dilalui oleh seorang penduka. Tahapan kedukaan itu adalah *shock*, ungkapan emosi, depresi dan kesepian, gejala-gejala fisik, panik, perasaan bersalah, marah dan dendam, ketidakmampuan, harapan, dan perjuangan untuk memperkokoh realitas.

Pembahasan

Konseling Pastoral dan Psikologi

Dalam konseling pastoral, psikologi berfungsi agar konselor dapat memperlakukan klien secara tepat sehingga dapat memahami diri, mengekspresikan perasaan dan pikiran, menemukan kekuatan diri, mencoba perilaku baru, menguasai ketrampilan baru dan melakukan inovasi diri. Yakub Susabda menjelaskan fungsi dari studi psikologi dalam konseling, yakni (Baca. Susabda, 2007, pp. 57–63): Pertama, memahami tingkah laku dengan memberikan perumusan bekerjanya faktor-faktor psikis, yang bersama-sama menentukan perkembangan dan pernyataan tingkah laku. Kedua, menentukan kemungkinan terbesar mengenai tingkah laku individu pada situasi tertentu. Ketiga, mengembangkan teknik-teknik yang memungkinkan pengendalian tingkah laku individu dengan mengarahkan perkembangan psikologisnya. Psikologi secara umum bertujuan untuk mengembangkan penggunaan teori- teori psikologi dalam layanan konseling kepada konseli. Jadi, psikologi berfungsi sebagai pendekatan untuk mempelajari tingkah laku dan kondisi psikis klien dalam proses konseling pastoral (Belo, 2020).

Langkah-langkah penerapan psikologi dalam konseling pastoral, sebagai berikut: 1). Menyatakan kepedulian. Maksud dari menyatakan kepedulian atau keprihatinan ialah membentuk hubungan dengan konseli sebagai upaya menjalin kedekatan; 2). Membentuk hubungan. Hal penting untuk Membangun hubungan agar tercipta rasa kepercayaan, keyakinan, keterbukaan dan kejujuran baik konselor maupun konseli; 3). Menentukan tujuan. Konselor harus menentukan arah yang harus dicapai dalam sebuah pelayanan pastoral; 4).Menyelesaikan masalah. Seorang konselor harus bisa menentukan masalah utama dari konseli, kemudian mana yang terlebih dahulu ditangani atau diselesaikan; 5). Menumbuhkan kesadaran. Konselor bertugas menyadarkan atau mengarahkan klien untuk memahami permasalahan yang sedang dihadapi, lalu apa yang harus diperbuat dalam menyelesaikan masalahnya; 6). Merencanakan cara bertindak. Konselor membantu klien untuk merencanakan tindakan atau keputusan untuk menyelesaikan masalahnya; 7). Menilai hasil (evaluasi) (Pattinama, 2018, pp. 175–177). Peneliti mempunyai penekanan bahwa evaluasi merupakan langkah akhir yang harus dilakukan untuk menilai apakah konseling berakhir sesuai tujuan awal yang sudah direncanakan atau tidak.

Analisa Kecemasan dan Kesepian dari Sudut Pandang Sosiologi

Kecemasan (*Anxiety*)

Kecemasan yang timbul dalam diri isteri pascakematian suami mereka adalah karena kehilangan suami mereka karena telah meninggal, dan mereka tidak atau kurang pengalaman hidup sendiri dalam perjalanan hidup keluarga seperti yang selama ini dihadapi bersama dengan suami semasa hidup suaminya.

Kecemasan dapat mengakibatkan beberapa hal di lingkungan sosial (Silaban, 2016, p. 43): Saat seorang wanita berstatus janda, maka selentingan negatif akan beredar di masyarakat dan sangat berbeda dengan pria yang terlihat tetap terhormat dengan status sebagai duda. Kaum janda seringkali ditempatkan sebagai wanita pada posisi yang rendah, lemah, tidak berdaya dan membutuhkan belas kasih sehingga dalam kondisi sosial budaya seringkali terdapat ketidakadilan (Messakh, 2019). Kecemasan juga dapat mengakibatkan seorang janda akan cenderung menghindari situasi yang baru apalagi bertemu dengan orang asing. Hal ini terjadi karena belum dapat membangun kembali hubungan yang terputus karena kematian suami termasuk pencapaian dalam kepercayaan sebagai pasangan, sehingga mengalami perjuangan yang lebih keras pada kedukaan.

Setiap respons terhadap penderitaan manusia membutuhkan pemahaman yang tepat tentang penderitaan tersebut. Untuk memahami fakta apapun, kita perlu “merenungkan fakta sekomprehensif mungkin karena tidak ada satupun pandangan dunia yang dapat menangkap kebenaran seutuhnya (Gunawan, 2018, p. 89).” Namun, ada kecenderungan dalam masyarakat kita bahwa penilaian dan perlakuan terhadap penderitaan seseorang dilakukan dengan pendekatan yang sangat individualistis. Dalam berbagai segmen seperti kepada pecandu narkoba, menurut Simanjuntak cara pandang medis dan psikologis cenderung tidak melihat faktor yang lebih besar dan latar belakang dengan terlalu berfokus pada individu (Simanjuntak et al., 2021, p. 73).

Kesepian (*loneliness*)

Sebagai makhluk sosial manusia tidak bisa hidup seorang diri, manusia harus hidup dan berinteraksi dengan sesamanya. Perilaku manusia sebagai makhluk sosial pada dasarnya dipengaruhi dan ditentukan oleh interaksinya dengan lingkungan sosialnya, baik sebagai pribadi maupun sebagai anggota dari suatu kelompok dimana interaksi ini menjadi pola hubungan yang menetap yaitu organisasi sosial yang adalah salah satu gejala yang dipelajari dan dibahas dalam sosiologi (Band. Nome, 2020, p. 163). Organisasi sosial ini terbentuk dari berbagai unit sosial, antara lain keluarga dianggap sebagai unit sosial terkecil dalam masyarakat. Permasalahan dalam masyarakat dapat berpengaruh kepada keluarga. Sebaliknya, apa yang seseorang alami dalam keluarga juga berpengaruh dalam masyarakat. Simanjuntak mengungkapkan bahwa manusia itu dalam hidupnya selalu memiliki keinginan untuk berhubungan dengan orang lain dan baru puas jika bisa berinteraksi secara menyeluruh (Simanjuntak, 2020, p. 157). Namun hubungan sosial yang selalu berubah-ubah karena perpindahan dapat juga mengakibatkan kesepian karena harus hidup dan tinggal dilokasi yang baru dan belum mengenal lingkungan tersebut. Akibatnya timbul rasa takut, gelisah, bahkan persaingan di tempat baru yang membuat kita menjauhi lingkungan sosial baru kita (Wiersbe, 2009, p. 9).

Dari Analisa Dari Sudut Pandang Psikologi

Kecemasan (*anxiety*)

Anxious berarti penyempitan atau pengecilan. Kecemasan mirip dengan rasa takut tapi dengan fokus kurang spesifik, sedangkan ketakutan biasanya respon terhadap beberapa ancaman langsung, sedangkan kecemasan ditandai oleh kekhawatiran tentang bahaya tidak terduga yang terletak di masa depan, dan merupakan suatu keadaan emosional negatif yang ditandai dengan adanya firasat dan somatik ketegangan, seperti hati berdetak kencang, berkeringat, kesulitan bernapas (Schwartz, 2018, p. 138). SKing mengemukakan kecemasan (*anxiety*) merupakan ketidakberdayaan neurotik, rasa tidak aman, tidak matang, dan kekurangmampuan dalam menghadapi tuntutan realitas (lingkungan), kesulitan dan tekanan kehidupan dan bentuk ketidakberanian ditambah kerisauan terhadap hal-hal yang tidak jelas (Heintzelman SKing L, 2016). Senada dengan itu, mengutip Sarlito W. Sarwono, Nami juga menjelaskan bahwa kecemasan merupakan takut yang tidak jelas objeknya dan tidak jelas pula alasannya (Nami, 2018, p. 68). Dari berbagai pengertian kecemasan (*anxiety*) yang telah dipaparkan di atas dapat disimpulkan bahwa kecemasan adalah kondisi emosi yang mengakibatkan timbulnya rasa tidak nyaman pada diri seseorang, dan merupakan pengalaman yang belum tentu benar yang disertai dengan perasaan tidak berdaya serta tidak menentu yang disebabkan oleh suatu hal yang belum jelas.

Keliat dan Pasaribu dalam sadurannya terhadap karya Gail W. Stuart mengelompokkan kecemasan (*anxiety*) dalam respon perilaku, kognitif, dan afektif, diantaranya (B & J, 2016, pp. 149–152): Pertama, Perilaku, diantaranya: 1) Gelisah, 2) ketegangan fisik, 3) tremor, 4) reaksi terkejut, 5) bicara cepat, 6) kurang koordinasi, 7) cenderung mengalami cedera, 8) menarik diri dari hubungan interpersonal, 9) *inhibisi*, 10) melarikan diri dari masalah, 11) menghindari, 12) *hiperventilasi*, dan 13) sangat waspada.

Kedua, Kognitif, diantaranya: 1) Perhatian terganggu, 2) konsentrasi buruk, 3) pelupa, 4) salah dalam memberikan penilaian, 5) *preokupasi*, 6) hambatan berpikir, 7) lapang persepsi menurun, 8) kreativitas menurun, 9) produktivitas menurun, 10) bingung, 11) sangat waspada, 12) kesadaran diri, 13) kehilangan objektivitas, 14) takut kehilangan kendali, 15) takut pada gambaran visual, 16) takut cedera atau kematian, 17) kilas balik, dan 18) mimpi buruk.

Ketiga, Afektif, diantaranya: 1) Afeksinya mudah terganggu, 2) tidak sabar, 3) gelisah, 4) tegang, 5) gugup, 6) ketakutan, 7) waspada, 8) kengerian, 9) kekhawatiran, 10) kecemasan, 11) mati rasa, 12) rasa bersalah, dan 13) malu.

Munayang mengutip Ivi Marie Blackburn & Kate M. Davidson membagi analisis fungsional gangguan kecemasan, diantaranya (Tirajoh et al., 2021): 1) Suasana hati, misalnya: kecemasan, mudah marah, perasaan sangat tegang. 2) Pikiran, diantaranya: khawatir, sukar berkonsentrasi, pikiran kosong, membesar-besarkan ancaman, memandang diri sebagai sangat sensitif, dan merasa tidak berdaya. 3) Motivasi, diantaranya: menghindari situasi, ketergantungan tinggi, dan ingin melarikan diri. 4) Perilaku, diantaranya: gelisah, gugup, kewaspadaan yang berlebihan. 5) Gejala biologis, diantaranya: gerakan otomatis meningkat, seperti berkeringat, gemetar, pusing, berdebar-debar, mual, dan mulut kering.

Pakar psiko analisa Sigmund Freud kecemasan dapat dibedakan dalam tiga jenis, yaitu (Freud, 1989): Pertama, Kecemasan *neurosis*. Kecemasan *neurosis* adalah rasa cemas akibat bahaya yang tidak diketahui. Perasaan itu berada pada ego, tetapi muncul dari dorongan id. Kecemasan *neurosis* bukanlah ketakutan terhadap insting, namun ketakutan terhadap hukuman. Kedua, Kecemasan moral. Kecemasan ini berakar dari konflik antara ego dan superego. Kecemasan ini dapat muncul karena kegagalan bersikap konsisten dengan apa yang mereka yakini benar secara moral. Kecemasan moral merupakan rasa takut terhadap suara hati. Kecemasan moral juga memiliki dasar dalam realitas, di masa lampau sang pribadi pernah mendapat hukuman karena melanggar norma moral dan dapat dihukum kembali. Dan ketiga, Kecemasan realistik. Kecemasan realistik merupakan perasaan yang tidak menyenangkan dan tidak spesifik yang mencakup kemungkinan bahaya itu sendiri. Kecemasan realistik merupakan rasa takut akan adanya bahaya-bahaya nyata yang berasal dari dunia luar.

Menurut Gail W. Stuart dalam Keliat dan Pasaribu (B & J, 2016) ada tingkatan Kecemasan (*anxiety*) diantaranya: Pertama *Ansietas* ringan. Berhubungan dengan ketegangan dalam kehidupan sehari-hari,

ansietas ini menyebabkan individu menjadi waspada dan meningkatkan lapang persepsinya. *Ansietas* ini dapat memotivasi belajar dan menghasilkan pertumbuhan serta kreativitas. Kedua, *Ansietas* sedang. Memungkinkan individu untuk berfokus pada hal yang penting dan mengesampingkan yang lain. *Ansietas* ini mempersempit lapang persepsi individu. Dengan demikian, individu mengalami tidak perhatian yang selektif namun dapat berfokus pada lebih banyak area jika diarahkan untuk melakukannya. Ketiga, *Ansietas* berat. Sangat mengurangi lapang persepsi individu. Individu cenderung berfokus pada sesuatu yang rinci dan spesifik serta tidak berpikir tentang hal lain. Semua perilaku ditujukan untuk mengurangi ketegangan. Individu tersebut memerlukan banyak arahan untuk berfokus pada area lain.

Kesepian (*loneliness*)

Kesepian adalah suatu pengalaman subjektif dan tergantung pada interpretasi kita terhadap kejadian-kejadian. Banyak definisi kesepian yang telah ditawarkan bagi kita. Meskipun definisi-definisi tersebut bervariasi dalam cara yang halus, paling sering diantaranya menyentuh pada 3 elemen (Barreto et al., 2021): Pertama, Seperti yang telah kita indikasikan, kesepian adalah pengalaman yang subjektif; kita tidak dapat mengukurnya melalui pengamatan yang sederhana apakah seseorang sendiri atau dengan orang lain. Kedua, Kesepian secara umum berasal dari kekurangan yang dilihat dari suatu hubungan sosial seseorang. Dan ketiga, Kesepian adalah tidak menyenangkan.

Kesepian (*loneliness*) adalah emosi negatif yang muncul karena adanya kesenjangan hubungan sosial yang diharapkan dengan kenyataan yang ada, baik secara kualitas maupun kuantitas (Marfuah, 2021, p. 157). Penyebab dari kesepian pada individu bisa dipengaruhi oleh kehidupan sosial yang hanya sedikit mempunyai jaringan pertemanan dan juga karena ketidakcocokan dengan lingkungan sekitar sehingga merasa kesepian di tengah keramaian. Individu yang mengalami kesepian mempunyai persepsi negatif tentang diri sendiri (Barreto et al., 2021, p. 3). Umagami menegaskan bahwa Kesepian dapat dianggap sebagai sebuah lingkungan sosial yang jaringan sosial seseorang kecil atau sempit atau kurang sesuai dengan keinginannya, karena keinginan seseorang atau kecenderungan kontak sosialnya bisa menjadi kurang jelas dalam ukuran konvensional (Umagami et al., 2022, p. 3).

Akibat kesepian terhadap fisik bisa berakibat buruk terhadap kesehatan seseorang yang berakibat terjadinya depresi dan akhirnya mengakibatkan serangan jantung dan membawa kematian seseorang oleh karena kesepian itu berhubungan dengan beberapa jenis penyakit mematikan seperti kanker. Kesepian juga memiliki akibat emosional yang memaksa seseorang untuk mencari pertolongan karena merasakan kesepian, karena munculnya rasa gelisah, makan yang tidak teratur, mabuk-mabukan, dan menderita *insomnia* (Marfuah, 2021). Ketika seseorang “terluka” dan belum mengalami pemulihan, maka “luka” itu sangat berpotensi membuat seseorang menjaga jarak dengan orang lain karena takut “terluka” lagi yang pada akhirnya mengakibatkan mereka kesepian oleh karena sikap yang menjauhkan diri tersebut.

Kesepian yang dialami oleh isteri pascakematian suami harus menjadi perhatian oleh konselor yang dalam hal ini adalah rohaniwan (pendeta). Kesepian yang dialami oleh para isteri ini membuat mereka susah tidur, tidak ada teman diskusi, dan dalam membesarkan anak-anak yang sudah terlahir dalam keluarga.

Secara teologis kematian diyakini bukan akhir segala-galanya, melainkan sebuah peralihan dari kehidupan duniawi kepada kehidupan sorgawi. Karena itu bagi orang percaya kematian seharusnya bukanlah sebuah peristiwa yang mendukakan, akan tetapi merupakan sebuah kebahagiaan (I Kor. 15:52-55). Kematian jasmani sebagai perpisahan tubuh dengan roh “dan debu kembali menjadi tanah seperti semula dan roh kembali kepada Allah yang mengaruniakannya (Pkh. 12:7). Kematian rohani adalah keterpisahan dengan Allah, yaitu disebabkan oleh dosa. Roma 6:23a jelas mengatakan bahwa “Sebab upah dosa ialah maut...” akan tetapi maut itu tidak lagi berkuasa seperti yang dikatakan oleh I Korintus 15:55 “Hai maut, di manakah sengatmu?”

Alkitab tidak melarang *grief* sebagai reaksi normal dari suatu ‘kehilangan’ meskipun demikian itu tidak berarti Alkitab mengizinkan segala macam *grief*. Kenapa? Karena *grief* dari orang percaya merupakan reaksi normal yang sementara karena ada suatu pengharapan (*hope*) atas kematian (I Kor. 15, I Tes. 4:13b, 14, dst) sehingga kita bisa saling menghibur dan menguatkan (Wiryasaputra, 2019, p. 73). Kita tidak pernah belajar bagaimana mengelola kedukaan diri dengan baik. Secara alamiah kita belajar dari keluarga, lingkungan sosial, pendidikan dan keagamaan kita.

Dasar tindakan gereja melaksanakan penggembalaan kepada warganya adalah bercermin pada pelayanan yang dilakukan oleh Tuhan Yesus sendiri sebagaimana yang disaksikan dalam Alkitab. Sejak semula Alkitab kita memberikan kesaksian bahwa Tuhan Allah adalah gembala bagi umat-Nya. Sebagai Gembala, Tuhan senantiasa memimpin umat-Nya, mengumpulkan, menyegarkan, memelihara, menuntun dan menghibur umat-Nya, yang menghibur kami dalam segala penderitaan kami, sehingga kami sanggup menghibur mereka, yang berada dalam bermacam-macam penderitaan dengan penghiburan yang kami terima sendiri dari Allah (2 Kor. 1:4). Hal penggembalaan juga dapat kita lihat dalam Yes. 40: 11, Mzm. 23, Yeh. 34. Pekerjaan untuk menggembalakan umat kemudian dipercayakan kepada pemimpin-pemimpin bangsa Israel (Yeh.34:2).

Perjanjian Baru memberikan kesaksian bahwa Gembala yang baik itu telah datang dalam diri Tuhan Yesus Kristus (Yoh. 10). Gembala yang baik ini telah menyerahkan hidup-Nya bagi domba-domba-Nya. Dan dasar dari tindakan Gembala Agung ini adalah karena kasih-Nya kepada manusia dan dunia (Yoh. 3:16). Setelah Kristus Yesus naik ke surga segala tugas-Nya diserahkan kepada gereja-Nya. Kepada murid-murid-Nya Tuhan Yesus memerintahkan, "Gembalakanlah domba-domba-Ku" (Yoh. 21:15). Dalam perkembangan gereja kemudian maka tugas penggembalaan ini diberikan kepada pejabat khusus dan juga kepada segenap anggota jemaat (I Ptr. 5:2, Rm. 12:8,10).

Pengkhotbah mengatakan bahwa orang yang mati lebih berbahagia daripada orang yang hidup. Sebagian orang menilai pernyataan ini sebagai kesimpulan seseorang yang gila. Hal ini karena sebagian besar orang justru akan melihat bahwa hidup itu jauh amat sangat membahagiakan seperti yang sudah disampaikan dalam bab sebelumnya dalam tulisan ini. Sama sekali berbeda dengan kesimpulan pengkhotbah. Orang yang berjiwa filosofis seperti pengkhotbah melihat kematian dari perspektif berbeda. Sehingga hasil penemuannya pun berbeda dari banyak orang biasa yang menganggap kematian itu adalah sebuah kebahagiaan. Kehidupan, seperti ditulis Pengkhotbah 4:1-3 itu penuh penderitaan dan sangat tidak menyenangkan, karena sering diwarnai pertikaian, kesakitan, penindasan, dan seterusnya. Hidup penuh dengan persoalan. Tawa tidak akan pernah mampu bertahan lama, karena tangisan akan segera tiba. Melihat kehidupan yang tidak berorientasi pada diri, tetapi pada hidup dalam arti yang lebih luas.

Kesimpulan pengkhotbah ini juga berbeda dengan pandangan umum lain yang sepertinya terlihat sama. Jika pengkhotbah mendasarkan kesimpulannya itu pada pengamatan dan perenungan mendalam atas kehidupan, sementara orang yang berkesimpulan serupa seringkali hanya melihat kematian berdasarkan asas kemanfaatannya saja.

Kematian menjadi pencapaian lengkap dari karya Allah dalam hidup kita dan sejarah hidup kita dihadapan Allah mencapai bentuk yang lengkap dan tak dapat diubah. Kitab suci memandang kematian sebagai hal yang alami, (Mzm 49 11-12; ayat 40:6-7) dan sebagai akibat dosa (Kej.3:19; Rm 5:12). Kematian adalah musuh terakhir yang harus dikalahkan (1Kor 15:26) dengan keikutsertaan kita dalam kebangkitan Kristus. Kematian sesungguhnya adalah upah dari dosa yaitu kematian kekal bukan hanya sebatas kematian fisik. Namun penjelasan kamus teologi lebih menunjuk kepada perpisahan dari Allah itulah yang dimaksud dengan kematian. Maka kematian semacam inilah yang harus dikalahkan oleh umat manusia pada umumnya, dan strategi yang dapat memampukan manusia untuk mengalahkan kematian tersebut adalah bahwa manusia itu harus hidup di dalam Tuhan Yesus agar manusia itu mengalami kebangkitan kembali bersama Dia, serta memberikan kemenangan atas kuasa maut.

Beberapa teolog Kristen, baik Katolik maupun Protestan berpendapat bahwa kematian merupakan salah satu akibat dosa, meskipun sebagian lain tidak mempercayainya akan hal tersebut. Dalam teologi Kristen dan Hindu, isteri boleh menikah lagi setelah kematian suami (Bilo & Hutahaeen, 2023). Meski demikian kedukaan dalam diri isteri tidak mudah dipungkiri. Kematian bagi orang percaya adalah kematian bagi segala dosa dan kematian bagi kita juga berarti "masuk ke dalam hidup yang kekal." Meskipun kata-kata ini jelas tidak bermaksud untuk menyangkali pengertian bahwa sekarang dan di dalam kehidupan ini, orang Kristen telah memiliki hidup yang kekal, karena kematian bagi orang yang beriman kepada Kristus bukanlah akhir, melainkan permulaan dari suatu kehidupan yang penuh kemuliaan.

Secara umum dalam Kitab Suci, kematian adalah peralihan status "hidup" kepada status "tidak hidup", tidak dipandang sebagai pemisahan jiwa dari badan melainkan sebagai hilangnya vitalitas: hidup berhenti,

tetapi bayang-bayang manusia masih hidup dalam *Sheol* (dunia bawah). Orang-orang yang meninggal bukan lagi “jiwa yang hidup” sebagaimana statusnya sejak ia tercipta (1 Kor 15:45), sebab ia sudah ditinggalkan oleh Roh yang kembali kepada Allah, satu-satunya yang tidak pernah mati (Pkh 12:7; 1 Tim 6:16).

Dalam Perjanjian Baru, kematian paling sering muncul dalam konteks kebangkitan, bukan dalam konteks kebinasaan. Kitab Suci menegaskan bahwa kehidupan dan kematian adalah dua realitas eksistensial yang harus dijalani oleh setiap orang (2 Sam 1: 23; Ams 18: 21). Kematian dirumuskan hakikatnya sebagai penarikan kembali nafas kehidupan atau Roh Allah dari dalam kehidupan manusia (Ayb 34: 14-15). Manusia dianggap sudah mati, ketika nafas kehidupan sudah tidak ada lagi dalam tubuhnya (1 Raj 17: 17). Kenyataan tentang kematian ini secara tegas dapat ditemukan dalam kitab Pengkhotbah yang mengatakan bahwa setiap makhluk sama dihadapan kematian (Pkh 2: 16). Dalam konteks Perjanjian Baru, kematian lebih dimengerti sebagai mati bersama Kristus dengan harapan akan bangkit bersama Kristus. Paulus dalam suratnya kepada umat di Filipi, mengungkapkan arti kematian Kristen, bahwa oleh Kristus kematian itu memiliki arti yang lebih positif (Band.Filp 1: 21). Dengan ini Paulus menampilkan dimensi baru dari kematian: “Jika kita mati dengan Dia, kitapun akan hidup dengan Dia (2 Tim 2: 11).

Aspek yang baru pada kematian Kristen terdapat dalam kata-kata ini: “oleh pembaptisan warga kristen secara sakramental sudah ‘mati bersama Kristus’, supaya dapat menghidupi satu kehidupan baru”. Dalam pandangan Paulus di atas kita mengerti bahwa kematian merupakan titik akhir peziarahan manusia di dunia ini. Hutahaen menegaskan dari perspektif kerja, bahwa “Orang telah mati tidak mampu berkarya, bekerja dan memberikan respons terhadap panggilan Allah” (Hutahaen et al., 2021, p. 135). Kematian merupakan suatu kesadaran bahwa hidup manusia adalah terbatas di hadapan Allah. Keterbatasan manusia di hadapan Allah ini disebabkan oleh kuasa dosa. Dosa telah membawa manusia kepada kematian dan keterputusan relasi dengan Allah sendiri.

Secara umum dalam Kitab Suci, kematian adalah peralihan status “hidup” kepada status “tidak hidup”, tidak dipandang sebagai pemisahan jiwa dari badan melainkan sebagai hilangnya vitalitas: hidup berhenti, tetapi bayang-bayang manusia masih hidup dalam “dunia bawah tanah”. Dalam Perjanjian Baru, kematian paling sering muncul dalam konteks kebangkitan, bukan dalam konteks kebinasaan. Kitab Suci menegaskan bahwa kehidupan dan kematian adalah dua realitas eksistensial yang harus dijalani oleh setiap orang (2 Sam 1: 23; Ams 18: 21). Kematian dirumuskan hakikatnya sebagai penarikan kembali nafas kehidupan atau Roh Allah dari dalam kehidupan manusia dan manusia dianggap sudah mati, ketika nafas kehidupan sudah tidak ada lagi dalam tubuhnya (1 Raj 17: 17). Kenyataan tentang kematian ini secara tegas dapat ditemukan dalam kitab Pengkhotbah yang mengatakan bahwa setiap makhluk sama dihadapan kematian.

Dalam konteks Perjanjian Baru, kematian lebih dimengerti sebagai mati bersama Kristus dengan harapan akan bangkit bersama Kristus. Paulus dalam suratnya kepada umat di Filipi, mengungkapkan arti kematian kristen, bahwa oleh Kristus kematian itu memiliki arti yang lebih positif “Bagiku hidup adalah Kristus dan mati adalah keuntungan” (Flp 1: 21). Dengan ini Paulus menampilkan dimensi baru dari kematian kita: “Jika kita mati dengan Dia, kitapun akan hidup dengan Dia (2 Tim 2: 11). Aspek yang baru pada kematian kristen terdapat dalam kata-kata ini: “oleh pembaptisan warga kristen secara sakramental sudah ‘mati bersama Kristus’, supaya dapat menghidupi satu kehidupan baru.”

Melalui pandangan Paulus di atas kita mengerti bahwa kematian merupakan titik akhir peziarahan manusia di dunia ini. Kematian merupakan suatu kesadaran bahwa hidup manusia adalah terbatas di hadapan Allah dan keterbatasan manusia di hadapan Allah ini disebabkan oleh kuasa dosa (Band. Bilo, 2020). Dosa telah membawa manusia kepada kematian dan keterputusan relasi dengan Allah sendiri. Kitab Mazmur mengungkapkan realita ini dengan baik: “Masa hidup kita tujuh puluh tahun dan jika kita kuat delapan puluh” (Mzm 90: 10). Ungkapan kitab Mazmur ini mengingatkan kepada kita bahwa kehidupan di dunia ini hanya sementara.

SIMPULAN

Peranan gereja sangat diperlukan karena permasalahan yang akan dihadapi seorang isteri pascakematian mereka cukup serius sehingga pendampingan dari seorang rohaniwan adalah sangat penting. Dengan uraian yang sudah diberikan, maka dapatlah dikatakan bahwa pendampingan pastoral ini membawa

penduka dapat menyembuhkan (*healing*) dirinya dari kerusakan fisik, sosial, psikis maupun spiritual yang dialami oleh seorang penduka. Melalui fungsi menopang (*sustaining*) pendampingan pastoral memungkinkan penduka agar dapat bertahan dan mengatasi suatu kejadian yang begitu menyakitkan sehingga imannya kepada Tuhan tidak menjadi ragu. Melalui fungsi membimbing (*guiding*) kita dapat membimbing penduka ke dalam pengambilan keputusan ketika dalam kondisi berduka, sehingga penduka dapat mengambil keputusan yang tepat di dalam kesedihan dan kebingungan. Melalui fungsi mendamaikan (*reconciling*) pendampingan pastoral dapat mendamaikan penduka dengan kerabat dan saudara ketika terjadi kesalahpahaman karena kesedihan dan kebingungan yang terjadi saat kedukaan berlangsung. Pada akhirnya pendampingan fungsi memelihara (*nurturing*) dilakukan agar penduka dapat mengembangkan potensi-potensi yang ada dalam diri penduka, sehingga ketakutan-ketakutan dapat diatasi satu persatu. Melalui pendampingan ini diharapkan penduka dapat bertumbuh melalui kedukaan yang dialami, dan harapan akhirnya adalah bahwa seorang penduka dapat bertahan dan mengelola dukanya dengan baik sehingga pada akhirnya penduka mengalami sebuah pertumbuhan iman yang maksimal dan luar biasa. Salah satu bentuk pendampingan pastoral untuk membantu isteri pascakematian suami adalah konseling pastoral. Suatu disiplin ilmu non-medis yang sarannya adalah untuk memberi sarana yang dapat menimbulkan pertumbuhan serta perkembangan kepribadian, menolong pribadi untuk mengubah pola kehidupan yang menyebabkan mereka mengalami kehidupan yang tidak menyenangkan, kehilangan, dan kekecewaan dalam kehidupan yang tidak dapat dihindari.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, R. (2020). *Doa Penyembuh Luka Batin* (E. R. Faedah (ed.)). Tata Akbar.
- B, K., & J, P. (2016). *Prinsip dan Praktik Keperawatan Kesehatan Jiwa Stuart* (Bhs Indone). Elsevier Inc.
- Barreto, M., Victor, C., Hammond, C., Eccles, A., Richins, M. T., & Qualter, P. (2021). Loneliness Around the World: Age, Gender, and Cultural Differences in Loneliness. *Personality and Individual Differences*, 169(1), 1–7. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2020.110066>
- Belo, Y. (2020). Implementasi Komunikasi Paulus Dalam Menyelesaikan Masalah Berdasarkan Surat Filemon. *Phronesis: Jurnal Teologi Dan Misi*, 3(2), 147–157. <https://doi.org/10.47457/phr.v3i2.70>
- Bilo, D. T. (2020). Karakteristik Kasih Kristiani Menurut 1 Korintus 13. *Phronesis: Jurnal Teologi Dan Misi*, 1(1), 1–17. <https://doi.org/10.47457/phr.v1i1.2>
- Bilo, D. T., & Hutahaeen, H. (2023). Implementasi Pemahaman Teologi Pernikahan Umat Hindu dan Kristen Di Pintubesi Bagi Kerukunan. *Jurnal Penelitian Agama Hindu*, 7(2), 121–134. <https://doi.org/https://doi.org/10.37329/jpah.v7i2.2041>
- Boeren, E. (2018). The Methodological Underdog: A Review of Quantitative Research in the Key Adult Education Journals. *Adult Education Quarterly*, 68(1), 63–79. <https://doi.org/10.1177/0741713617739347>
- Brennan, M. (2008). Mourning and Loss : Finding Meaning in The Mourning For Hillsborough. *Journal Mortality*, 13(1), 1–16.
- Charmaz, K., & Thornberg, R. (2021). The Pursuit of Quality in Grounded Theory. *Qualitative Research in Psychology*, 18(3), 305–327. <https://doi.org/10.1080/14780887.2020.1780357>
- Clebsch, W. A., & Jaeckle, C. R. (2009). *Pastoral Care in Historical Perspective*. Cambridge University Press. <https://doi.org/https://doi.org/10.2307/3162895>
- Clinebell, H., & McKeever, B. C. (2011). *Basic Types of Pastoral Care & Counseling: Resources for the Ministry of Healing and Growth*. Abingdon Press.
- Freud, S. (1989). *An Outline of Psycho-Analysis* (J. Strachey (ed.)). W. W. Norton & Company.
- Gunadi, P. (2017). *Penghiburan Dalam Kedukaan* (Computer Program; p. 9). TELAGA. <https://www.telaga.org/audio/>
- Gunawan, W. (2018). Pastoral Konseling: Deskripsi Umum Dalam Teori dan Praktik. *Abdiel*, 2(1), 85–104. <https://doi.org/https://doi.org/10.37368/ja.v2i1.63>
- Hamzah, A. (2020). *Metode Penelitian Studi Kasus, Single Case, Instrumental Case, Multicase dan Multisite* (N. A. Rahma (ed.)). Literasi Nusantara.
- Heintzelman SKing L. (2016). Meaning in Life and Intuition. *Journal of Personality and Social Psychology*, 5(2), 170–182. <https://doi.org/10.1037/pspp0000062>
- Hutahaeen, H., Siregar, N., & Tampubolon, D. (2021). Tafsir Efesus 6: 5-8 Tentang Teologi Kerja Dan Aplikasinya Bagi Pemuda Gereja. *Manna Rafflesia*, 8(1), 131–153. https://doi.org/https://doi.org/10.38091/man_raf.v8i1.191

- Marfuah, S. (2021). Konseling Pendekatan Kognitif Untuk Mengatasi Kesepian. *Procedia : Studi Kasus Dan Intervensi Psikologi*, 8(4), 153–160. <https://doi.org/10.22219/procedia.v8i4.14786>
- Messakh, B. J. (2019). Dimensi Pastoral Dalam Doa: Menemukanali Praktik Doa Yang Bertanggungjawab Dalam Pelayanan Pendampingan Dan Konseling Pastoral. *Jurnal Abdiel: Khazanah Pemikiran Teologi, Pendidikan Agama Kristen Dan Musik*, 3(2), 33–46. <https://doi.org/http://journal.stt-abdiel.ac.id/JA/article/view/95>.
- Mustika, M. B., & Objantoro, E. (2020). Analisis Mazmur 3 Untuk Praktik Konseling Krisis. *Kharisma: Jurnal Ilmiah Teologi*, 1(1), 14–22. <https://doi.org/10.54553/kharisma.v1i1.5>
- Nami, N. (2018). *Mengembangkan Kecerdasan Emosional dan Spiritual Siswa: Melalui Pendekatan Pengkondisian Operan dan Teori Kognitif Sosial* (M. Maulid (ed.)). CV. Intishar Publishing.
- Nome, N. (2020). Strategi Guru Dalam Menumbuhkan Kepercayaan Diri Peserta Didik. *Phronesis: Jurnal Teologi Dan Misi*, 2(2), 158–176. <https://doi.org/10.47457/phr.v2i2.44>
- Nome, N., Zamasi, S., Sarumpaet, S., & Simanjuntak, L. Z. (2023). Edukasi dan Upaya Konseling Kristen bagi Remaja. *Journal on Education*, 5(3), 9529–9544. <https://doi.org/10.31004/joe.v5i3.1244>
- Pattinama, Y. A. (2018). Pastoral Konseling Menurut Yehezkiel 34:16 Sebagai Upaya Pemulihan Mental. *SCRIPTA: Jurnal Teologi Dan Pelayanan Kontekstual*, 6(2), 172–183. <https://doi.org/https://doi.org/10.47154/scripta.v6i2.53>
- Purba, S. L., & Prasetya, B. E. A. (2023). Gambaran Kecemasan akan Kematian pada Lansia yang Sudah Sayur Matua dalam Budaya Simalungun. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling (JPDK)*, 5(2), 4925–4933. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/jpdk.v5i2.14269>
- Ridder, H. G., Miles, M. B., Michael Huberman, A., & Saldaña, J. (2014). Qualitative data analysis. A Methods Sourcebook. *Zeitschrift Fur Personalforschung*, 28(4), 485–487. <https://doi.org/10.1177/239700221402800402>
- Schwartz, S. (2018). *Abnormal Psychology: A Discovery Approach* (II). McGraw-Hill Humanities.
- Silaban, B. B. H. (2016). Strategi Konseling Yesus Menurut Lukas 24:13-25 Dan Kontribusinya Terhadap Konseling Krisis Masa Kini. *Asteros*, 3(2), 39–50. <https://doi.org/ISSN.2356-2587>
- Simanjuntak, L. Z. (2020). Hiasi Dirimu Dengan Kemegahan dan Keluhuran Refleksi Ayub 40:1-9. In S. R. Paparang (Ed.), *Tetap Setia Di Jalan Tuhan : Kumpulan Tulisan Dalam Rangka Mensyukuri Ulang Tahun Pdt. Dr. Edison Djama* (pp. 154–160). Bible Culture Study.
- Simanjuntak, L. Z., Malik, M., & Hutahaeen, H. (2021). Efektifitas Strategi Pelayanan Pastoral Konseling Kepada Pasien Panti Rehabilitasi Narkoba. *Evangelikal: Jurnal Teologi Injili Dan Pembinaan Warga Jemaat*, 5(1), 67–79. <https://doi.org/10.46445/ejti.v5i1.352>
- Susabda, Y. (2007). *Menjadi Konselor yang Profesional*. ANDI.
- Sutanto, D. (2020). *Materi Kuliah Konseling Pastoral Bagi Orang Berduka* (p. 180). STT Cipanas.
- Taopan, A. M., Lao, H. A. E., Kasse, S., & Ajito, T. (2022). Implementasi Pelayanan Diaconia Bagi Keluarga Kristen Pada Masa Pandemi Covid-19 Di Gmit Jemaat Musafir Pana Klasik Amanuban Tengah Selatan. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling (JPDK)*, 4(4), 2358–2362. <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/jpdk.v4i4.5793>
- Tirajoh, C. V., Munayang, H., & Kairupan, B. R. (2021). Dampak Pembelajaran Jarak Jauh Terhadap Kecemasan OrangTua Murid di Masa Pandemi Covid-19. *Biomedik: JBM*, 13(1), 49–57. <https://doi.org/https://doi.org/10.35790/jbm.13.1.2021.31715>
- Umagami, K., Remington, A., Lloyd-Evans, B., Davies, J., & Crane, L. (2022). Loneliness in Autistic Adults: A Systematic Review. *Autism*, 26(8), 1–7. <https://doi.org/10.1177/13623613221077721>
- Wiersbe, W. W. (2009). *Membangkitkan Roh Antusias: Memahami dan Mengatasi Rasa Kesepian*. ANDI.
- Wiryasaputra, T. S. (2019). *Grief Psychotherapy* (T. A. Prabawati (ed.)). ANDI Offset.