

**PENDAMPINGAN PASTORAL TERHADAP ORANG  
YANG BERDUKA KARENA KEHILANGAN  
BAPAK AKIBAT KECELAKAAN**

*Oleh:*

Risma Siregar

Sekolah Tinggi Diakones HKBP

srgr\_risma@yahoo.com

**ABSTRACT**

*Grief is a human reaction to defend one self when faced with loss events such as death, separation, or the loss of something valueable that affects aspects of human life holistically. The level of human sadnesses influenced by the value of the lost object, the emotional connection with the lost object, the period of loss of the object, the form of the lost object, the number of lost object, the level of anticipation of loss and the social support system. This studi aims to determine the level of sadness experieirnced by the client (PS) due to the loss of a father due to an accident in the village X Balige. Greaf experienced by the client, including prolonged grief. Seventeen year ago until now, she had not been able to manage has grief, her conditions was unstable. Therefore, the author conducts research and help through assistance, so that mourners healing, realize and acceptance.*

**Keyword: Pastoral Care, Grief.**

**Pendahuluan**

Kehilangan atau berduka adalah kejadian universal yang sifatnya unik bagi setiap individu dalam pengalaman hidupnya. Kehilangan atau berduka juga merupakan istilah yang dalam pandangan umum berarti sesuatu yang kurang enak atau kurang nyaman untuk dibicarakan. Hal ini disebabkan karena kehilangan merupakan suatu kondisi dimana seseorang mengalami hilangnya sesuatu yang dulunya pernah ada menjadi tidak ada, baik sebagian atau seluruhnya. Kondisi ini juga melibatkan emosi dan ego dari diri orang yang bersangkutan dan yang disekitarnya.

Emosi adalah tanggapan batiniah yang dirasakan setiap orang atas peristiwa-peristiwa kehidupan yang terjadi. Kehilangan orang yang dikasihi akibat kematian adalah salah satu penyebabnya. Kematian melibatkan emosi dalam diri seseorang dan tidak dapat diingkari

bahwa tidak ada seorangpun yang dapat menguasai sepenuhnya akan apa yang dirasakan.<sup>1</sup> Kedukaan yang dialami seseorang dapat terlihat melalui emosi pada diri yang bersangkutan.

Sering sekali individu menyangkal bahkan menyalahkan keadaan atau menentang kepergian seseorang yang sudah meninggal. Penyangkalan terhadap keadaan itu terlihat melalui pertanyaan-pertanyaan seperti “Mengapa ini harus cepat terjadi? Mengapa ini yang terjadi dalam keluargaku? Mengapa harus dia? Ada banyak alasan mengapa pertanyaan-pertanyaan tersebut terlontar, misalnya karena orang yang dikasihi meninggal tanpa berpesan, meninggal tiba-tiba dan lain sebagainya. Pertanyaan demikian merupakan bentuk penolakan akan kenyataan hidup yang diterimanya kepada Tuhan.

Dalam pandangan iman Kristen, kematian adalah sebuah kenyataan hidup yang harus dialami oleh setiap manusia siapapun dia. *“Yang ditaburkan adalah tubuh alamiah, yang dibangkitkan adalah tubuh rohaniah. Jika ada tubuh alamiah, maka ada pula tubuh rohaniah.” 1 Kor.15: 44*

Dari ayat tersebut, mengingatkan orang Kristen dengan iman kepada Sang Pencipta adanya **“kebangkitan daging/ tubuh yang rohaniah”**. Senada dengan Pengakuan Iman Rasuli pada pasal yang ketiga. Hal ini selalu diucapkan setiap ibadah Minggu dikalangan Gereja Protestan: Aku percaya kepada Roh Kudus, ..., kebangkitan daging, dan hidup yang kekal. Pernyataan ini tidak mudah diterima oleh seorang penduka apalagi duka karena kehilangan bapak secara tiba-tiba, akibat kecelakaan. Hanya oleh karena pekerjaan Roh Kuduslah pendamping dan yang didampingi (klien) dapat mengimani dan mengaminkan Pengakuan Iman tersebut.

Kematian pada dasarnya merupakan suatu hal yang ditakuti oleh setiap orang sehingga banyak orang berusaha untuk menghindari kematian. Seorang yang mengalami kematian, tubuhnya akan dikubur dan mengalami pembusukan. Artinya, kematian merupakan akhir dari kehidupan, tidak ada lagi wujud tubuh yang dapat dilihat, sehingga muncul kehilangan yang mendalam dan kedukaan semakin terlihat jelas.

Menurut Robert E. Neale dikatakan bahwa kedukaan sebagai akibat dari suatu kehilangan dan merupakan suatu proses peralihan dari situasi terkejut dan ketidakmampuan melupakan masa lalu menuju ke situasi sedih yang sangat dalam atas peristiwa kehilangan

---

<sup>1</sup>Sue Burnham, *Emosi dalam Kehidupan*, (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 1997), 7.

itu.<sup>2</sup> Duka selalu dirasakan oleh mereka yang kehilangan seseorang yang dicintai dan dikasihi yang dianggap sangat berarti dalam hidupnya. Jika penduka tidak dapat mengelola kesedihannya akan menimbulkan penyakit Patogenik.

Pendampingan pastoral diharapkan dapat membantu, menopang mereka yang berduka karena kehilangan seseorang merupakan peristiwa yang dapat beresiko memicu stress panjang dan penuh duka. Hal ini disebabkan, orang yang mengalami kedukaan tidak dapat mengungkapkan kedukaannya secara utuh dan sempurna. Tidak memiliki kesempatan untuk mengungkapkan rasa dukanya segera setelah kehilangan terjadi dikarenakan berbagai alasan.<sup>3</sup> Salah satu alasan lain adalah karena penduka tidak mau melepaskan rasa berdukanya dan membiarkan dirinya hanyut dan tenggelam dalam rasa dukanya. Penduka belum dapat menerima kenyataan bahwa ia kehilangan sehingga kedukaannya berkepanjangan.

### **Pemahaman Kedukaan**

Berduka berasal dari kata dasar duka yaitu sesuatu hal yang sering berhubungan dengan peristiwa kematian. Seorang yang mengalami kedukaan karena kehilangan orang yang dikasihi dalam hidupnya, seperti suami, istri, anak, orangtua atau anggota keluarga lain seperti nenek, paman, bibi dan lain-lain.<sup>4</sup> Kedukaan adalah alamiah dalam hidup. Kedukaan merupakan reaksi normal ketika seorang mengalami tekanan (*stress*), kehilangan (*loss*) seseorang atau sesuatu. Kedukaan juga merupakan sebuah upaya untuk menciptakan keseimbangan baru setelah peristiwa kehilangan.<sup>5</sup> Berduka (*grief*) adalah pengalaman emosi yang timbul sebagai reaksi atas hilangnya seseorang yang penting dalam hidupnya. Perasaan kehilangan itu merupakan pengalaman negatif yang menggelisahkan yang menggejala secara *phisically*, *emotionally*, *cognitively*, *socially* dan *spiritually*. Kedukaan yang berarti suasana hati dan atau sedih hati yang diakibatkan oleh suatu peristiwa kehilangan.<sup>6</sup>

Dari kutipan di atas dapat dipahami duka berarti hilangnya sesuatu yang berharga yang dimiliki seseorang yang melibatkan aspek kehidupan. Dukacita muncul dari dalam hati seseorang sebagai respon alamiah karena kehilangan sesuatu yang berarti dan yang tidak diinginkan terjadi dalam hidup. Dukacita juga merupakan emosi yang diberikan Tuhan.<sup>7</sup>

---

<sup>2</sup>Totok S. Wiryasaputra, *Mengapa Berduka: Kreatif Mengelola Perasaan Duka*, (Yogyakarta: Kanisius, 2003), 24.

<sup>3</sup>Liana Poedjihastuti, *Maukah Engkau Pulih?*, 93.

<sup>4</sup>J.L.Ch. Abineno, *Pelayanan Pastoral kepada Orang Berduka*, (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2007), 1.

<sup>5</sup>Totok S. Wiryasaputra, *Pendampingan Pastoral Orang Berduka*, (Yogyakarta: Pohon Cahaya, 2019), 7.

<sup>6</sup>Lamria Sinaga, "Kedukaan Pandemi Covid-19-Menentang prinsip Konseling Pastoral" di tengah Tema Reposisi pekabarab Injil HKBP 2020, *Jurnal Diakonia* Vol. 1 No.8 (Mei 2020), 66.

<sup>7</sup>June Hunt, *Pastoral Konseling Alkitabiah 1*, (Yogyakarta: ANDI, 2014), 303.

Berduka adalah proses menjalani rasa sakit karena kesedihan yang diakibatkan kematian seseorang yang dianggap berarti dalam hidup. Berduka merupakan proses normal yang sehat dan berlangsung selama beberapa waktu yang cukup menggugah rasa iba dan mendorong orang lain untuk memberikan penghiburan serta motivasi yang menguatkan.<sup>8</sup>

Menurut Granger Westberg kedukaan itu, seperti ketika bernafas. Kedukaan merupakan gerakan yang stimulan seperti mengeluarkan udara kotor dan kemudian menghirup udara bersih. Ada nafas ringan dan ada nafas dalam; maka kedukaan juga adalah kedukaan kecil dan ada kedukaan besar.<sup>9</sup> Senada dengan pendapat di atas Wiryasaputra juga menambahkan bahwa berduka merupakan reaksi normal sebagai pertahanan diri atas hilangnya sesuatu yang berharga.

### **Jenis-jenis Kedukaan yang tidak terselesaikan**

Menurut Totok S. Wiryasaputra, ada tiga jenis kedukaan yang tidak terselesaikan antara lain:

#### **a. Kedukaan berkepanjangan (*prolonged grief*)**

Kedukaan berkepanjangan adalah orang yang berduka dari sejak masa lalunya dan dibawa ke dalam kehidupannya masa kini. Penduka melalui proses kedukaannya secara tidak wajar, yaitu penduka tidak dapat membedakan kehidupan masa lalu dan masa kini dan akan datang.<sup>10</sup> Jika dilihat dari rentang waktu, penduka seharusnya tidak berduka lagi, namun penduka tidak dapat mengelola kedukaannya dan membiarkan kedukaannya tetap tinggal dalam kehidupannya.

#### **b. Kedukaan tertunda (*delayed grief*)**

Kedukaan tertunda adalah kedukaan yang dialami seseorang yang tidak ingin, tidak mampu, atau tidak ada kesempatan untuk mengalami kedukaannya pada saat atau segera setelah menyadari adanya kehilangan. Penduka biasanya memerankan dirinya sebagai penyelamat.<sup>11</sup> Artinya penduka tidak menunjukkan kedukaannya dikarenakan menjaga penduka lainnya dan mengabaikan kedukaannya sendiri.

#### **c. Kedukaan tidak penuh (*distorted grief*)**

Golongan ini adalah kedukaan tak terselesaikan dan tidak penuh (*distorted grief*). Kedukaan tidak penuh dapat pula disebut sebagai kedukaan yang terhambat. Penduka

---

<sup>8</sup>June Hunt, *Pastoral Konseling Alkitabiah 1*, (Yogyakarta: ANDI, 2014), 304.

<sup>9</sup>Totok S. Wiryasaputra, *Mengapa Berduka*, 25.

<sup>10</sup> Totok S. Wiryasaputra, *Mengapa Berduka*, 37.

<sup>11</sup> Totok S. Wiryasaputra, *Mengapa Berduka*, 38.

tidak mengalami kedukaannya secara utuh dan sempurna.<sup>12</sup> Kedukaan yang dimaksud adalah bahwa penduka tidak menyelesaikan kedukaannya pada saat momen kehilangan berlangsung. Kedukaan pada diri penduka akhirnya terhambat dan tidak mencapai tingkat kedukaannya secara klimaks.

Ketiga jenis kedukaan di atas merupakan kedukaan yang tidak terselesaikan atau tidak mengungkapkan kesedihannya secara utuh dan penuh, sehingga muncul kedukaan berkepanjangan, kedukaan tertunda dan kedukaan tidak penuh. Suatu waktu penduka dapat merasakan kedukaan itu kembali ketika melihat pengalaman atau peristiwa yang sama lingkungan. Kedukaan yang ditekan akan muncul ke permukaan dan membuat penduka menunjukkan respon kedukaan kembali.

### **Tahapan Kedukaan**

Kedukaan merupakan suatu proses untuk mencapai keseimbangan baru, maka kedukaan memiliki titik awal, tengah dan akhir.<sup>13</sup> Proses mencapai keseimbangan baru merupakan perjalanan panjang yang akan dijalani oleh penduka. Proses tersebut terbagi dalam beberapa tahapan. Menurut Elizabeth Kubler Ross sebagai tokoh psikiater ada 5 (lima) proses tahapan yang dialami oleh orang berduka.<sup>14</sup>

#### **1. *Denial* (Penolakan, Penyangkalan)**

Tahap ini merupakan masa peralihan dari situasi normal, tenteram berubah ke situasi kacau balau untuk mencapai keseimbangan secara holistik karena kehilangan obyek yang berarti, bernilai dan berharga bagi penduka. Penduka pada tahap ini menyadari peristiwa kehilangan yang terjadi. Sebagai dampaknya, penduka akan mengalami ketidakseimbangan secara holistik. Penduka akan merasa terkejut, *shocked*, panik, kacau balau, tidak percaya, takut hidup sendirian, kecewa dan menyesal.

#### **2. *Anger* (Marah)**

Tahap ini merupakan situasi penduka yang telah menyadari bahwa hidup benar-benar tidak seperti yang mereka inginkan. Mereka mulai frustrasi karena objek yang hilang benar-benar hilang. Penduka lebih sensitif dari sebelumnya dan kerap sekali mudah tersinggung dan marah. Artinya penduka sering tidak bisa mengontrol perasaannya dan menunjukkan ekspresi “bertindak lebih” pada segala sesuatu yang ada pada lingkungan sekitarnya (teman dekat, pasangan, keluarga, pemerintah, asuransi, dokter, perawat dan sebagainya).

---

<sup>12</sup> Totok S. Wiryasaputra, *Mengapa Berduka*, 40.

<sup>13</sup> Totok S Wiryasaputra, *Pendampingan Pastoral Orang Berduka*, 25.

<sup>14</sup> Elisabeth KüblerRoss, *On Death & Dying* 1969. Interpretasi oleh Alan Chapman 2006-2013

### **3. *Bargaining* (Tawar-menawar)**

Pada tahap ini, kemarahan penduka tidak dapat menyelesaikan masalah, sehingga penduka menurunkan tingkat kedukaan dari marah menjadi tawar-menawar. Pada tahap *anger* (marah) penduka telah menghabiskan banyak tenaga untuk menolak dan marah. Maka pada tahap ini penduka menunjukkan tahap tawar-menawar yaitu penyesalan dan janji-janji pada diri sendiri.

### **4. *Depression* (depresi)**

Tahap ini merupakan titik terendah dari proses kedukaan. Penduka menyadari bahwa obyek yang hilang benar-benar hilang dan tidak akan kembali. Tahap ini dapat berlangsung berbulan-bulan atau bahkan bertahun-tahun. Penduka merasakan kesedihan luar biasa, merasa ditinggalkan, sendirian, putus asa, tanpa harapan, tidak berdaya, tidak dapat konsentrasi dan lain-lain.

### **5. *Acceptance* (Penerimaan)**

Untuk sampai pada tahap ini penduka membutuhkan waktu yang berbeda-beda. Tahap ini juga tidak dapat disamaratakan jangka waktunya. Pada tahap ini secara fisik penduka mulai tenang, dapat tersenyum secara lepas, dapat berdoa, pasrah, dapat mengucapkan “*yah* mau apa lagi semua sudah terjadi”, “sudah takdir Allah.”

## **Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Tingkat Kedukaan**

Kedalaman kedukaan pada setiap orang berbeda-beda faktor yang mempengaruhi. Menurut Wiryasaputra dalam buku Pendampingan Pastoral Orang Berduka, terdapat 7 (tujuh) faktor yang mempengaruhi tingkat kedukaan yang dialami oleh penduka adalah sebagai berikut:<sup>15</sup>

### **1. Nilai Obyek yang Hilang**

Nilai adalah suatu alat untuk mengukur hal-hal yang dianggap berharga dalam kehidupan manusia yaitu hal yang dianggap layak, benar, pantas, penting, dan dikehendaki oleh setiap orang. Setiap objek dalam kehidupan manusia tentu memiliki nilai yang dijadikan sebagai tolok ukur untuk mempertahankan keberadaan objek itu sendiri. Semakin besar nilai suatu objek maka semakin sulit untuk melepaskan apabila terjadi kerusakan, perpecahan dan perpisahan.

### **2. Hubungan Emosional dengan Objek yang Hilang**

Kedukaan seseorang tidak hanya dipengaruhi oleh nilai objek yang hilang, namun hubungan emosional juga mempengaruhi. Semakin rendah tingkat hubungan emosional, maka semakin rendah tingkat kedukaannya, begitu juga sebaliknya

---

<sup>15</sup> Totok S Wiryasaputra, *Pendampingan Pastoral Orang Berduka*, 15-20.

semakin tinggi tingkat hubungan emosional, maka semakin tinggi tingkat kedukaannya. Wiryasaputra menjelaskan bahwa dalam tingkat hubungan emosional yang sangat dalam, biasanya orang mengalami kesulitan untuk menarik diri kembali seluruh energi batin yang telah dicurahkan atau ditanamkan. Maka sangat jelas bahwa kedukaan yang dialami seseorang bisa saja sangat mendalam apabila dipengaruhi oleh tingkat hubungan emosional.

### **3. Jangka Waktu Kehilangan Obyek**

Kedukaan memiliki jangka waktu yaitu sementara atau permanen. Kehilangan yang bersifat permanen biasanya menimbulkan kedukaan yang lebih dalam daripada kehilangan bersifat sementara. Kehilangan sementara adalah penduka mengalami peristiwa kehilangan yang bersifat sementara dan ada celah untuk menemukan kembali objek yang hilang.

### **4. Wujud Obyek yang Hilang**

Kedukaan tidak dapat disamaratakan jika dilihat dari bentuk atau wujudnya. Kedukaan merupakan suatu hal yang unik dan berbeda-beda bagi setiap orang. Keunikan tersebut terletak pada wujud objek yang hilang. Kehilangan wujud dari objek ini merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi kedukaan bagi setiap orang. Apabila kedukaan disebabkan oleh kematian, maka objek yang hilang bersifat permanen dan selamanya. Penduka tidak akan melihat keberadaan objek yang hilang sehingga dukacita yang dirasakan lebih mendalam.

### **5. Kuantitas Obyek yang Hilang**

Kuantitas merujuk pada jumlah obyek yang hilang baik tunggal ataupun jamak. Makin banyak objek yang hilang dalam jangka waktu yang relatif singkat makin dalam tingkat kedukaan. Makin kompleks kedukaan seharusnya makin berkelanjutan dan intent pendampingan yang dilakukan. Kedukaan dengan kuantitas obyek tunggal dapat mengakibatkan kedukaan yang mendalam terlebih jika lebih dari satu peristiwa. Maka jumlah objek sangat mempengaruhi tingkat kedukaan seseorang.

### **6. Tingkat Antisipasi akan Kehilangan**

Ada tidaknya antisipasi terhadap kemungkinan kehilangan dapat mempengaruhi kedalaman kedukaan seseorang. Secara teoritis penduka dengan tingkat antisipasi tinggi tentu akan mengalami kedukaan yang kurang kompleks dibanding penduka yang tidak memiliki antisipasi.

### **7. Sistem Dukungan Sosial**

Dukungan sosial merupakan adanya pertolongan dari beberapa komunitas yang dilakukan secara alamiah dan telah mengembangkan sistem dukungan sosial. Kelompok atau komunitas di lingkungan sosial biasanya mengunjungi orang yang berduka secara alamiah dan sudah menjadi kebiasaan di tengah masyarakat. Dukungan ini terjadi karena ada ikatan antara penduka dengan komunitas yang memberi pertolongan.

### **Pengertian Pendampingan Pastoral**

Istilah pendampingan berasal dari kata kerja “*mendampingi*”. Mendampingi merupakan suatu kegiatan menolong orang lain karena suatu sebab dan perlu didampingi. *Pendampingan* memiliki arti kegiatan kemitraan, bahu membahu, menemani, membagi/berbagi dengan tujuan saling menumbuhkan dan menguatkan.<sup>16</sup> Setiap orang tidak akan luput dari persoalan yang membuat ketidakberdayaan dan keterpurukan dalam hidupnya. Untuk menolong persoalan yang demikian maka diperlukan pendampingan pastoral.

Keadaan sulit tersebut membutuhkan pendampingan agar dapat membantu orang yang didampingi keluar dari situasi sulitnya tersebut. Pendampingan ini perlu karena orang yang ditinggalkan tidak akan melihat tubuh atau jasadnya untuk selama-lamanya, tidak dapat berbicara mengungkapkan perasaan secara langsung, tidak akan melihatnya dalam kehidupan dan mengenang kenangan-kenangan tanpa ada orang yang bersangkutan lagi. Dampak kedukaan tersebut sangat kompleks, sehingga pendampingan kepada orang yang mengalami kedukaan juga perlu dilakukan secara menyeluruh atau ekstensif. Pendampingan secara menyeluruh artinya mendampingi orang yang didampingi agar dapat menghayati keberadaannya dan mengalami pengalamannya secara penuh dan utuh sehingga dapat menggunakan sumber-sumber yang tersedia untuk berubah dan bertumbuh serta berfungsi penuh secara fisik, mental, spiritual dan sosial.

Menurut Clinebell dalam Buku Pastoral Dan Kebutuhan Dasar Konseling menjelaskan bahwa pendampingan pastoral merupakan pelayanan pertolongan dan penyembuhan dari gereja, baik secara individu maupun kelompok sehingga dapat bertumbuh dalam proses kehidupannya di masyarakat.<sup>17</sup> Clinebell menjelaskan bahwa pendampingan pastoral dilakukan secara sengaja sebagai upaya untuk memberi pertolongan. Pertolongan ini

---

<sup>16</sup>J.D. Engel, *Pastoral dan Kebutuhan Dasar Konseling*, (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2016), 2.

<sup>17</sup> J.D. Engel, *Pastoral dan Kebutuhan Dasar Konseling*, 2.



merupakan respon konselor dalam menanggapi persoalan yang dihadapi oleh konseli yang diperhadapkan dengan masalahnya.

Dari beberapa kutipan di atas dapat dipahami melakukan pendampingan pastoral dapat dilakukan semua orang yang telah dibaptis, terpanggil untuk ambil bagian dalam mendampingi dengan memberikan kepedulian dan perhatian sesuai dengan persoalan yang dihadapi terhadap sesama jemaat. Dengan kata lain dapat juga berfungsi sebagai mediator, menghubungkan kepada orang yang lebih berkompeten.

### **Fungsi Pendampingan Pastoral**

Fungsi dan kegunaan pendampingan pastoral bermanfaat untuk memperoleh beberapa hal yang penting dalam melakukan pendampingan terhadap seseorang. Perihal penting tersebut ada dengan berdasarkan fungsi pendampingan pastoral. William A Clebsh dan Charles R dalam buku *Pastoral Care in Historical Perspective* menyatakan bahwa secara tradisional ada empat fungsi pastoral, yaitu; 1)menyembuhkan, 2)membimbing, 3)menopang, 4) memulihkan, 5)memberdayakan.

#### **1. Fungsi menyembuhkan**

Menyembuhkan memiliki kata dasar sembuh yang artinya menjadi sehat kembali dari kondisi tidak baik menjadi baik. Kata sembuh tidak hanya berlaku pada orang yang menderita sakit tetapi juga berlaku pada aspek mental, sosial dan spiritual. Maka menyembuhkan juga merupakan salah satu fungsi pendampingan pastoral yaitu sembuh secara holistik.

#### **2. Fungsi membimbing**

Situasi ini menggambarkan keadaan konseli yang mengalami kebingungan dalam mengambil keputusan, sehingga membutuhkan bimbingan. Fungsi bimbingan ini adalah membantu konseli yang berada dalam kebingungan untuk menentukan pilihan-pilihan karena pilihan-pilihan tersebut timbul dari relasi pastoral yang mempengaruhi di masa sekarang dan akan datang.<sup>18</sup>

#### **3. Fungsi menopang**

Fungsi penopangan membantu konseli yang sakit atau terluka agar dapat bertahan dan mengatasi suatu kejadian yang terjadi pada waktu lampau.<sup>19</sup> Konseli menjalani masa-masa sulit dan dapat dikatakan sulit untuk bertahan menghadapi dan

---

<sup>18</sup> Totok S. Wiryasaputra, *Mengapa Berduka*, 144.

<sup>19</sup> Howard Clinebell, *Tipe-tipe Dasar Pendampingan dan Konseling Pastoral*, (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2002), 53.

melewati persoalan yang dihadapinya, sehingga membutuhkan pertolongan. Pertolongan yang dimaksud adalah melalui fungsi penopangan yang membantu konseli dalam menerima kenyataan yang sedang dihadapi.

#### **4. Fungsi memulihkan**

Memulihkan berarti membantu konseli memperbaiki kembali hubungan yang rusak antara dirinya dan orang lain. Memperbaiki hubungan adalah bagian dari pemulihan yang menolong konseli untuk mengampuni kesalahan yang telah dilakukan oleh orang lain sebelumnya.<sup>20</sup> Dengan begitu hubungan yang dulunya rusak bisa kembali pulih dalam keadaan baik. Pemulihan yang diharapkan dalam fungsi bukan hanya sekedar pemulihan hubungan antara sesama manusia tetapi pemulihan hubungan dengan Yang Maha Kuasa juga dapat pulih.

#### **5. Memberdayakan**

Van Beek menambahkan fungsi kelima ini yaitu memberdayakan artinya tidak membiarkan penduka tergantung pada konselor dalam mengatasi persoalannya. Pendamping menolong penduka agar dapat mandiri dan berdiri sendiri dengan kakinya sendiri.<sup>21</sup> Memberdayakan yang dimaksud bukan hanya membantu penduka keluar dari situasi sulitnya tetapi penduka juga dapat menopang atau menolong orang lain yang berduka atau dalam situasi sulit menjadi lebih baik. Penduka dapat mengambil tindakan seperti yang dilakukan oleh konselor yaitu mendampingi yang berduka.

### **Pendampingan Pastoral Terhadap Orang Berduka**

Jenis-jenis pendampingan pastoral terhadap orang berduka menurut Totok S. Wiryasaputra terbagi atas tiga bagian, yaitu:

#### **1. Pendampingan eksistensial**

Pendampingan eksistensial merupakan pendampingan yang dilakukan oleh setiap orang secara universal (umum), contohnya pendampingan yang dilakukan oleh keluarga dekat, tetangga, orang tertentu yang dapat mendengarkan penduka bercerita.<sup>22</sup> Dalam kehidupan sehari-hari ketika bertemu dengan orang yang berduka, maka secara naluri keluarga,

---

<sup>20</sup> Howard Clinebell, *Tipe-tipe Dasar Pendampingan dan Konseling Pastoral*, 54.

<sup>21</sup> Totok S. Wiryasaputra, *Mengapa Berduka*, 148.

<sup>22</sup> Totok S. Wiryasaputra, *Pengantar Konseling Pastoral*, 72.

tetangga, dan orang terdekat akan menunjukkan sikap empatik dan terampil dalam mendengarkan. Sikap yang demikian merupakan sikap dasar yang dimiliki oleh setiap orang pada umumnya.

## **2. Pendampingan fungsional**

Pendampingan fungsional merupakan pendampingan yang dilakukan oleh kaum profesi selain konselor yang memakai sikap dan keterampilan konseling. Tujuannya adalah untuk membangun relasi yang berkualitas dengan pasien atau kliennya. Pendeta dan petugas gerejawi (tim diakonia) masuk dalam pendampingan fungsional ini. Dalam kehidupan gerejawi, pastoral berasal dari kata *pastor* dalam bahasa Yunani disebut *poimen* yang artinya gembala.<sup>23</sup> Fungsional berarti berdasarkan fungsinya atau mengacu pada suatu aspek yang berdasarkan fungsinya. Apabila pendeta dan petugas gereja disebut sebagai pendamping fungsional artinya oknum tersebut mempunyai tugas dan fungsinya yaitu pelayanan gereja.

## **3. Pendampingan profesional**

Pendampingan profesional merupakan bantuan yang dilakukan oleh kaum profesional yang telah terdidik dan terlatih untuk melakukan konseling profesional.<sup>24</sup> Kaum profesional adalah orang yang sudah memiliki kemampuan yang dapat dikatakan ahli dan memegang nilai moral dari pendampingan pastoral yang dilakukan. Kaum ini sudah lebih aktif dalam menggunakan pendekatan dan teknik pendampingan sesuai dengan kebutuhan dan capaian. Kaum ini juga sudah lebih dapat bersikap objektif dibanding dengan pendamping yang tidak ahli. Kaum profesional memiliki tiga hal pokok dalam dirinya yaitu *skill*, *knowledge* dan *attitude*.

Dari ketiga jenis pendampingan pastoral terhadap orang berduka di atas, dapat dipahami, adakalanya ketiga jenis tersebut sekaligus ada dalam diri yang mendampingi. Katakanlah Konselor sebagai keluarga klien, Hamba Tuhan dan mempunyai profesi. Dari pengamatan penulis, dan pernyataan orang lain mengenai klien, atas keunikan manusia yang diciptakan Tuhan itu dalam mengelola kedukaannya (*prolonged grief*) membutuhkan waktu dan sekaligus memberi pelajaran baru bagi penulis.

## **Metode pelaksanaan**

---

<sup>23</sup> Totok S. Wiryasaputra, *Pengantar Konseling Pastoral*, 72.

<sup>24</sup> Totok S. Wiryasaputra, *Pengantar Konseling Pastoral*, 72.

Metode pelaksanaan pendampingan pastoral terhadap orang yang berduka karena kehilangan bapak akibat kecelakaan, penulis menggunakan metode kualitatif dengan menggunakan pendekatan kualitatif. Data-data yang diperoleh penulis melalui wawancara, dan berdasarkan pengamatan dan pernyataan orang lain mengenai klien tersebut. Dari hasil analisa penulis, klien membutuhkan pendampingan lanjutan. Oleh karena jenis keduakaan yang dialami klien tergolong keduakaan yang berkepanjangan (*prolonged grief*)

### **Kesimpulan**

Keduakaan merupakan reaksi manusia untuk mempertahankan diri ketika menghadapi peristiwa kehilangan seperti kematian, perpisahan, atau kehilangan sesuatu yang berharga yang mempengaruhi aspek kehidupan secara holistik. Penduka mengalami keduakaan akibat kematian seorang bapak yang menimbulkan ketidakstabilan hidup dan telah mempengaruhi aspek holistik meliputi fisik, sosial, mental dan spritualnya.

Tingkat keduakaan tergantung pada beberapa faktor yang mempengaruhi penduka dalam menanggapi suatu kehilangan yang dialaminya seperti nilai obyek yang hilang, hubungan emosional dengan obyek yang hilang, jangka waktu kehilangan obyek, wujud obyek yang hilang, kuantitas obyek yang hilang, tingkat antisipasi akan kehilangan dan sistem dukungan sosial. Keduakaan yang dialami klien dipengaruhi oleh ketujuh faktor tersebut dalam menanggapi kehilangan akibat kematian seorang bapak.

Keduakaan merupakan persoalan yang membuat setiap orang tidak berdaya dan terpuruk dalam menghadapinya sehingga diperlukan bantuan yang dapat meringankan beban serta dapat menumbuhkan dan mengutuhkan dalam kehidupan spiritualnya. Pendampingan pastoral diharapkan mampu membawa orang yang menghadapi persoalan demikian pada kesembuhan serta pertumbuhan. Penduka yang menghadapi keduakaan yang mendalam membutuhkan pendampingan pastoral yang dapat meringankan beban, menyembuhkan serta dapat bertumbuh secara penuh. Keduakaan yang dialami klien karena kehilangan bapak akibat kecelakaan, termasuk keduakaan yang berkepanjangan. Tujuh belas tahun yang lalu sampai sekarang, dia belum bisa mengelola kesedihannya, kondisinya tidak stabil. Untuk itu diperlukan pendampingan lanjutan agar (klien) dapat sembuh, menyadari dan menerima kenyataan yang dialaminya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abineno, J.L. Ch *Praktis untuk Pelayanan Pastoral*, Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2016.
- \_\_\_\_\_. *Pelayanan Pastoral kepada Orang Berduka*. Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2007.
- Burnham Sue. *Emosi dalam Kehidupan*. Jakarta: BPK Gunung Mulia, 1997.
- Clinebell Howard. *Tipe-Tipe Dasar Pendampingan dan Konseling Pastoral*. Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2002.
- Engel J.D. *Pastoral dan Kebutuhan Dasar Konseling*. Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2016.
- Gintings E.P. *Pastoral Konseling, Membaca Manusia sebagai Dokumen Hidup*. Yogyakarta: Andi, 2016.
- Hill Harriet dkk. *Hidup yang Dipulihkan: Apa Kata Alkitab tentang Trauma dan Luka Batin*. Jakarta: LAI, 2016.
- Hunt June. *Pastoral Konseling Alkitabiah 1*. Yogyakarta: ANDI, 2014.
- Krisetya Mesakh, *Diktat Teologi Pastoral* Salatiga, Fakultas Teologi UKSW, 2006
- Poedjihastuti Liana. *Maukah Engkau Pulih?* Salatiga: Ibadah Hati, 2011.
- William A. Clebsh and Charles R. Jaekle, *Pastoral Care in Historical Perspective*, Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall, 1964
- Wiryasaputra Totok S. *Pendampingan Pastoral Orang Berduka*. Yogyakarta: Pohon Cahaya, 2019.
- \_\_\_\_\_. *Mengapa Berduka: Kreatif Mengelola Perasaan Duka*. Yogyakarta: Kanisius, 2007.
- \_\_\_\_\_. *Pengantar Konseling Pastoral*. Yogyakarta: Diandra Pustaka Indonesia, 2014.

### Sumber lain:

#### JURNAL

- Lamria Sinaga, "Kedukaan Pandemi Covid-19-Menentang Prinsip Konseling Pastoral" di tengah Tema Reposisi Pekabaran Injil HKBP 2020, *Jurnal Diakonia* Vol. 1 No.8 Mei 2020.
- Linda Zenita Simanjuntak, "Resensi Buku Pendampingan Orang Berdukka" *Jurnal Gema Teologika* Vol.6 No.1, April 2021.
- Wardhani, "Pelayanan Pastoral Penghiburan Kedukaan bagi Keluarga Korban meninggal Akibat CoronaVirus Disease 2019 " *Kenosis: Jurnal Kajian Teologi*, Vol.6 No.1, 2020.
- Alkitab**. Jakarta: LAI, 2019.

Joas Adiprasetya, **Seminar Lokakarya** “Berteologia Ditengah Pandemic,” 26-28 Juli 2021, yang diselenggarakan oleh Mission21, kerjasama dengan Persetia, Peruati, dan BPK Gunung Mulia.