

## PENDAMPINGAN PASTORAL TERHADAP PEMUDA YANG MEMILIKI PENGALAMAN TRAUMATIS ATAS KEMATIAN BAPAK

Erwina Br Bukit

STT Abdi Sabda Medan

Email : erwinabukit07@gmail.com

### ABSTRAK

Pendampingan pastoral dilakukan kepada pemuda di GBKP Runggun Kelahun Pinang di lima PJJ. Pendampingan ini dilakukan penulis karena adanya pengalaman trumatis yang dialami oleh pemuda di GBKP Runggun Kelahun Pinang akibat dukacita kematian bapak. Penulis melakukan pendampingan pastoral dengan menggunakan metode gestalt *plus* intervensi rohani baik lewat kidung pujian maupun doa. Penulis mendiskusikan pergumulan-pergumulan yang dihadapi konseli seputar gangguan stress, kemarahan, kekecewaan karena dukacita kematian bapak yang mengakibatkan trauma bagi pemuda. Penulis juga mengajak konseli menemukan akar masalahnya dan mendorong kedalam persekutuan yang erat dengan Tuhan sehingga akhirnya mampu meningkatkan penerimaan terhadap kenyataan yang terjadi. Pengalaman traumatis yang mereka alami mengakibatkan tingginya tingkat stress, kemarahan, kekecewaan dan rendahnya tingkat penerimaan kaum pemuda. Untuk bisa mengetahui tentang tingkat stress, kemarahan, dan kekecewaan serta penerimaan kaum pemuda di GBKP Runggun Kelahun Pinang, maka penulis memberikan alat ukur kepada mereka. Alat ukur yang digunakan ialah alat ukur stress, kemarahan, kekecewaan dan penerimaan. Sebelum dilakukan pendampingan pastoral maka tingkat stress pemuda sangat tinggi, tingkat kemarahan juga sangat tinggi, tingkat kekecewaan juga tinggi, namun tahap penerimaan sangat ringan/rendah. Namun, setelah dilakukan pendampingan pastoral dengan metode gestalt pada pertemuan ke sepuluh penulis Kembali memberikan alat ukur stress, kemarahan, kekecewaan dan penerimaan. Hasilnya bahwa tingkat stress pemuda menjadi ringan, tingkat kemarahan menjadi ringan dan tingkat kekecewaan menjadi sedang serta tingkat tahap penerimaan semakin menunjukkan perubahan kearah lebih baik. Dengan demikian maka pendampingan pastoral efektif untuk menurunkan tingkat stress, kemarahan, kekecewaan dan juga efektif untuk meningkatkan penerimaan bagi pemuda yang memiliki pengalaman traumatis akibat dukacita kematian bapak.

**Kata Kunci** : Penerimaan, Duka, Kematian, Ayah.

### Article History

Received: Agustus 2024  
Reviewed: Agustus 2024  
Published: Agustus 2024

Plagiarism Checker No 234  
Prefix DOI : Prefix DOI :  
10.3783/tashdiqv2i9.2461

**Copyright : Author**  
**Publish by : Tashdiq**



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

## ABSTRACT

*Pastoral assistance is provided to youth at GBKP Runggun Kelahun Pinang in five PJJ. This assistance was carried out by the author because of the traumatic experience experienced by young people at GBKP Runggun Kelahun Pinang due to the grief of their father's death. The author provides pastoral care using the gestalt method plus spiritual intervention through hymns and prayers. The author discusses the struggles faced by counselees regarding stress disorders, anger, disappointment due to the grief of their father's death which resulted in trauma for young people. The author also invites the counselee to find the root on the problem and encourage them to enter into close communion with God so that they are ultimately able to increase their acceptance of the reality that is happening. The traumatic experience they experienced resulted in high levels of stress, anger, disappointment and low levels of acceptance among young people. To find out about the levels of stress, anger and disappointment as well as the acceptance of youth at GBKP Runggun Kelahun Pinang, the author gave them measuring instruments used are stress, anger, disappointment and acceptance. Before pastoral care was implemented, the youth's stress level was very high, the level of anger was also very high, the level of disappointment was also high, but the level of acceptance was very light/low. However, after providing pastoral assistance using the gestalt method and the tenth meeting, the author again provided tools to measure stress, anger, disappointment and acceptance. The result is that the youth's stress level becomes lighter, the level of anger becomes lighter and the level of disappointment becomes moderate and the level of acceptance is increasingly showing changes for the better. In this way, pastoral care is effective in reducing levels of stress, anger, disappointment and is also affective increasing acceptance for young people who have had traumatic experiences due to the grief of their father's death.*

**Keywords:** Reception, Grief, Death, Father.

## LATAR BELAKANG

Istilah “kedukaan” memiliki arti yang sangat luas, karena berduka bukan saja karena kehilangan seseorang anggota keluarga yang dicintai, tetapi juga berduka karena kehilangan sesuatu yang dicintai (Abineno, 2019). Kehilangan adalah sesuatu keadaan ketika individu berpisah dengan sesuatu yang sebelumnya ada atau dimiliki, baik sebagian atau keseluruhan (Sujono Riyadi dan Teguh Purwanto, 2009). Kehilangan tidak selalu berkaitan dengan kematian, tetapi bisa juga karena kehilangan kesehatan, pekerjaan, status, kehilangan harta benda, kehilangan karena perceraian antara suami dan isteri, kehilangan anak-anak karena menikah atau melanjutkan studi di negeri yang jauh, kehilangan karena salah satu anggota tubuh yang harus diamputasi dan lain-lain (Abineno, 2007). Kehilangan-kehilangan seperti yang disebutkan ini menimbulkan penderitaan dan kedukaan (*grief*). Namun kehilangan yang disebabkan oleh

kematian merupakan kehilangan yang paling hebat. Karena hal ini menjadi peristiwa yang sangat mengguncang pikiran dan yang merupakan awal dari proses dukacita (Simon Bertha G, 1979)

Kedukaan bersifat universal, unik dan situasional. Setiap orang mengalaminya secara berbeda, tidak ada yang sama, situasi dan kultur yang berbeda menghasilkan kedukaan yang berbeda, namun gejala dapat diamati dan dipahami. Ketika hati seseorang bersedih atas kehilangan yang besar, dukacita yang intens akan menyentuh setiap aspek kehidupannya (June Hunt, 2018). Menurut Abineno, kedukaan adalah sikap atau reaksi terhadap kematian dari orang-orang yang dicintai. Manusia berduka karena tidak bersama-sama lagi dengan orang yang dicintainya. Manusia berduka karena tidak bisa melupakan orang yang dicintainya karena ia terus menerus mengingatnya dan menghendaknya, supaya terus menerus bersama dengannya. Kedukaan tidak saja terbatas pada apa yang dirasakan, tetapi mencakup apa yang dipikirkan, apa yang diinginkan atau kehendaki, apa yang dilakukan atau kerjakan. Dukacita biasanya menggejala dalam perasaan ragu-ragu, kehilangan kepercayaan, melemahnya vitalitas rohani, rasa sedih dan perasaan jiwa yang kosong. Kedukaan bukanlah sesuatu penderitaan yang hanya beberapa saat saja tetapi membutuhkan waktu dan aktivitas untuk penyembuhannya/penyelesaiannya.

Hal yang dapat dilakukan untuk menolong orang-orang yang mengalami dukacita, umumnya orang-orang yang sedang mengalami kedukaan lebih membutuhkan orang lain yang mau mengerti, mendengar, peduli sebagai penghibur yang menguatkan lebih dari pada nasihat-nasihat verbal. Oleh sebab itu pendampingan pastoral *gestalt*, sangatlah membantu bagi pemuda yang mengalami traumatis atas dukacita kematian bapak nya. Terapi *gestalt* dikembangkan oleh Frederick Perls. Terapi ini pada umumnya berbicara mengenai cara untuk mengamati dunia sekitar karena persepsi manusia ada sangkut pautnya dengan pola-pola yang sudah terorganisasi (Duane Schultz, 1991). Meskipun Frederick Perls dipengaruhi oleh konsep psikoanalisis, ia mengambil isu-isu dari teori Freud sebagai beberapa dasar teorinya. Pandangan Freud pada manusia secara mendasar bersifat mekanis sedangkan Frederick Perls menekankan pendekatan holistik pada masalah kepribadian (Jon.E.Roeckelein, 2013).

Urusan yang tidak selesai yang dimaksud dalam pendekatan ini menurut Perls adalah "sebuah situasi atau konflik di masa lalu, khususnya yang bersifat traumatis dan sulit, yang belum mencapai pemecahan memuaskan atau diatasi secara baik dalam kehidupan konseli". Urusan dan perasaan-perasaan yang telah terjadi di masa lampau dan tidak terselesaikan dipaksa ditekan di bawah sadar oleh individu sehingga mengendap menjadi konflik (Triantoro Safaria, 2005). Perasaan-perasaan tersebut seperti dendam, kemarahan, kebencian, sakit hati, kecemasan, kedudukan, rasa diabaikan dan sebagainya. Lebih lanjut Safaria dalam bukunya menyatakan bahwa urusan yang tak selesai, dianggap dalam pendekatan ini muncul akibat perasaan tidak nyaman dan frustrasi sehingga adanya situasi ini, dapat dilihat pada konseli yang mengalami

gangguan *post-traumatik stress disorder*, di mana konseli seolah-olah masih saja mengalami dan merasakannya hingga saat ini (Triantoro Safaria, 2005). Adapun tujuan utama dari terapi *gestalt* adalah membantu klien untuk dapat mengembangkan kepribadiannya secara menyeluruh dan memiliki kemampuan untuk memecahkan permasalahannya sendiri. Dengan terbentuknya kepribadian klien secara menyeluruh klien dapat menyadari sepenuhnya kelebihan dan kelemahan dirinya sehingga klien tidak akan lagi tergantung pada orang lain, tetapi ia dapat berdiri sendiri dan menentukan pilihannya sendiri sekaligus mampu mengemban tanggungjawab. Hal inilah yang akan membantu klien untuk menemukan pusat dirinya (Namora Lumongga Lubis, 2011). Sasaran utama terapi *gestalt* adalah memperkuat penyadaran (*awareness*) yang akan meningkatkan arti kehidupannya secara penuh, di sini dan sekarang (*here and now*). Penyadaran menjadi sasaran utama dalam terapi *gestalt*, agar selanjutnya pasien secara berangsur-angsur bisa mencapai keterpaduan (*integrasi*) yang diperlukan untuk memungkinkan perkembangan dirinya berlangsung dengan baik.

Inilah yang menjadi dasar pemikiran penulis mengangkat topic pengalaman traumatis yang dialami anak atas dukacita kematian bapaknya. Dampak dukacita itu menimbulkan kekecewaan, marah dan stress akibat kehilangan bapak. Dan itu sangat berpengaruh kepada kepribadian anak dalam kehidupan dan lingkungannya sehari-hari. Berdasarkan latar belakang inilah saya mengambil judul tesis saya, "PENDAMPINGAN PASTORAL TERHADAP PEMUDA YANG MEMILIKI PENGALAMAN TRAUMATIS ATAS KEMATIAN BAPAK"(Dampak pendampingan pastoral *gestalt* terhadap pemuda yang mengalami dukacita atas kematian bapak dalam rangka menurunkan perasaan kekecewaan, marah, stres serta meningkatkan penerimaan).

## PEMBAHASAN

### Fungsi Pastoral

Secara tradisional ada empat fungsi konselor dalam melakukan pertolongan, yakni: menyembuhkan (*healing*), membimbing (*guiding*), menopang (*sustaining*), dan memperbaiki hubungan (*reconciling*) (Clebsch and Charles, 2007). Dalam perkembangan ilmu pastoral Clinebell menambahkan fungsi kelima, yakni *nurturing* (merawat, memelihara, dan membesarkan). Totok S. Wiryasaputra juga menambahkan ke enam dan ke tujuh fungsi pelayanan pastoral, yaitu: memberdayakan (*empowering*), dan mentransformasi (*transforming*) (Wiryasaputra, 2019). Masing-masing fungsi pastoral ini dapat di jelaskan sebagai berikut:

#### 1. Fungsi Menyembuhkan (*Healing*)

Fungsi pertama adalah menyembuhkan. Fungsi ini dipakai oleh konselor ketika melihat adanya keadaan yang dapat dan perlu dikembalikan ke keadaan semula atau pun mendekati keadaan semula. Fungsi ini dipakai untuk membantu konseli menghilangkan gejala-gejala dan tingkah laku yang disfungsi sehingga dia tidak menampakkan lagi gejala yang mengganggu dan dapat berfungsi kembali secara normal sama seperti sebelum mengalami krisis. Diharapkan dengan fungsi ini timbul dampak positif dari relasi pastoral

yang berhubungan dengan kesehatan Rohani dan kesejahteraan dalam arti luas (Clebsch and Carles, 1964).

## 2. Fungsi Menopang (*Sustaining*)

Fungsi ini dilakukan ketika konseli tidak mungkin kembali ke keadaan semula. Fungsi menopang dipakai untuk membantu konseli menerima keadaan barunya, kemudian berdiri di atas kaki sendiri, bertumbuh secara penuh dan utuh, dan berfungsi secara maksimal. Menopang dipakai untuk menolong konseli melalui semua kenyataan yang pahit sekali pun, akhirnya mencapai titik penerimaan (*acceptance*), bertahan dan menemukan makna nilai-nilai hidup baru (Howard Clinebell, 2002).

## 3. Fungsi Membimbing (*Guiding*)

Fungsi membimbing ini dilakukan ketika konseli mengambil keputusan tertentu tentang masa depannya. Fungsi membimbing dilakukan ketika konseli dalam kondisi siap secara mental, misalnya telah mampu berpikir jernih dan berkonsentrasi untuk mengambil keputusan. Fungsi membimbing dilakukan dengan cara meminta konseli untuk menemukan alternatif dari keputusan yang akan diambil dan mendaftar sisi positif dan negative dari setiap alternatif keputusan. Konselor dapat menambahkan alternatif yang mungkin akan diambil dan sisi positif dan negative dari setiap alternatif keputusan.

## 4. Fungsi Memperbaiki Hubungan/Memulihkan (*reconciling*)

Fungsi ini dipakai oleh konselor untuk membantu konseli ketika mengalami konflik batin dengan pihak yang mengakibatkan putusnya atau rusaknya hubungan, antara manusia dengan sesama manusia dan manusia dengan Allah. Secara historis, pendamaian menggunakan dua model, yakni pengampunan dan disiplin gereja. Pendamaian berarti berupaya membangun ulang relasi yang telah rusak, antar manusia dan dirinya sendiri, sesamanya, dan antar manusia dan Allah yang didahului pengakuan.

## 5. Fungsi merawat, memelihara (*nurturing*)

Fungsi dari merawat/memelihara adalah memampukan orang untuk mengembangkan potensi-potensi yang diberikan Allah kepada konseli, di sepanjang keberadaan hidupnya. Melalui pelayanan pastoral dapat diupayakan berbagai pemberdayaan untuk mengembangkan potensi yang telah dikaruniakan Tuhan kepada setiap pribadi, kelompok, dan Masyarakat yang masih terpendam. Fungsi ini merupakan suatu proses Pendidikan agar konseli memiliki kemampuan yang dianugerahkan Tuhan, yang dikembangkan untuk kebaikannya di masa depan. Konseli ditolong agar dapat melepaskan diri dari belenggu masa lalu yang kelam, menuju kehidupan baru yang penuh harapan dengan memanfaatkan potensi-potensi yang ada dalam dirinya. Tuhan memberi potensi/talenta kepada manusia (Mat. 25:14-18), menghargai orang yang menggunakan potensi/talentanya (Mat. 25:21-23), dan menghukum orang yang tidak menggunakan talenta/potensi yang diberikan (Mat. 25:30).

## 6. Fungsi Memberdayakan (*empowering*)

Fungsi ini untuk membantu konseli menjadi penolong bagi dirinya sendiri di masa yang akan datang pada waktu menghadapi kesulitan. Konseli berdaya, mandiri, dan tidak selalu tergantung pada konselor. Fungsi ini juga dipakai untuk membantu konseli menjadi menolong bagi orang lain yang mendapat kesulitan. Pentingnya memberdayakan tergambar dari Allah menciptakan manusia yang diberi tugas dan tanggungjawab untuk mengusahakan dan memelihara (Kej. 2:15). Yesus juga menghargai orang yang menggunakan potensi dan mengecam orang yang tidak menggunakan talenta (Mat. 25:14-30). Demikian juga Paulus bekerja siang malam (1 Tes. 2:9) dan mengecam orang yang malas, tidak mau bekerja (2 Tes. 3:10) (Lartey, 2003)

## 7. Fungsi Mentransformasi (*transforming*)

Fungsi ini adalah tahap akhir, ketika konseli secara individual telah sembuh, persoalannya telah selesai, berdaya, berguna secara maksimal, bagi sesama dan lingkungannya, tujuan jangka pendek konseling pastoral tuntas. Tujuan ini berkaitan dengan nilai makna hidup, tujuan hidup baik secara perorangan, pasangan, keluarga, kelompok, komunitas, dan system kemasyarakatan yang lebih luas.

## Dampak Trauma

Dalam hubungan dengan konseli dampak-dampak trauma yang terjadi adalah sebagai berikut:

### 1. Dampak Fisik

Seseorang yang mengalami pengalaman traumatis pada masa lalunya secara psikis tidak akan pernah seperti sediakala. Tidak menjadi persoalan apakah trauma itu berupa ketakutan terus menerus seperti dalam siksaan atau penganiayaan, pelecehan seksual yang berulang-ulang atau hanya terjadi sekali saja. Apabila semua tekanan ini dialami dan tidak dapat dikendalikan akan mempunyai pengaruh secara psikis (Daniel Goleman, 2005).

### 2. Dampak Psikis

Trauma psikologis biasanya diakibatkan oleh kejadian yang dialami atau dilihat seorang anak. Pada umumnya ini dapat dibagi 4 golongan:

1. Menjadi korban, misalnya diculik, ditodong, diperkosa atau dipaksa untuk melakukan hal-hal yang bukan-bukan.
2. Kehilangan kepercayaan diri sendiri dan kepercayaan akan orang lain, kehilangan rumah, sekolah, pengobatan, keperluan sehari-hari.
3. Persoalan yang berasal dari kehidupan keluarga, misalnya perkosaan oleh ayah tiri, keluarga yang disfunctional, ditinggal orang tua, kemiskinan, menjadi yatim piatu.
4. Bencana alam, misalnya kebakaran, banjir, hujan lebat dan badai, tsunami.

Setiap orang memiliki kisah perih di dalam hidupnya, hanya berbeda kadar dan bentuk luka yang timbul hingga menimbulkan satu bekas tersendiri. Yang menjadi masalah adalah ketika seseorang tetap tenggelam dalam peristiwa tersebut (Hasan Al Bana, 2013). Pengalaman traumatis bagi anak cenderung menimbulkan luka psikologis yang mendalam, akan tetapi pengalaman traumatis bagi orang dewasa pun memiliki potensi untuk mengubah kepribadian individu yang bersangkutan (Satiadarma, 2002). Karena pengalaman-

pengalaman masa lampau seseorang, termasuk sistem nilai yang berlaku di dalam masyarakat tempatnya bermukim direkam dalam ingatan seseorang dan dijadikan landasan perilakunya dikemudian hari (Satiadarma, 2002).

### 3. Dampak Kerohanian

Dampak psikis yang dialami oleh seseorang yang mempunyai pengalaman traumatis akan sangat mempengaruhi kehidupan rohaninya. Rasa kecewa terhadap hidupnya membuat tidak ada harapan bagi dirinya untuk masa depan, curiga terhadap semua orang membuat ia tidak percaya kepada siapapun bahkan kepercayaannya kepada Tuhan menjadi tanda tanya dalam benaknya. Demikian kata lain imannya kepada Tuhan sudah tidak menentu lagi karena ia beranggapan semua orang sudah meninggalkannya dan tidak ada lagi yang peduli kepadanya (Sue Bernham, 1997). Ketakutan yang sangat mendalam akan membawa kita pada bayang-bayang dan pemahaman-pemahaman yang keliru terhadap Allah dan pikiran kita cenderung memaksa kita lari dari kenyataan yang ada (Dan B.Allender, 2001)

### 4. Dampak Sosial

Manusia pada hakekatnya adalah makhluk sosial. Sejak manusia dilahirkan ia membutuhkan pergaulan dengan orang lain untuk memenuhi kebutuhan biologisnya, makan, minum dan lain-lain. Karena manusia adalah makhluk sosial yang tidak bisa hidup tanpa bantuan orang lain (W.A. Gerungan, 1996). Dampak secara sosial ini adalah benturan dari pengaruh yang mendatangkan akibat positif maupun negatif. Artinya daya yang timbul dari suatu hal sehingga mengakibatkan pembentukan watak, kepercayaan dan perbuatan seseorang ketika menjalani kehidupan. Dampak sosial ini terjadi di masyarakat dilandasi perubahan sosial, sehingga mengakibatkan situasi dan kondisi semakin tidak membaik ketika menjalankan aktivitas sehari-hari (Irwan, 2015). Trauma juga bisa membuat orang menangis, terlebih ketika ia harus menceritakan yang telah menyebabkan ia trauma tersebut. Trauma memang selalu berkaitan dengan masa lalu yang menakutkan (Muhammad Muhyidin, 2008). Trauma ini akan terbawa hingga dewasa bahkan sepanjang hidup mereka (Merry Magdalena, 2010).

Dari sisi yang lain, Mettie Kik juga mengatakan Trauma dapat mempengaruhi manusia dalam beberapa cara yaitu:

1. Fisik: terus menangis, tanda-tanda perubahan kepribadian, mimpi buruk, jantung berdebar-debar, telapak tangan atau kaki berkeriat.
2. Emosional: kesedihan/dukacita atau perasaan kehilangan, kemarahan, sensitif, frustrasi, perasaan bersalah, emosi yang labil, tingkat kecemasan yang tinggi.
3. Kemampuan pengalaman: kebingungan, pelupa, atau daya ingat menurun, kurang bisa berkonsentrasi dan tidak bisa mengambil keputusan.
4. Tingkah Laku: minum-minuman keras, memakai narkoba dan perubahan yang merusak lainnya, menghindari orang banyak, menjadi penyendiri, tidak mau bergaul, berganti pekerjaan atau mencari kegiatan lain untuk menghindari masalah. Saya menganalisa bahwa trauma dapat mempengaruhi kehidupan manusia yaitu dapat mempengaruhi kesehatan fisik, psikis, sehingga menyebabkan seseorang menjadi takut, mudah lupa sehingga

berpengaruh terhadap tingkah lakunya ke arah negatif sehingga berpengaruh terhadap kehidupan rohaninya dan hubungan sosialnya dengan orang lain.

## Terapi Gestalt

Pendekatan gestalt merupakan terapi yang termasuk dalam terapi *phenomenological-existensial* yang diprakarsai oleh Frederick Salomon (Fritz) dan Laura Perls pada tahun 1940-an. Pendekatan ini mengajarkan konselor dan klien metode kesadaran fenomenologi, yaitu bagaimana individu memahami, merasakan, dan bertindak serta membedakannya dengan interpretasi terhadap suatu kejadian dan pengalaman masa lalu. Alasan-alasan interpretasi ini di anggap sebagai sesuatu yang kurang dapat diandalkan dibandingkan hal yang langsung diterima dan dirasakan oleh individu. Pendekatan gestalt berfokus pada proses (*what is happening*) daripada isi (*what is being discussed*). Penekanannya terhadap apa yang dilakukan, dipikirkan, dan dirasakan pada saat ini daripada yang sudah, yang mungkin, dan yang harus dilakukan, dipikirkan dan dirasakan (Gantina Komasari, 2014). Friedrich Salomon (1893-1970) yang sering disapa dengan Fritz dilahirkan tanggal 08 Juli 1893 di Berlin yang berasal dari keluarga Yahudi. Di masa mudanya Fritz juga memiliki masalah dalam pendidikan, namun dia dapat menyelesaikan studinya. Pada tahun 1916 dia bergabung dengan angkatan darat di Jerman dalam perang Dunia Pertama. walaupun pada awalnya Fritz merupakan pengikut Freud yang memandang manusia itu secara mekanistik (memandang manusia itu seperti mesin yang bereaksi terhadap masukan lingkungan) namun Fritz tidaklah demikian, dia memandang manusia secara holistik yang pada situasi saat ini. Gestalt lebih memusatkan pada bagaimana yang dialami konseli pada saat ini dari yang pernah dialami konseli. Gestalt lebih memusatkan pada bagaimana konseli berperilaku, berpikiran dan merasakan situasi saat ini (*here and now*) sebagai usaha untuk memahami diri dari pada mengapa konseli berperilaku demikian.

Proses perkembangan teori Gestalt tidak bisa dilepasakan dari sosok Laura Posner (1905-1990). Dia adalah istri dari Fritz yang secara signifikan turut mengembangkan teori Gestalt. Ia lahir di Jerman yang pada mulanya dia adalah seorang pianis hingga umur 18 tahun. Sama seperti Fritz awalnya Laura juga adalah pengikut dari Freud dengan psikoanalisisnya, namun bergeser untuk lebih mendalami teori Gestalt. Pada tahun 1926 Laura dan Fritz secara aktif melakukan kolaborasi untuk mengembangkan teori Gestalt dan pada tahun 1952 mereka mendirikan *New York Institute For Gestalt Therapy* (Gantina Komasari, 2014) Dalam terapi gestalt di berikan beberapa ciri-ciri kepribadian manusia yang sehat. Adapun ciri kepribadian seseorang dikatakan sehat adalah sebagai berikut:

### 1. Mampu Mengatur diri sendiri

Pendekatan gestalt percaya bahwa seseorang ditakdirkan untuk mampu mengatur dirinya sendiri dalam menghadapi situasi-situasi atau permasalahan-permasalahan yang belum selesai. Orang yang sehat mampu mengatur diri mereka sendiri, tanpa adanya campur tangan pihak luar.

### 2. Bertanggung Jawab

Seseorang dikatakan sehat apabila mereka dapat mempertanggungjawabkan serta mengambil resiko yang akan terjadi sebagai hasil dari perbuatannya. Tanggungjawab ini muncul akibat adanya kesadaran diri di dalam melaksanakan suatu kegiatan.



### 3. Memiliki Kematangan

Dalam terapi gestalt orang dikatakan sehat apabila mereka mempunyai kematangan. Kematangan ini didasarkan pada kesadaran seseorang terhadap diri dan lingkungannya.

### 4. Memiliki Keseimbangan Diri

Orang yang sehat, salah satu cirinya adalah memiliki keseimbangan. keseimbangan yang dimaksud adalah keseimbangan antara dirinya saat ini, dan keseimbangan lingkungan di sekitarnya.

Tujuan konseling Gestalt adalah menciptakan eksperimen dengan konseli untuk membantu:

- Mencapai kesadaran atas apa yang mereka lakukan dan bagaimana mereka melakukannya. Termasuk dalam penerimaan diri, pengetahuan tentang lingkungan, tanggung jawab terhadap pilihannya.
- Kemampuan untuk melakukan kontak dengan orang lain
- Memiliki kemampuan untuk mengenali dan mengekspresikan perasaan pikiran tentang keyakinan dirinya.

## HASIL PENELITIAN

**Tabel 1 Keadaan Konseli Sebelum Pendampingan Patoral**

No	Nama Konseli	Deskripsi	Kondisi Kemarahan konseli	Tingkat Stress Konseli
1	Ani br Gurusinga	Mudah menangis Perasaan mudah emosi Mudah tersinggung Mudah marah Selalu bertengkar dengan abangnya Sulit tidur	Tingkat kemarahan sangat tinggi	Tingkat stres sangat tinggi
2	Andri Gurusinga	Malas mengikuti kebaktian Selalu berpikiran negative Mudah tersinggung Sering bertengkar dengan adiknya Sering marah Malas belajar Tidak mau bercanda	Tingkat kemarahan sangat tinggi	Tingkat stres sangat tinggi
3	Okta br Gurusinga	Sulit tidur mudah menangis maag kambuh menjadi pemurung gampang tersinggung	Tingkat kemarahan sangat tinggi	Tingkat stres sangat tinggi
4	Fernan Sembiring	Murung Suka menggaruk kepala ketika berbicara Tidak mau bercanda	Tingkat kemarahan sangat tinggi	Tingkat stres sangat tinggi

		Nafsu makan menurun Gampang tersinggung Sulit tidur Emosional Malas ke gereja		
5	Jona Sembiring	Uring-uringan Sulit tidur Gampang tersinggung Emosional	Tingkat kemarahan tinggi	Tingkat stres sangat tinggi
6	Lia br Sembiring	Sakit kepala berkepanjangan Tidak mampu mengambil keputusan yang tepat mudah menangis maag kambuh menjadi pemurung/tidak suka berteman	Tingkat kemarahan sangat tinggi	Tingkat stres sangat tinggi
7	Ria br Ginting	Sulit tidur Gampang tersinggung mudah menangis maag kambuh menjadi pemurung	Tingkat kemarahan sangat tinggi	Tingkat stres sangat tinggi
8	Ardi Tarigan	Sulit tidur mudah menangis maag kambuh nada suara merendah dan mendalam menjadi pemurung sering bertengkar dengan adik mudah tersinggung emosional malas ke gereja kepalanya suka menunduk ketika diajak berbicara tangan dan kakinya sering dingin	Tingkat kemarahan sangat tinggi	Tingkat stres sangat tinggi
9	Andre Ginting	mudah menangis maag kambuh menjadi pemurung tidak terbuka emosional malas ke gereja sering berpikiran negatif tangan dan kakinya sering dingin	Tingkat kemarahan sangat tinggi	Tingkat stres sangat tinggi

10	Indy br Sembiring	mudah menangis maag kambuh menjadi pemurung malas ke gereja tangan dan kakinya sering dingin	Tingkat kemarahan tinggi	Tingkat stres sangat tinggi
----	-------------------	--	--------------------------	-----------------------------

**Tabel 2 Dampak Pendampingan Pastoral Terhadap Tingkat Kemarahan Dan Stress Konseli**

No	Nama Konseli	Usia (Tahun)	Kondisi Kemarahan Konseli	Kondisi Stress Konseli
1	Ani br gurusinga	17	Tingkat Kemarahan yang Masih Ringan (25)	Tingkat Stres Sangat Ringan (15)
2	Andri Gurusinga	20	Tingkat Kemarahan yang Masih Ringan (16)	Tingkat Stres Sangat Ringan (15)
3	Okta br Gurusinga	24	Tingkat Kemarahan yang Masih Ringan (20)	Tingkat Stres Sangat Ringan (15)
4	Fernan Sembiring	22	Tingkat Kemarahan Tinggi (40)	Tingkat Stres Ringan (29)
5	Jona Sembiring	20	Tingkat Kemarahan yang Masih Ringan (16)	Tingkat Stres Sangat Ringan (15)
6	Lia br Sembiring	17	Tingkat Kemarahan yang masih Ringan (30)	Tingkat Stres Ringan (16)
7	Ria br Ginting	23	Tingkat Kemarahan yang Masih Ringan (28)	Tingkat Stres Ringan (15)
8	Ardi Tarigan	17	Tingkat Kemarahan Tinggi (45)	Tingkat Stres Cukup Tinggi (43)
9	Andre Ginting	17	Tingkat Kemarahan yang Masih Ringan (30)	Tingkat Stres Sangat Ringan (14)
10	Indy br Sembiring	18	Tingkat Kemarahan yang Masih Ringan (30)	Tingkat Stres Sangat Ringan (15)

Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa sebelum dilakukan pendampingan pastoral maka tingkat kemarahan dan stress terhadap kematian bapak tingkat penerimaan sangat ringan

## TEMUAN DALAM PENELITIAN

Dalam penelitian yang sudah dilakukan menurut alat ukur, baik itu alat ukur stress, kemarahan, kekecewaan dan penerimaan dan juga melalui observasi sebelum proses pendampingan pastoral berlangsung ditemukan bahwa:

1. Dampak kematian bapak yang dialami pemuda secara umum mengalami pengalaman traumatis yang mengakibatkan stress, kemarahan, karena kematian bapak mengharuskan mereka meningkatkan penerimaan bagi diri sendiri atas situasi yang mereka alami dengan hidup dalam penerimaan.

2. Kehilangan bapak yang dialami pemuda membuat pemuda memiliki tingkat stress, kemarahan dan kekecewaan yang tinggi sekali namun tingkat penerimaan yang sangat rendah dan ada juga sampai kepada tingkat tidak sampai kepada tahap penerimaan.
3. Keadaan stress, kemarahan dan kekecewaan dari pemuda mengalami penurunan karena diadakan pendampingan pastoral dengan metode gestalt yang membuat pemuda belajar mengikhlaskan kematian bapak serta memahami siapa dirinya ditengah-tengah keluarga dan mengerti posisi mereka sebagai seorang anak yang harus menyayangi ibu mereka juga.
4. Peningkatan penerimaan pemuda yang disebabkan karena selama pendampingan pastoral berlangsung, konselor dan konseli bercakap-cakap seputar kasih setia Tuhan dalam kehidupan dan penyertaannya dalam panggilan menjadi seorang anak ditengah-tengah keluarga, gereja, dan masyarakat banyak tantangan yang dihadapi namun Tuhan tetap memampukan pemuda untuk menjalani kehidupan dimasa depan.

## PENUTUP

Terapi Gestalt yang merupakan pendekatan ini mengajarkan konselor dan klien metode kesadaran fenomenologi, yaitu bagaimana individu memahami, merasakan, dan bertindak serta membedakannya dengan interpretasi terhadap suatu kejadian dan pengalaman masa lalu. Alasan-alasan interpretasi ini di anggap sebagai sesuatu yang kurang dapat diandalkan dibandingkan hal yang langsung diterima dan dirasakan oleh individu. Terapi ini memberi perhatian kepada konseli dan melihat permasalahan yang dialami oleh konseli dari sisi konseli. Hal ini menjadi hal yang perlu dikembangkan, di karenakan jika melihat, mendampingi dan membimbing konseli untuk keluar dari permasalahan yang mereka hadapi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Abineno J.L.CH., *Pelayanan Pastoral Kepada Orang Berduka* (Jakarta: BPK-GM 2019)
- Al Bana Hasan, *No More Broken Heart* (Bandung: PT Mizan Pustaka, 2013)
- Allender Dan B., *Hati Yang Luka* (Jakarta: BPK-Gunung Mulia, 2001),
- Bernham Sue, *Emosi Dalam Kehidupan* (Jakarta: BPK-Gunung Mulia, 1997)
- Clebsch William A. and Charles R. Jaekle, *Pastoral Care in*, (Jakarta: BPK- Gunung Mulia, 2007) 34
- Clebsch William A. and Charles R. Jaekle, *Pastoral and Historical*, (Harper Torch, New York & London, 1964)
- Clinebell Howard, *Tipe Dasar Pendampingan Pastoral dan Konseling Pastoral* (Yogyakarta: Kanisius, 2002)
- Gerungan W.A., *Psikologi Sosial* (Bandung: Yayasan Kalam Hidup, 1996)
- Goleman Daniel, *Emotional Intelligence* (Jakarta: Gramedia, 2005)
- Gunarsa Singgih, D., *Konseling dan Psikoterapi*, (Jakarta: BPK Gunung Mulia), 1992.
- <https://poetriefidela.wordpress.com/>, (diakses, 20 Juni 2023).
- Hunt June, *Pastoral Konseling Alkitabiah I* (Yogyakarta: Andi, 2018)
- Irwan, *Dinamika dan Perubahan Sosial Pada Komunitas Lokal* (Yogyakarta: Deepublish, 2015)
- Kik Mettie, *What Is Trauma* (Berastagi Sumatra Utara, t.t.p, 2001)
- Komasari Mettie, dkk, *Teori Dan Teknik Konseling* (Jakarta: PT Indeks, 2014)
- Lartey E. Y., *In Living Colour: Intercultural Approach To Pastoral Care And Counseling*, (New York: 2003)

- Lubis Namora Lumongga, *Memahami Dasar-Dasar Konseling (Dalam Teori dan Praktik)*, (Jakarta: Kencana, 2011)
- Magdalena Merry, *Melindungi Anak Dari Seks Bebas* (Jakarta: Grasindo, 2010)
- Muhyidin Muhammad, *Tangis Rindu Pada-Mu Merajut Kebahagiaan dan Kesuksesan Dengan Air Mata Spiritual* (Bandung: PT Mizan Pustaka, 2008)
- Riyadi Sujono dan Teguh Purwanto, *Asuhan Keperawatan Jiwa* (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2009)
- Roeckelein Jon.E., *Kamus Psikologi Teori Hukum dan Konsep*, (Jakarta: Kencana, 2013)
- Safaria Triantoro, *Terapi dan Konseling Gestalt*, (Yogyakarta: Graha Ilmu, 2005)
- Satiadarma Monty P., *Sebuah Kajian Psikologis Pura-Pura Sakit Untuk Mencari Simpati* (Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia, 2002)
- Simon Bertha G., *"A Time to Grief: Loss As A Universal Human Experience"*, (New York: Family Servive Association Of Amereica, 1979)
- Wiryasaputra Totok S., *Konseling Pastoral di Era Milenial*,
- Wiryasaputra Totok S., *Konseling Pastoral di Era Milenial*, (Yogyakarta: Seven Books, 2019)