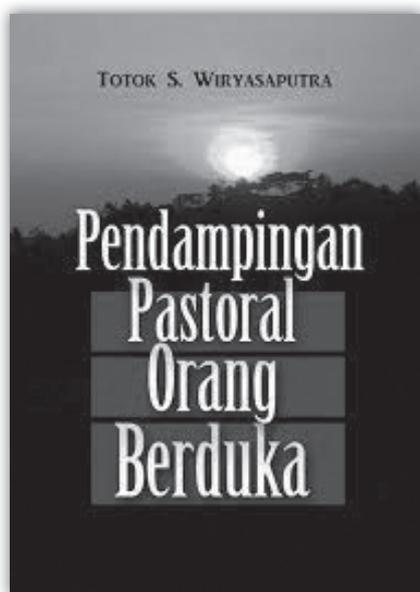


## PENDAMPINGAN PASTORAL ORANG BERDUKA



Judul Buku : *Pendampingan Pastoral Orang Berduka*

Bahasa : Indonesia

Penulis : Totok S. Wiryasaputra

ISBN : 978-602-491-047-1

Terbit : 2019

Dimensi : 14,5 cm x 20,5 cm

Tebal : 100 halaman

Penerbit : Pohon Cahaya, Yogyakarta dan Asosiasi  
Konselor Pastoral Indonesia, Yogyakarta

Peresensi : Linda Zenita Simanjuntak\*

### PENGANTAR

Gairah yang besar tampaknya terlihat selama lima tahun terakhir pada bidang penggembalaan/pastoral, khususnya di bagian pastoral konseling. Gelombang besar ini patut diduga sebagai upaya dari keilmuan pastoral menghadapi kompleksitas masalah penggembalaan di era kontemporer yang bertumbuh dengan pesat (Marinelli, 2017: 7). Pertumbuhan dalam hal kuantitas masalah yang perlu pendampingan dan jumlah yang bertambah serta sejalan dengan ragam, jenis permasalahan. Keilmuan pastoral tradisi zaman dahulu harus terus ditingkatkan guna menghadapi era baru yang kian kompleks. Jika memerhatikan pemaparan peserta simposium “Pelayanan Pastoral pada Masa Transisi Masyarakat” pada tahun 2016 lalu (Kaunang dan Simbolon, 2016), secara kuantitas pelayanan pastoral dan upaya pendampingan kian bertambah dibarengi dengan gairah sinode-sinode (BNKP, GKS, GPI Papua, GBKP) dan praktik pastoral di rumah sakit sejumlah wilayah di Indonesia. Tentu (semoga) memberi semangat dan gairah kepada gereja-gereja lain untuk menerapkan pastoral pendampingan yang lebih komprehensif kepada jemaatnya. Buku ini, lebih khusus lagi menyajikan tulisan yang mengarah kepada *manual book* untuk pendampingan kepada kedukaan. Oleh masih banyaknya jenis

\* Sekolah Tinggi Teologi Arastamar. Korespondensi: lindasimanjuntak190278@gmail.com

kedukaan yang dipaparkannya, penulis buku membatasi tulisan khusus untuk kedukaan kehilangan orang yang dikasihi atau kedukaan kematian.

## TINJAUAN

Kedukaan dapat terjadi kepada siapa saja, dan oleh banyak faktor. Kedukaan juga bisa terjadi karena kehilangan HP, sepeda motor, termasuk kehilangan cita-cita. Kehilangan sesuatu, menimbulkan rasa duka, di mana kedukaan adalah satu reaksi untuk mencari keseimbangan dari penduka (orang yang berduka) sampai pada batas waktu tertentu. Waktu pencapaian keseimbangan ditandai dengan adanya penerimaan atas kehilangan dan rasa duka. Kedukaan adalah tanggapan secara alamiah atas bentuk lain dari (seperti) *self-defense mechanism* dalam aspek fisik, psiko, sosial, bahkan spiritual (hlm.10). Dalam tingkat-tingkat kedukaan, dapat terjadi kepada personal (perorangan) maupun kedukaan komunal (korporatif). Masing-masing tingkat kedukaan itu (A, B, C, D, dan E), mempunyai cara tersendiri dalam pendampingannya. Realitasnya memang tidak selalu mengikuti tingkat B kemudian C atau sebelum C tidak mungkin ke tingkat D. Sebab rasa kehilangan atau kedukaan seseorang berbeda dengan orang lain, meski sama-sama kehilangan objek yang persis sama. Kedukaan dan tingkat yang dialami penduka selayaknya dipandang unik (berbeda) dari orang lain.

Sedangkan tujuh faktor kedukaan patut diperhatikan dengan serius sebab kesalahan memahami faktor kedukaan terhadap penduka maka dapat menggiring pada kesalahan arah dalam pendampingan. Yang memengaruhi tingkat kedukaan: nilai objek yang hilang,

hubungan emosional, jangka waktu kehilangan, wujud objek yang hilang, kuantitas yang hilang, tingkatantisipasi akan kehilangan, dan sistem dukungan sosial.

Pada bab III penulis memaparkan garis *progress* dari suatu proses kedukaan dengan mengikuti teori Elisabet Kübler-Ross, psikiater Swiss dari salah satu rumah sakit di Amerika. Lima tahap kedukaan Kübler-Ros, yakni: *denial, anger, bargaining, depression, dan acceptance*.

Salah satu yang menarik dari bab IV adalah penjelasan bagaimana hubungan sakit psikis berdampak kepada “sakit” jasmani (fisik). Seseorang yang mengalami kedukaan dapat mengakibatkan pusing, sulit tidur atau mulas, bahkan sampai pada gatal-gatal, batuk, atau cegukan. Inilah indikasi mengapa kedukaan adalah sesuatu yang harus dilihat lebih kompleks, bukan sekadar didoakan. Pendampingan terhadap penduka dikatakan agar tuntas. Alat ukur tuntas atau tidaknya pendampingan diberikan berupa *assessment*. Sebagai catatan ada bahaya psikis maupun nonpsikis terhadap penduka bisa juga terhadap orang lain, keluarga, atau masyarakat, jika kedukaan tidak hingga tahap tuntas.

Yesus, Sang Juruselamat, digambarkan juga pernah menjalani apa yang disebut teori Elisabet Kübler-Ross. Rasa penolakan digaungkan-Nya saat mengatakan agar cawan berlalu daripada-Nya. Ironinya adalah semua hal yang akan dialami Yesus merupakan rentetan peristiwa yang telah diketahui-Nya, jauh sebelumnya. Bahkan Yesus tahu bahwa siksa saat kematian akan terjadi pada-Nya. Inilah yang menjadi alasan mengapa berulang-ulang dikatakan-Nya bahwa Ia akan menderita dan sengsara serta mati dalam nats-nats seperti Lukas 8:22-27; 9:43; dan 18:31-34. Tingkatan

yang pernah diperkenalkan oleh Elisabet Kübler-Ross juga bukan tangga yang mutlak sebagai ordinasi. Bisa saja seseorang tidak lama pada level *depression*, lalu naik pada rasa *acceptance*, tanpa melalui *denial* dan *anger*.

Murid-murid dan para wanita juga dapat dikatakan tidak dapat menerima rasa kehilangan akan Yesus. Kecuali Yohanes dan Maria Ibunda Yesus, Ibu Elisabet (ibu Yohanes), Maria isteri Kleofas dan Maria Magdalena. Inilah bentuk dari penolakan korporat. Secara massal banyak orang tidak dapat menerima (kedukaan) atas satu peristiwa yang sama. Barangkali patut diduga mereka yang tidak ikut hingga ke bukit tengkorak juga memiliki kedukaan yang sama.

Yang menarik adalah menurut Totok, 40 hari pasca kebangkitan Yesus, sebelum Ia naik ke sorga, adalah sebagai bentukan pendampingan terhadap murid-murid yang masih belum siap kehilangan Sang Guru, Yesus Kristus. Ada tiga momen pendampingan Yesus setelah kebangkitan: *pertama* terhadap pribadi (Luk. 24:10; Yoh. 21:15-19), *kedua* terhadap pasangan (Luk. 24:13-35; Mrk. 16:12-13), dan *ketiga* kepada kelompok atau komunitas (Mrk. 16; Luk. 24; Yoh. 20, 21, 24).

Bab VI dan bab VII merupakan tuntunan praktis dalam pendampingan bagi orang berduka. Totok memberikan alasan termasuk mengapa harus duduk bersama, bahkan mengapa pendamping juga harus menangis, ketika berhadapan dengan konseli. Ada catatan

tersendiri yang diberikan tentang kebaktian penghiburan dalam buku ini untuk penduka. Mempergunakan waktu kebaktian dengan singkat serta melihat persoalan kehilangan penduka secara menyeluruh (Runenda, 2013: 67) guna memberikan pendampingan yang tepat meski durasi yang tidak panjang. Dengan memerhatikan durasi kebaktian dan konten dari acara yang diramu juga, Totok membedakan panduan kepada pembaca untuk pendampingan berduka kepada orang lain dan panduan kepada seseorang yang mendampingi diri sendiri.

Dalam pelayanan ibadah penghiburan yang dilakukan oleh Gereja belum banyak yang menerapkan prinsip tersebut. Ini menjadi *insight* penting agar pendeta, majelis gereja, dan departemen diakonia (atau bidang yang terkait) agar terus berupaya memberikan pelayanan yang tepat sasaran sesuai kondisi penduka. Memang belajar lebih dalam tidak bisa lagi dihindarkan dalam bidang ini. Selanjutnya, mempersiapkan pola pelayanan yang lebih dari pelayanan selama ini yang telah terjadwal, terkonsep atau maaf- kertas acara yang telah *disave* bertahun-tahun dan disamaratakan untuk semua kebaktian perkabungan semua jemaat dan semua kasus. Bobot dari pelayanan pendampingan pada saat perkabungan akan lebih bernilai (Hutahaean, 2019: 20), karena ada usaha yang melampaui dari sekadar jadwal atau *jobdisc*.

Berikut dibedakan di antara keduanya:

| Mendampingi Diri Sendiri yang Berduka   | Mendampingi Orang Lain yang Berduka  |
|---|--|
| <i>Cari</i> ; mencari orang yang lain (teman dekat yang dekat tempat tinggal atau tinggal berjauhan) atau lembaga yang menyediakan pelayanan pendampingan. Dengan rasa empati yang dapat diberikan kepada diri sendiri. | <i>Jadi</i> ; menjadi pendamping bagi orang lain yang berduka. Dengan kesediaan waktu secara regular hingga penduka merasa telah kuat dan dapat menerima kehilangan. |

|   |  |
|---|--|
| <i>Duduk</i> ; teman atau lembaga yang mau duduk bersama membicarakan kehilangan yang dirasakan. Jikalau teman itu berjauhan domisili, maka komunikasi via telepon/WA/zoom virtual lainnya.   | <i>Duduk</i> ; duduk bersama penduka dengan waktu yang telah dipersiapkan.   |
| <i>Runut</i> ; sama-sama menggali dengan runut peristiwa kehilangan yang dirasakan penduka. Karena itu teman/lembaga hendaknya sabar dalam menggali ke belakang penyebab kedukaan tadi.       | <i>Runut</i> ; gali dengan runut. Telusuri dengan cermat apa-apa yang menyebabkan rasa kehilangan dalam diri penduka.  |
| <i>Rasakan</i> ; ekspresikan perasaan yang dialami dan rasakan bahwa teman/lembaga itu mendengarkan perasaan kehilangan yang dialami.   | <i>Rasakan</i> ; rasakan apa yang dirasakan dan dialami penduka.   |
| <i>Menangis</i> ; menangis dengan tuntas. Ingat bahwa tangisan dan air mata adalah racun dan sampah psikologis yang harus dikeluarkan bersama teman/lembaga pendamping.                       | <i>Menangis</i> ; ikut menangis bersama penduka atas perasaan yang dialaminya. Dan menangislah dengan tuntas.  |
| <i>Bercerita dan menerima</i> ; pada bagian ini seseorang harus menerima kenyataan akan kondisi yang baru. Perlu tetap komunikasi dengan orang lain untuk menceritakan dinamika yang terjadi. | <i>Bercerita dan menerima</i> ; tetap menjalin kontak dengan penduka hingga meyakini bahwa penduka telah menerima situasinya, penduka juga telah menceritakan seluruh rasa kehilangannya. Kemudian isi-materi penduka juga dapat dirasakan telah mengarah kepada penerimaan, semakin kuat dan bermuatan harapan. |

Pada bagian runut, pendamping memerlukan “jalan” tersendiri untuk memecah kebuntuan komunikasi dengan penduka. Dalam istilah Hutahaean (2016: 67), perlu adanya “perjumpaan kreatif” agar memperoleh data dan cerita yang runut sampai asal-muasal timbulnya rasa kehilangan. Tidak jarang penduka sulit untuk diajak bicara, apalagi digali kisahnya dengan jujur atas rasa kedukaan yang dialaminya. Cara-cara kreatif dengan berbagai langkah menjadi perhatian pendamping terhadap orang yang berduka.

Pedoman secara lebih praktis secara khusus ditujukan kepada pendamping non-profesional khususnya untuk kedukaan dari kematian orang yang dikasihi. Jika kelompok ini berasal dari Gereja, maka usaha untuk menjadi sahabat dalam pendampingan pastoral terhadap orang berduka sangat disarankan (bdk. Messakh, 2020: 8). Dari tujuh belas pokok yang diberikan, ada beberapa prinsip yang berulang dengan bagian (bab sebelumnya), misalnya perihal: tidak menyamaratakan dan menyepelkan kedukaan, bersedia untuk

memberi waktu secara regular dan terjadwal hingga tuntas. Untuk mewujudkan hal ini dalam Gereja, maka gembala-gembala Gereja hendaknya aktif dalam mendorong jemaat terlibat melayani, serta memberi fasilitas untuk peningkatan kompetensi dalam bidang-bidang tertentu. Melibatkan jemaat dalam pelayanan (Simanjuntak, 2015: 54), sebagaimana dalam tulisan Linda Simanjuntak menjadi satu faktor yang tidak bisa dipungkiri untuk pertumbuhan Gereja dan tanda adanya kedewasaan rohani jemaat.

Sedangkan bagian yang menyangkut tindakan etis pendampingan adalah: tidak menggunakan pendampingan untuk kepentingan pribadi. Misalnya mem-*posting* momen dengan jenazah tanpa izin apalagi jika penduka tampaknya keberatan atas peristiwa itu. Di bagian lain pada panduan tersebut adalah agar pendamping/konselor terus mengikuti perkembangan keilmuan dalam bidang pendampingan atau konseling. Boleh mengikuti lokakarya, seminar, atau edukasi lainnya yang terkait dalam kebutuhan pelayanan pendampingan atau konseling terhadap orang yang berduka. Pada bagian ini layak untuk dipertimbangkan nasihat dari Messakh, yang menyarankan agar kemampuan menjaga hubungan dengan konseli jauh lebih berguna daripada terus mengasah diri dalam bidang keilmuannya (Messakh, 2020: 1).

## PENUTUP

Buku ini memberi panduan yang berarti dalam dunia pastoral/pengembalaan khususnya pendampingan terhadap orang yang berduka. Jika melihat potensi kedukaan yang beragam kuantitas, sebab-musabab, serta

budaya yang beragam (multikultural) dalam jemaat, maka penting bagi pendeta, majelis, dan pegiat pendampingan orang berduka untuk memikirkan dan mereka ulang cara penanganan dan klasifikasi terhadapnya (Sihombing, 2016). Sebut saja Gereja suku Batak, oleh karena perkawinan antarsuku kian banyak dan pertumbuhan Gereja Batak di luar Sumatera terus berjalan, maka jumlah suku yang ada dalam Gereja suku Batak (baik HKBP, GKPA, GBKP, GKPS, GKPPD, HKI, GKPI, GMB) dipastikan kian beragam. Pendampingan terhadap orang berduka telah memasuki tahap penting dalam perhatian gereja, agar jemaat tidak salah arah dan salah pilih “pendampingan” ketika satu waktu bertemu dengan rasa kedukaan. Sebab tidak ada jemaat yang terluput dari rasa kehilangan dan kedukaan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Hutahaean, H. 2016. “Perjumpaan Kreatif Bagi Pertumbuhan Gereja Batak”, *Didaskein*, 4 No.1: 64-73.
- Hutahaean, H. 2019. “Dan Siapapun yang Memaksa Engkau Berjalan Sejauh Satu Mil, Berjalanlah Bersama Dia Sejauh Dua Mil (Matius 5:41)”, dalam S.R. Paparang (ed.). *Tuhan Memberi yang Terbaik: Kumpulan Refleksi Iman dan Pelayanan*, Luwuk: Pustaka Star’s Lub., 18-23.
- Kaunang, K.A., dan Simbolon, L.E. (eds.). 2016. *Pelayanan Pastoral pada Masa Transisi Masyarakat*, Persetia dan I3 Batu Malang, 198.
- Kübler-Ross, Elisabeth. 1969. *On Death and Dying*, New York: The Macmillan

- Company (diterjemahkan kemudian dalam banyak bahasa).
- Marinelli, P.V. 2017. "Pastoral", dalam *Pastoral*, <https://doi.org/10.4324/9781315115528> (diakses 25.05.2020).
- Messakh, B.Y.T. 2020. "Menjadi Sahabat bagi Sesama: Memaknai Relasi Persahabatan dalam Pelayanan Pastoral", *Gema Teologika: Jurnal Teologi Kontekstual Dan Filsafat Keilahian*, 5 No. 1: 1-10, <https://doi.org/https://doi.org/10.21460/gema.2020.51.497> (diakses 25.05.2020).
- Runenda, P.C. 2013. "Strategi Pelayanan Pastoral Kedukaan yang Holistik", *Veritas: Jurnal Teologi dan Pelayanan*, 14 No. 1: 65-84, <https://doi.org/https://doi.org/10.36421/veritas.v14i1.274> (diakses 25.05.2020).
- Sihombing, N. 2016. "Clinical Pastoral Education Multikultural di Indonesia", dalam *Pelayanan Pastoral pada Masa Transisi Masyarakat*, edited by K.A. Kaunang dan L.E. Simbolon, 119-135, Malang: Persetia dan I3 Batu Malang.
- Simanjuntak, L.Z. 2015. "Kedewasaan Rohani dan Pertumbuhan Gereja", *Asteros*, 2 No. 2: 38-57.