

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Berbagai kejadian tidak terduga sering terjadi dalam kehidupan ini. Kejadian-kejadian ini bisa datang dalam berbagai bentuk, mulai dari momen kecil yang mengubah arah hidup kita, seperti pertemuan tak sengaja dengan seseorang yang menginspirasi hingga perubahan besar seperti kehilangan pekerjaan atau sakit mendalam, bencana alam, ataupun kehilangan seseorang yang sangat dikasihi. Setiap kejadian mulai dari hal menyenangkan maupun yang menyedihkan, tentu memberikan pelajaran hidup yang berharga. Kejadian tak terduga memang tidak selalu bisa diprediksi sehingga banyak manusia tidak siap untuk menghadapi hal tersebut.

Manusia adalah makhluk yang rapuh. Dengan kata lain, manusia penuh dengan keterbatasan dan rentan terhadap berbagai resiko serta tantangan. Secara fisik, meskipun manusia memiliki kemampuan adaptasi yang luar biasa, tubuh mereka rentan terhadap penyakit, cedera, proses penuaan, bahkan setiap gangguan-gangguan yang tidak dapat dihindari. Selain itu, secara emosional manusia rentan terhadap perasaan seperti kecemasan, kesedihan, dan ketakutan terutama ketika mengalami suatu hal yang tidak terduga sebelumnya.

Beberapa tahun yang lalu seluruh dunia bergumul atas pandemi Covid-19 yang menyebabkan kematian massal. Selain itu bencana alam mulai dari banjir, longsor, gempa, tsunami dan sebagainya juga terjadi di wilayah Nusantara. Berbagai bencana tersebut menyebabkan kematian mendadak bagi banyak orang. Bahkan karena keteledoran manusia banyak peristiwa mengerikan terjadi mulai dari kebakaran bangunan, kecelakaan lalu lintas, dan lain sebagainya juga menyebabkan kematian mendadak dan menimbulkan kedukaan.

Kematian adalah sebuah kepastian yang akan terjadi dan hal itu tidak berada dibawah kendali manusia.¹ Kematian berbicara tentang siapapun, tidak memandang kelas sosial, agama, ras, usia, dan tidak peduli apakah terjadi dalam perang, dalam kecelakaan, atau di atas ranjang.² Kematian sebagai realitas tidak terelakkan dalam kehidupan manusia, memegang arti yang mendalam dan universal di berbagai perspektif. Tidak ada satupun manusia yang dapat mengetahui bahkan menjelaskan secara detail kapan dan bagaimana kematian itu terjadi karena hal itu diluar kendali manusia. Bagi banyak orang, kematian menjadi titik fokus refleksi akan arti hidup sementara bagi orang yang ditinggalkan, hal itu akan memicu proses berduka yang begitu mendalam bagi keluarga terutama

¹ A Setyo Wibowo, "Menjinakkan Rasa Takut Akan Kematian: Belajar Dari Stoikisme," in *Filsafat Maut*, ed. F Budi Hardiman (Jakarta: Kepustakaan Populer Gramedia, 2024), 89.

² *Ibid.*, 1.

ketika kematian tersebut terjadi secara mendadak (*sudden death*). Oleh karena itu proses menerima peristiwa kematian perlu untuk dipersiapkan.

Kematian mendadak (*sudden death*) menimbulkan kedukaan yang lebih kompleks dibandingkan dengan kedukaan lainnya. Apabila orang yang berduka akibat kematian mendadak tidak memiliki daya tahan psikologis bahkan dukungan sosial dalam menghadapi kehilangan maka hal itu dapat menyebabkan kedukaan yang berkepanjangan. Kedukaan tersebut dapat masuk dalam kategori kedukaan yang abnormal. Kedukaan yang abnormal disebut juga sebagai reaksi traumatis sering terjadi pada peristiwa kematian mendadak karena beberapa faktor utama. Pertama, kematian yang terjadi secara tiba-tiba seringkali tidak pernah dipersiapkan atau dibayangkan sebelumnya oleh orang yang berduka. Ini dapat menyebabkan syok dan kebingungan yang mendalam karena tiba-tiba kehilangan seseorang yang dicintai tanpa kesempatan untuk mengucapkan selamat tinggal atau mengatur keadaan terakhir.

Selain itu, kematian mendadak seringkali terjadi secara tragis atau dalam keadaan yang sangat tidak terduga, seperti kecelakaan, tenggelam, dibunuh, serangan jantung mendadak, bahkan ketika mengalami bencana alam lainnya. Hal ini bisa membuat orang yang ditinggalkan merasa terkejut, tidak percaya, atau bahkan menolak menerima kenyataan atas apa yang terjadi. Reaksi traumatis ini juga dapat dipengaruhi oleh ketidakmampuan untuk mempersiapkan diri secara mental dan emosional

untuk kehilangan tersebut. Akibatnya, orang yang mengalami peristiwa tersebut mengalami gangguan mental pasca kehilangan.

Sebagian besar dari individu cenderung mempersiapkan diri secara perlahan menghadapi kematian yang tidak terhindarkan, seperti penyakit yang memburuk atau penuaan, namun peristiwa kematian mendadak tidak memberikan kesempatan ini. Dalam kasus kematian mendadak, kedukaan sering kali disertai dengan perasaan kehilangan yang mendalam dan kesulitan dalam menerima kenyataan. Proses berduka bisa menjadi lebih rumit karena adanya rasa bersalah atau penyesalan atas hal-hal yang tidak sempat dilakukan atau dikatakan kepada orang yang telah pergi.

Hal pertama yang dibutuhkan oleh penduka karena kematian mendadak ialah sikap empati dan keterampilan dalam mendengarkan semua perasaan penduka.³ Namun dalam beberapa kasus, penulis melihat kurangnya perhatian dari ahli psikoterapi dan juga konseling terhadap dampak kedukaan yang akan timbul dari kasus kematian mendadak. Bahkan dari lingkungan pun juga abai mengenai hal itu. Individu yang mengalami hal tersebut umumnya hanya diberikan penguatan, penghiburan, khotbah, bahkan nasehat-nasehat namun tidak memerhatikan kondisi penduka secara holistik. Setelah itu tidak ada tindakan yang lebih lanjut, sementara penduka perlu ditolong untuk mengeluarkan racun-racun

³ Totok S. Wiryasaputra, *Konseling Kedukaan Kematian Mendadak* (Yogyakarta: PBMR Andi, 2022), 15.

psikologisnya akibat rasa kehilangan dengan hadir untuk mendengarnya secara penuh. Untuk itu perlu penanganan yang serius tentang kedukaan yang disebabkan oleh kematian mendadak melalui pendekatan konseling.

Pendekatan konseling di zaman sekarang ini tidak bisa hanya dilakukan dengan pola yang tunggal atau berdiri sendiri melainkan dengan memperhatikan seluruh aspek utama manusia. Aspek-aspek yang dimaksudkan diantaranya ialah aspek fisik, emosional, spiritual, dan sosial.⁴ Aspek tersebut akan terintegrasi dan saling mengisi untuk meningkatkan kualitas layanan konseling. Namun faktanya, terkadang ada aspek yang terlupakan bahkan diabaikan dalam melakukan proses konseling. Selain memperhatikan aspek tersebut, penulis juga melihat bahwa pendekatan integratif sangat diperlukan dalam proses konseling kedukaan akibat kematian mendadak (*sudden death*).

Konseling model integratif ialah pendekatan yang tidak hanya menggunakan satu pendekatan (pendekatan tunggal) melainkan beberapa pendekatan.⁵ Pendekatan ini dikembangkan oleh seorang yang bernama Larry Beutler.⁶ Pendekatan ini lebih mengacu pada proses menyeleksi setiap pendekatan/metode dan teknik dari berbagai sumber. Hal ini dilakukan untuk mencapai proses konseling yang efektif dan efisien serta berjalan secara maksimal. Proses seleksi berbagai pendekatan diharapkan

⁴ Totok S. Wiryasaputra, *Konseling Pastoral Di Era Milenial* (Yogyakarta: Seven Books, 2019).

⁵ Ibid., 226.

⁶ Wiryasaputra, *Konseling Pastoral Di Era Milenial*.

dapat menghindari kelemahan masing-masing pendekatan. Selain itu juga diharapkan dapat menolong konseli dalam menghadapi permasalahan kompleks yang timbul akibat kematian mendadak.

Dari hasil pengamatan awal penulis, Masyarakat di Lembang Maroson seringkali menghadapi peristiwa berduka atas kematian anggota keluarga. Namun ada beberapa kematian terjadi secara mendadak seperti kecelakaan, bunuh diri, serangan jantung dan sebagainya. Hal ini cukup mengejutkan bagi setiap orang terutama keluarga yang berduka.

Dalam kasus ini penulis memfokuskan pada kedukaan akibat kematian mendadak yang dialami oleh suami seorang ibu. Kematian tersebut terjadi secara mendadak akibat terjadinya hipertensi. Kematian mendadak yang dialami oleh orang yang begitu dikasihi tersebut membuatnya mengalami kedukaan yang sangat dalam. Ibu tersebut mengalami trauma dan tidak mampu menerima kematian suaminya.

Kedukaan yang dialami oleh ibu tersebut membuatnya kehilangan harapan hidup. Sang ibu mengalami kerapuhan dan sering cemas (*anxiety*) bahkan menangis akibat bayang-bayang suami yang telah meninggal. Terlebih semenjak kematian suaminya, ibu tersebut telah tinggal sendiri dan tidak ada kerabat yang menemaninya di rumah. Selain itu, ibu tersebut juga mulai menutup diri dari lingkungan bahkan persekutuan. Jelas bahwa tidak ada *support sistem* atau teman seperjalanan yang menemani ibu tersebut dalam proses berduka setelah kematian suami. Oleh karena itu seorang

Pendeta yang melayani di jemaat tempat ibu tersebut aktif bergereja berinisiatif untuk melakukan konseling dan model yang digunakan dalam proses konseling ialah model integratif.

Adapun penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Rini Wulandari ialah membahas tentang pelayanan pastoral bagi istri yang berduka dan signifikasinya terhadap proses penemuan makna hidup jemaat Gereja Kristen Jawa Kismorejo Karanganyar. Namun penekanan dari penelitian Rini ialah pelayanan pastoral terhadap istri yang berduka dan bagaimana pelayanan tersebut bisa menolong seseorang menemukan makna kehidupannya.⁷ Dengan demikian, penelitian ini menegaskan bahwa pelayanan pastoral berperan strategis dalam menolong jemaat yang mengalami duka agar tidak terperosok dalam keputusan, tetapi justru mengalami pertumbuhan iman dan spiritualitas yang lebih mendalam.

Penelitian yang hampir serupa sekaitan dengan kematian mendadak juga dilakukan oleh Donna Aritonang yang membahas mengenai solidaritas Allah terhadap umat-Nya yang mengalami penderitaan karena kedukaan mendalam akibat kematian anaknya. Pada penelitian ini menawarkan pendampingan pastoral demi penguatan dan pemulihan bagi setiap ibu

⁷ Rini Wulandari, "Pelayanan Pastoral Bagi Istri Yang Berduka Dan Signifikansinya Terhadap Proses Penemuan Makna Hidup Jemaat Gereja Kristen Jawa Kismorejo Karanganyar," *Missio Ecclesiae* 8, no. 1 (2019): 17–44.

yang mengalami masalah serupa.⁸ Pendampingan tersebut tidak hanya bertujuan untuk mengatasi trauma, tetapi juga untuk membantu individu memaknai penderitaan dalam terang iman Kristiani.

Sehubungan dengan masalah dan penelitian terdahulu yang telah dituliskan pada uraian di atas, maka penulis tertarik untuk menganalisis penerapan model integratif yang digunakan konselor dalam proses konseling pastoral kepada keluarga yang berduka pasca kematian mendadak.

B. Fokus Masalah

Dalam proses konseling pastoral, ada banyak pendekatan yang dapat diintegrasikan sesuai dengan kebutuhan konseling. Namun dalam penelitian ini, penulis akan memfokuskan pada 3 (tiga) pendekatan yaitu Pendekatan *Client Centered*, Pendekatan Gestalt, dan Pendekatan Eksistensial dalam konseling pastoral kepada keluarga yang berduka pasca kematian mendadak di Gereja Toraja Jemaat Lemo Klasis Kurra Denpiku.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini ialah bagaimana penerapan model integratif dalam

⁸ Donna Aritonang, "Solidaritas Allah Ditengah Penderitaan Seorang Ibu Karena Kematian Anaknya: Sebuah Pendampingan Pastoral," *Danum Pabelum: Jurnal Teologi Dan Musik Gereja* 3, no. 1 (2023): 90.

konseling pastoral kepada keluarga yang berduka pasca kematian mendadak di Gereja Toraja Jemaat Lemo Klasis Kurra Denpiku?

D. Tujuan Penulisan

Tujuan dari tulisan ini adalah untuk menganalisis penerapan model integratif dalam konseling pastoral kepada keluarga yang berduka pasca kematian mendadak di Gereja Toraja Jemaat Lemo Klasis Kurra Denpiku.

E. Manfaat Penelitian

Melalui penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat baik secara akademis maupun secara praktis:

1. Manfaat Akademis

Diharapkan hasil dari kajian ini dapat menjadi referensi mengenai penerapan model pendekatan integratif dalam konseling pastoral dalam menolong keluarga yang berduka pasca kematian mendadak.

2. Manfaat Praktis

Diharapkan hasil kajian ini dapat menolong setiap pembaca untuk memahami penerapan model integratif dalam konseling pastoral lalu menolong setiap individu yang mengalami kedukaan pasca kematian mendadak.

F. Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam tulisan ini ialah analisis deskriptif. Selain menggunakan metode penelitian analisis deskriptif, penulis juga menggunakan studi literatur untuk membantu karya penulisan ini.

G. Sistematika Penulisan

BAB I : PENDAHULUAN

Memuat uraian mengenai latar belakang, fokus masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan sistematika penulisan

BAB IIa : LANDASAN TEORI

Pembahasan tentang teori yang akan digunakan mulai dari Konseling Pastoral, Model Konseling Integratif, Pendekatan dalam Konseling, Kedukaan, Kematian Mendadak

BAB III : METODE PENELITIAN

Memuat tentang Jenis Metode Penelitian, Gambaran Umum Lokasi Penelitian, Teknik Pengumpulan Data, Narasumber/Informan, Teknik Analisa Data, Pengujian Keabsahan Data dan Jadwal Penelitian

BAB IV : HASIL PENELITIAN DAN ANALISIS

Memuat hasil-hasil dan analisis penelitian yang dikaji berdasarkan teori di bab II

BAB V : PENUTUP

Memuat kesimpulan dan saran

