

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Ketidaksetiaan adalah bentuk pengkhianatan dalam hubungan yang dapat menyebabkan penderitaan emosional bagi korban. Ketidaksetiaan merupakan ancaman serius bagi setiap keluarga. Ketika ketidaksetiaan merajalela di masyarakat, biasanya terdapat berbagai faktor yang terlibat, termasuk aspek ekonomi, tingkat pendidikan, serta norma-norma sosial dan budaya.

Menurut data dari Badan Statistik Pusat tahun 2022, ketidaksetiaan menyumbang sekitar 30% dari semua perceraian. Ketidaksetiaan sering menjadi penyebab utama masalah dan kerugian dalam kehidupan pernikahan. Situasi ini tidak hanya menyebabkan penderitaan psikologis yang serius bagi pihak yang terkena dampak, tetapi juga dapat menyebabkan konsekuensi psikologis yang parah. Konsekuensi ini dapat mencakup penurunan harga diri, rasa malu yang mendalam, kemarahan yang berlebihan, dan munculnya gejala depresi jangka panjang.

Faktor-faktor yang menyebabkan ketidaksetiaan meliputi faktor pribadi, faktor yang berkaitan dengan hubungan, faktor yang berkaitan dengan lingkungan, dan faktor yang berkaitan dengan keadaan. Fenomena ini tidak hanya terjadi di kota-kota besar, tetapi juga di kota-kota kecil dan

daerah terpencil. Dampak perselingkuhan terutama terlihat dalam dua bidang: perceraian dan

rekonsiliasi, selain itu juga perselingkuhan berdampak juga ada kondisi fisik, sosial, mental dan spiritual.¹

Korban perselingkuhan di Indonesia menghadapi masalah psikologis dan sosial yang kompleks. Salah satu cara korban merespons hal ini adalah dengan memaafkan, namun ada juga yang memilih untuk bercerai. Hal ini disebabkan oleh kondisi keluarga, seperti anak-anak, dukungan keluarga, serta faktor internal dan eksternal, seperti emosi, optimisme, dukungan sosial, dan harga diri, yang dapat memengaruhi perempuan terkait perselingkuhan dan kekerasan dalam rumah tangga.

Ketika seseorang menjadi korban perselingkuhan, sedikit yang memilih bercerai untuk menjaga kesehatan mentalnya. Korban perselingkuhan sering mengalami konsekuensi emosional dan psikologis yang mendalam, seperti rasa sakit, kecemasan, stres, rasa malu, amarah, dan perasaan tidak berdaya. Hal ini sering menyebabkan tekanan psikologis dan dapat mengganggu kesehatan keluarga.

Selain di kota-kota besar, perselingkuhan juga terjadi di kota-kota kecil, termasuk komunitas Gloria Bututanga, di mana kasus perselingkuhan telah menyebabkan konsekuensi psikologis dan gangguan emosional bagi

¹Al-Wardah, "Dampak Perselingkuhan Suami Terhadap Kesehatan Mental Dan Fisik Istri," *Jurnal Kajian Perempuan, Gender Dan Agama* 14 (2020): 2.

korban, kehilangan kepercayaan diri, dan kebutuhan akan bantuan medis. Perselingkuhan disebabkan oleh adanya kesempatan, kedekatan dengan lawan jenis, dan godaan. Berdasarkan data korban perselingkuhan di Jemaat Bututanga, dampak pada korban seringkali berupa kecemasan dalam hidup mereka, bahkan rasa sakit emosional yang intens, yang menyebabkan kolaps, kesulitan bernapas, dan memerlukan rawat inap. Hingga saat ini, korban terus merasakan emosi yang bertentangan, seperti amarah, kesedihan, dan bahkan kebingungan, yang dapat menyebabkan kecenderungan stres pada korban. Oleh karena itu, diperlukan layanan konseling dengan pendekatan terapi perilaku emosional rasional bagi korban perselingkuhan, guna membantu kondisi psikologis mereka dalam menghadapi masalah yang dihadapi.

Konseling pastoral memainkan peran penting dalam mendukung orang-orang yang mengalami krisis, terutama mereka yang menderita akibat pengkhianatan. Konseling ini tidak hanya memberikan dukungan emosional, tetapi juga membantu orang menemukan makna dan harapan saat menghadapi tantangan berat. Dalam konteks komunitas, konseling pastoral dapat berfungsi sebagai alat untuk memperkuat dan memulihkan kepercayaan dalam hubungan interpersonal. Layanan ini didasarkan pada empati dan aspek spiritual yang dapat membantu orang dalam proses

penyembuhan.² Layanan pastoral adalah bentuk dukungan yang bertujuan untuk membantu orang-orang yang saat ini membutuhkan bantuan. Layanan konseling pastoral dapat menjadi salah satu sumber kekuatan bagi korban yang mengalami pengkhianatan. Mendorong, membimbing, dan membantu individu mencapai pertumbuhan spiritual dan emosional adalah tanggung jawab konselor.³

Layanan konseling pastoral didirikan untuk semua orang yang sering menghadapi berbagai masalah. Layanan ini dibuat dengan tujuan memahami masalah yang dihadapi individu dan membantu mereka memahami bagaimana konseling pastoral dapat membantu menyelesaikan masalah tersebut. Konseling pastoral mencakup tujuh langkah yang dapat digunakan dalam proses konseling. Langkah pertama adalah membangun kepercayaan. Langkah ini merupakan langkah pertama dalam proses konseling, di mana konselor menciptakan suasana yang aman dan nyaman agar klien dapat mengajukan pertanyaan secara terbuka kepada konselor. Pada tahap ini, konselor juga menjelaskan tujuan konseling dan hal-hal yang berkaitan dengan proses konseling. Tahap kedua adalah pengumpulan data (pemeriksaan anamnesis). Pada tahap ini, konselor meneliti dan mengumpulkan data dan informasi tentang kondisi fisik, mental, sosial, dan spiritual klien serta situasi di mana klien berada. Berdasarkan fakta yang

²S Kahn, "Dampak Psikologis Dari Perselingkuhan: Sebuah Studi Tentang Respons Emosional," *Jurnal Terapi Pernikahan Dan Keluarga*, 2020, 409–23.

³Howard Clinebell, *Tipe Tipe Dasar Pendampingan &Konseling Pastoral* (Kanisius, 2002), 1–20.

dikumpulkan, klien merasa marah dan sakit hati setelah mengetahui kondisinya, yang pada akhirnya menyebabkan dia mengalami gangguan mental dan dirawat di rumah sakit.

Tahap ketiga ialah menyimpulkan sumber masalah(Diagnosa). Pada tahap ini konselor menganalisis sumber atau data yang diperoleh dan membuat sebuah kesimpulan tentang apa yang dialami oleh konseli. Dan tahap yang keempat adalah rencana tindakan (*planing Treatmeant*). Konselor membuat tahaap-tahap tindakan berdasarkan hasil diagnosa. Kemudian konselor kembali menjelaskan tujuan dari roses konseling serta konselor juga akan menyampaikan tindakan yang akan dilakukan,tujuan daari tindakan yang akan dilakukan,sesi perjumpaan, waktu pelaksanaan, durasi perjumpaan, tempat pelaksanaan konseling dan juga pendekatan dan teknik yang akan di gunakan berdasarkan pada informasi serta diagnosa pada konseli.

Konseling pastoral lebih dari sekedar memberi nasihat, atau menghibur akan tetapi juga merupakansuatu proses pendampingan spiritual yang terencana, menyeluruhdan berlandaskan kasih sayang salah satu metode yang bisa digunakan dalam konseling pastoral adalah *Rational Emotive Behavioral teraphy Cognitif* (REBT), yang dikembangkan oleh Albert Ellis. Pada metode ini berfokus pada perubahan cara berfikir yang tidak irasional menjadi rasional, sehingga membantu orang mengatasi perasaan

negatif dan tindakan yang merugikan.⁴ Terapi *Rational Emotive* merupakan salah satu terapi cognitive yang dapat merubah pola pikir seseorang dan pemikiran yang lebih baik yang pada hakikatnya tidak terlepas dari pandangan bahwa rendahnya control diri yang diakibatkan karena individu tidak mampu mengelola pikiran emosionalnya⁵ sehingga menimbulkan dampak yang sangat signifikan pada dirinya serta konseli dapat memikirkan hal-hal yang harus dilakukan untuk menjadi lebih baik dan membuka wawasan untuk tidak terpuruk dalam masalah yang dapat merusak pikiran dan emosional pada korban perselingkuhan di Jemaat Gloria Buttutanga.

Dalam konteks penulisan ini, pendekatan *Rational Emotive Behavioral Terapi* digunakan untuk membantu korban perselingkuhan di Jemaat Gloria Buttutanga dalam mengubah pikiran dan perilaku irasional menjadi rasional dan pikiran yang lebih sehat. Pendekatan ini berlandaskan pada prinsip bahwa pikiran dan perilaku seseorang sangat dipengaruhi oleh bagaimana seorang berpikir tentang kejadian dan pengalaman yang dialaminya yang dimana hal itu dapat menyebabkan emosi negatif dan perilaku yang tidak sehat.⁶ Perselingkuhan di Jemaat Gloria Buttutanga dapat menyebabkan

⁴Totok Wijaya, *Konseling Di Era Milenial* (Yogyakarta: AKPI, 2020), 222.

⁵Hartini Puspitaa Sari, "Studi Kasus Penerapan Teori Konseling Terapi Rational Emotive Terhadap Pemuda Yang Memiliki Gaya Hidup Hedonisme Di Gereja Toraja Jemaat Sion Sangayoka Klasis Buakayu" (Institut Agama Kristen Negeri Toraja, 2021), 5.

⁶Salsabila Maharani Laras Melinda, "Penerapan Pendekatan REBT (Rational Emotive Behavioral Therapy) Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Siswa," *Jurnal Bimbingan Dan Konseling* 1 (2018): 251–252.

masalah emosional dan merusak mental korban perselingkuhan tersebut, maka dari itu konseling pastoral sangat penting dilakukan dengan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Terapi* untuk membantu korban mengubah pandangannya untuk masa depan sekaitan dengan masalah yang dihadapinya.

Penelitian terdahulu merupakan suatu sumber penelitian yang digunakan peneliti untuk membandingkan penelitian baru dengan penelitian yang telah dilakukan.⁷Perbandingan tersebut dilakukan untuk mencari tahu persamaan dan perbedaan sebagai upaya menunjukkan unsur kebaruan dalam penelitian penulis.

Penelitian terdahulu yang pertama dilakukan oleh Paulus Hermanto Perencanaan konseling pastoral dengan teknik *cognitive Restructuring* bagi remaja korban perselingkuhan orang tua di Jemaat Alfa Omega Tarongko, pada penelitian ini merancang konseling pastoral untuk membantu remaja mengatasi *trust issue* akibat perselingkuhan orang tua. Fitira, dan Yusuf M(2018) REBT sebagai intervensi pada korban peristiwa traumatis. Pada penelitian ini memberikan pemahaman tentang bagaimana REBT efektif dalam mengintervensi trauma.

Persamaan dan perbedaan penelitian terdahulu dan yang sedang ditulis antara lain: pada kedua penelitian tersebut sama-sama

⁷Ratna susanti, *Komunikasi Ilmiah :Strategi Anti Bingung Menyusun Karya Ilmiah* (Yogyakarta: CV Bintang Semesta Media, 2022), 74.

menggunakan REBT dalam melakukan konseling untuk mengubah pemikiran yang tidak irasional, sementara perbedaannya ialah pada penelitian pertama membahas tentang remaja yang menjadi korban perselingkuhan orang tua dan penelitian yang kedua dilakukan pada korban peristiwa traumatis dengan menggunakan REBT sedangkan pada penelitian ini penulis melakukan perencanaan konseling pastoral pada korban perselingkuhan dengan teknik REBT.

B. Fokus Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka focus masalah penelitian ini adalah perencanaan konseling pastoral pada korban perselingkuhan dengan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* diJemaat Gloria Buttutanga.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Bagaimana perencanaan konseling pastoral dengan Pendekatan *Rational emotive Behavioral Therapy* di Jemaat Gloria Buttutanga.

D. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguraikan perencanaan konseling pastoral dengan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Teraphy* pada korban perselingkuhan di jemaat Gloria Buttutanga.

E. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari perencanaan konseling pastoral dengan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy* pada korban perselingkuhan di Jemaat Gloria Buttutanga yaitu:

1. Manfaat Teoritis

Melalui teori ini, diharapkan bisa memberikan kontribusi pemikiran dalam pelajaran konseling, dan dapat menambah wawasan bagi setiap pembaca secara khusus bagi mahasiswa pastoral konseling.

2. Manfaat Praktis

Melalui penulisan ini, diharapkan penulis dapat memperoleh pengetahuan tambahan dalam konseling pastoral untuk membantu mengatasi permasalahan yang dihadapi oleh klien.

F. Sistematika Penulisan

Sebagai acuan berfikir dalam tulisan ini maka penulis menyusun sistematika penulisan sebagai berikut:

BAB I : Pendahuluan yang berisi latar belakang masalah, fokus masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan.

BAB II : Kajian Teori yang meliputi, pengertian konseling pastoral, fungsi konseling pastoral, tahapan konseling pastoral, peran dan tujuan konseling pastoral,

perselingkuhan, faktor penyebab perselingkuhan, dampak perselingkuhan, pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy*, dan teknik konseling dengan pendekatan *Rational Emotive Behavioral Therapy*.

BAB III : Metode penelitian yang meliputi tentang , jenis metode penelitian, waktu dan Tempat penelitian, teknik pengumpulan data, informan, instrument penelitian, teknik analisis data.

BAB IV : Hasil penelitian dan analisis data

BAB V : Penutup yang meliputi kesimpulan dan saran.