MATHÉSI
Jurnal Pendidikan dan Bimbingan Konseling
e-ISSN 3063-3508

https://journal.gknpublisher.net/index.php/mathesi	Diterima	08 Juni 2026
Volume 3 No.2 Juni 2026 h.25-39	Disetujui	30 Juni 2026

PENDAMPINGAN PASTORAL KONSELING KEPADA LANSIA YANG TERPINGGIRKAN

Gita Yuventia Rauf

Insititut Agama Kristen Negeri Manado

gitarauf1@gmail.com

Abstract

Elderly individuals, particularly widows, often face social isolation and multidimensional poverty, which trigger profound grief and the loss of economic protection. This descriptive qualitative study aims to provide a deep and humane portrayal of the life reality and inner needs of a 70-year-old widow in Buha Village. The subject carries a heavy physical and psychological burden as the family's primary breadwinner by selling cakes, yet she possesses strong spiritual resilience through her habit of reading the Bible. A Client-Centered approach is employed in pastoral action to assist the subject in mapping problems, setting priorities, and empowering her self-potential to ensure her mental health and dignity remain intact. Overall, pastoral counseling plays a vital role in restoring the holistic well-being of the elderly through the functions of healing, sustaining, guiding, empowering, and transforming. The success of this service relies heavily on the synergy between spiritual compassion and the competence of certified professional counselors to ensure the guidance is ethical and accountable. Through this process, the subject is encouraged to rediscover her self-worth as a valuable individual before God and society, enabling her to live her old age with greater tranquility and independence.
Keywords: Pastoral Care, Elderly, Empowerment.

Abstrak

Lansia, khususnya janda, sering kali menghadapi pengucilan sosial dan kemiskinan multidimensi yang memicu kesedihan mendalam serta hilangnya perlindungan ekonomi. Penelitian kualitatif deskriptif ini bertujuan menggambarkan realitas hidup serta kebutuhan batin janda lansia berusia 70 tahun di Desa Buha secara mendalam dan manusiawi. Subjek memikul beban fisik dan psikis yang berat sebagai tulang punggung keluarga dengan berjualan kue, namun ia memiliki resiliensi spiritual yang kuat melalui kebiasaan membaca Alkitab. Pendekatan Client-Centered digunakan dalam tindakan pastoral untuk membantu subjek memetakan masalah, menetapkan skala prioritas, dan memberdayakan potensi diri agar kesehatan mental serta martabatnya tetap terjaga. Secara keseluruhan, pendampingan pastoral konseling berperan penting dalam memulihkan kesejahteraan holistik lansia melalui fungsi menyembuhkan, menopang, membimbing, memberdayakan, dan mentransformasi. Keberhasilan pelayanan ini sangat bergantung pada sinergi antara kasih spiritual dan kompetensi konselor profesional yang telah tersertifikasi agar pendampingan berjalan secara etis dan akuntabel. Melalui proses ini, subjek didorong untuk menemukan kembali harga dirinya sebagai pribadi yang berharga di hadapan Tuhan dan masyarakat, sehingga ia mampu menjalani masa tuanya dengan lebih tenang dan mandiri.
Kata Kunci: Pendampingan Pastoral, Lansia, Pemberdayaan..

PENDAHULUAN

Perjalanan hidup setiap manusia pada dasarnya adalah sebuah pengembaraan panjang yang suatu saat akan tiba pada masa lanjut usia atau masa senja. Ini adalah sebuah fase alami yang tidak bisa dihindari, di mana setiap orang akan mengalami penurunan kekuatan tubuh secara biologis, perubahan peran di tengah masyarakat, serta menjadi lebih peka atau rentan secara perasaan. Di negara kita, Indonesia, perubahan jumlah penduduk menunjukkan bahwa orang tua kini semakin banyak, namun sayangnya hal ini belum dibarengi dengan kesiapan lingkungan sosial yang benar-benar peduli. Di tengah kerumunan orang tua tersebut, ada satu kelompok yang nasibnya sangat memprihatinkan dan berada dalam posisi paling sulit, yaitu para perempuan yang menjalani masa tuanya sebagai janda. Hidup sebagai janda lansia di zaman modern yang sering kali hanya memuji orang-orang yang masih produktif bekerja secara ekonomi membuat mereka seolah-olah terpinggirkan dari kehidupan utama. Kehilangan suami bagi mereka bukan sekadar rasa sedih karena ditinggal wafat, melainkan sebuah guncangan hidup yang sangat berat karena hilangnya sosok pelindung, hilangnya teman bicara tempat berbagi cerita setiap hari, hingga terputusnya sumber keuangan yang selama ini menjamin kebutuhan hidup mereka sehari-hari (Krebs, 2022).

Jika kita lihat dari sisi hubungan kemasyarakatan, nasib para janda lansia ini sebenarnya adalah masalah nyata yang sering kali luput dari perhatian karena tertutup oleh cerita tentang kemajuan zaman. Banyak orang saat ini terjebak dalam pola pikir yang hanya mementingkan diri sendiri, sehingga cenderung melihat para janda lansia ini sebagai kelompok yang “sunyi” atau tidak terlihat—mereka ada di sekitar kita, namun keberadaannya sering dianggap tidak memberikan sumbangan nyata bagi kemajuan masyarakat. Keadaan ini diperparah dengan berubahnya bentuk keluarga saat ini, baik di kota maupun di desa, di mana anak-anak sering kali harus pindah jauh demi mencari pekerjaan atau sangat sibuk dengan urusan pribadinya masing-masing. Hal inilah yang menyebabkan para janda lansia mengalami pengucilan sosial yang sangat berat. Kondisi ini tidak hanya membuat mereka miskin secara harta, tetapi yang lebih berbahaya adalah munculnya “kemiskinan hubungan” dan penurunan harga diri sebagai manusia. Perasaan bahwa dirinya tidak lagi dibutuhkan, rasa sepi yang sangat menusuk hati, serta cap sebagai beban bagi keluarga adalah kepahitan batin yang perlahan-lahan

menghancurkan semangat hidup para lansia ini (Pangaribuan, Manalu, & Nainggolan, 2023).

Melihat kenyataan pahit yang mereka hadapi, kita tentu tidak boleh hanya diam atau sekadar memberikan bantuan alakadarnya yang bersifat sementara. Dari sisi keyakinan beragama, keberadaan janda yang tersisih ini sebenarnya adalah sebuah panggilan hati dan tugas moral yang sangat mendasar bagi setiap orang yang beriman. Kitab suci secara jelas menekankan bahwa kualitas iman suatu masyarakat diukur dari sejauh mana mereka mempedulikan para janda dan orang-orang kecil yang tidak punya pembela. Tuhan sendiri menyatakan diri-Nya sebagai pelindung bagi anak-anak yang kehilangan orang tua dan pembela bagi para janda. Oleh karena itu, memberikan perhatian dan kasih sayang kepada janda lansia adalah tugas suci untuk menunjukkan wajah Tuhan yang penuh kasih di tengah dunia yang mulai terasa dingin dan tidak peduli. Ajaran agama yang benar harus bisa dipraktikkan secara nyata, bukan hanya menjadi teori yang sulit, melainkan tindakan yang menghargai kembali martabat mereka yang selama ini dianggap "hilang" oleh keramaian dunia (Hutagalung, 2025). Masyarakat harus bisa hadir sebagai "keluarga baru" bagi para janda lansia ini, guna memastikan bahwa harga diri mereka sebagai ciptaan Tuhan tetap terjaga dengan baik meskipun fisik mereka sudah tidak sekuat dulu.

Melihat kenyataan pahit yang mereka hadapi, kita tentu tidak boleh hanya diam atau sekadar memberikan bantuan alakadarnya yang bersifat sementara. Dari sisi keyakinan beragama, keberadaan janda yang tersisih ini sebenarnya adalah sebuah panggilan hati dan tugas moral yang sangat mendasar bagi setiap orang yang beriman. Kitab suci secara jelas menekankan bahwa kualitas iman suatu masyarakat diukur dari sejauh mana mereka mempedulikan para janda dan orang-orang kecil yang tidak punya pembela. Tuhan sendiri menyatakan diri-Nya sebagai pelindung bagi anak-anak yang kehilangan orang tua dan pembela bagi para janda. Oleh karena itu, memberikan perhatian dan kasih sayang kepada janda lansia adalah tugas suci untuk menunjukkan wajah Tuhan yang penuh kasih di tengah dunia yang mulai terasa dingin dan tidak peduli. Ajaran agama yang benar harus bisa dipraktikkan secara nyata, bukan hanya menjadi teori yang sulit, melainkan tindakan yang menghargai kembali martabat mereka yang selama ini dianggap "hilang" oleh keramaian dunia (Hutagalung, 2025). Masyarakat harus bisa hadir sebagai "keluarga baru" bagi para janda lansia ini, guna memastikan

bahwa harga diri mereka sebagai ciptaan Tuhan tetap terjaga dengan baik meskipun fisik mereka sudah tidak sekuat dulu.

Langkah nyata dari panggilan kasih ini diwujudkan melalui pendampingan khusus yang menyentuh jiwa. Pendampingan ini bukan hanya soal datang berkunjung secara rutin atau sekadar memberikan kata-kata semangat yang biasa-biasa saja, melainkan sebuah bentuk kehadiran yang utuh dan tulus untuk berjalan bersama-sama dengan mereka yang jiwanya sedang memikul beban sangat berat (Engel, 2023). Dalam pelaksanaannya, pendampingan ini dilakukan dengan menggunakan kalimat-kalimat sederhana yang ramah dan mampu menyentuh hati terdalam, sehingga para janda lansia ini merasa bahwa segala keluh kesah dan cerita hidup mereka benar-benar berharga untuk didengarkan. Cara ini bertujuan untuk menjawab keinginan paling dasar dari setiap manusia, yaitu keinginan untuk dicintai dan diakui keberadaannya. Melalui kehadiran yang tulus ini, para orang tua diajak untuk melihat bahwa masa senja mereka bukanlah sebuah akhir hidup yang menyedihkan, melainkan bagian dari perjalanan hidup yang tetap memiliki makna dan tujuan yang indah di dalam kasih komunitas sekitarnya.

Namun, agar bantuan yang diberikan benar-benar aman dan berkualitas, kita perlu memahami dengan baik siapa yang berhak memberikan pendampingan. Penting bagi kita untuk meluruskan pemahaman masyarakat yang selama ini menganggap bahwa tugas menghibur atau membimbing jiwa hanya boleh dilakukan oleh pendeta atau pemimpin agama saja. Kenyataannya, masalah yang dihadapi oleh para janda lansia mulai dari rasa trauma karena kehilangan pasangan hingga rasa sedih yang sangat dalam karena kesepian sering kali membutuhkan bantuan dari konselor yang sudah ahli dan memiliki sertifikat resmi (Engel, 2023). Tenaga profesional yang bersertifikat ini dibekali dengan aturan etika yang ketat dalam menjaga rahasia curhatan, memiliki kemampuan untuk mendengarkan tanpa menghakimi, serta tahu cara memberikan bantuan yang tepat tanpa menggunakan istilah-istilah medis yang membingungkan bagi orang tua (Clinebell, 2022). Perpaduan antara kasih sayang yang tulus dari masyarakat dan keahlian dari para profesional ini akan membentuk sebuah sistem dukungan yang sangat kokoh dan mampu membawa perubahan positif bagi kehidupan para lansia tersebut.

METODE PENELITIAN

Dalam menyusun tulisan ini, peneliti memilih untuk menggunakan jalan yang disebut dengan metode kualitatif yang sifatnya bercerita atau deskriptif. Seperti yang pernah dijelaskan oleh seorang ahli bernama Rukin, jenis penelitian ini memang sengaja dirancang untuk menggambarkan suatu keadaan secara apa adanya dan lebih mengandalkan cara berpikir yang berangkat dari fakta-fakta di lapangan untuk kemudian ditarik menjadi sebuah kesimpulan (pendekatan induktif). Berbeda dengan penelitian yang menggunakan hitungan matematika, pendekatan kualitatif ini jauh lebih mementingkan makna di balik sebuah kejadian, cara orang menalar sesuatu, serta bagaimana seseorang mengartikan situasi hidup yang mereka alami. Penelitian ini juga lebih banyak masuk ke dalam hal-hal kecil yang kita temui dalam kehidupan sehari-hari, sehingga hasilnya terasa lebih hidup dan nyata bagi siapa saja yang membacanya (Rukin, 2021).

PEMBAHASAN DAN HASIL

A. Pastoral Konseling

Kisah hidup seorang janda lanjut usia di Desa Buha memberikan gambaran nyata tentang betapa beratnya beban yang harus dipikul oleh seorang perempuan di masa tuanya. Kesulitan ini mulai muncul secara beruntun sejak suaminya meninggal dunia, sebuah peristiwa sedih yang tidak hanya menghancurkan sumber keuangan keluarga, tetapi juga menghilangkan sosok pelindung utama yang selama ini menemaninya dalam kehidupan bermasyarakat. Saat ini, sang ibu tinggal bersama dua orang anaknya di sebuah rumah sederhana, namun sayangnya keadaan di dalam rumah tersebut sangat jauh dari kata seimbang. Salah satu anaknya bekerja sebagai tenaga honorer dengan gaji yang sangat kecil, sementara anak yang satunya lagi hanya mengurus rumah tangga tanpa punya pekerjaan tetap. Meskipun ia masih memiliki satu anak lain yang sudah berkeluarga, bantuan uang yang diberikan pun belum cukup untuk menutupi kebutuhan makan sehari-hari. Situasi ini membuat sang ibu berada dalam posisi yang terjepit; yang seharusnya di usia senja ia bisa beristirahat dengan tenang, ia justru harus memikul tanggung jawab besar untuk menjaga agar dapur di rumahnya tetap mengepul dan ekonomi keluarganya tetap berjalan (Suharto, 2021).

Meski kondisi tubuhnya sudah mulai lemah dan tidak sekuat dulu, sang ibu menunjukkan semangat pantang menyerah yang luar biasa dengan tetap berjualan kue di sekitar rumahnya. Langkah ini ia ambil sebagai cara untuk bertahan hidup agar kebutuhan mendasar yang sangat mendesak bisa terpenuhi. Namun, di balik kegigihannya itu, tersimpan beban batin yang sangat berat karena ia harus menjadi tulang punggung keluarga tanpa adanya jaminan perlindungan sosial yang pasti dari pihak mana pun. Kejadian ini menggambarkan sebuah kemiskinan yang sifatnya menyeluruh, di mana terbatasnya uang dan barang berpadu dengan tidak adanya perlindungan khusus bagi warga yang sudah tua (Pelly, 2022). Ketidakseimbangan antara tenaga fisiknya yang sudah terbatas dengan beban kerja berat yang harus ia lakukan setiap hari menciptakan risiko kelelahan badan dan kelelahan pikiran yang sangat berbahaya bagi kesehatannya (Widyasari, 2022).

Berdasarkan hasil obrolan yang mendalam, terungkap bahwa beban hidup sang ibu semakin rumit karena selama ini ia ternyata belum pernah tersentuh atau mendapatkan bantuan sosial dari pemerintah. Hal ini membuatnya merasa seolah-olah "terlupakan" oleh sistem negara yang seharusnya memberikan perlindungan bagi warga seperti dirinya. Secara kemasyarakatan, pengabaian dari sisi administrasi ini bisa memicu sifat tertutup, di mana seseorang cenderung menyimpan sendiri semua masalah hidupnya tanpa mau bercerita kepada orang lain (Dethan, 2021). Sang ibu cenderung merahasiakan kondisi ekonominya yang sulit, bahkan di lingkungan gereja atau komunitas agamanya sendiri, demi menjaga harga diri dan kehormatan di masa tua. Sikap ini muncul karena keinginan kuat untuk tetap terlihat mandiri dan tidak ingin dikasihani oleh orang lain, meskipun di dalam hatinya ia merasakan tekanan batin yang sangat luar biasa hebatnya (Suroto, 2023).

Kondisi pikiran yang kacau dan kelelahan yang terus menumpuk ini bisa membuat sang ibu mengalami gangguan kesehatan mental, seperti hilangnya semangat untuk hidup atau stres yang berkepanjangan. Dalam pandangan kerohanian, kasus di Desa Buha ini bukan sekadar masalah kurangnya uang atau harta, melainkan krisis kesejahteraan manusia yang butuh perhatian secara utuh dari berbagai sisi. Sangat penting untuk dipahami bahwa dalam menghadapi krisis yang rumit seperti ini, tugas membantu tidak boleh hanya dibebankan kepada pelayan gereja seperti pendeta atau gembala saja. Untuk memulihkan kembali rasa percaya diri dan ketenangan emosinya, sang ibu sangat

membutuhkan kehadiran konselor yang sudah profesional dan memiliki sertifikat keahlian resmi (Susanto, 2025). Melalui bantuan tenaga profesional yang bersertifikat ini, pendampingan batin dapat dilakukan dengan aturan kerja yang sangat rapi dan penuh rahasia. Hal ini akan membantu sang ibu untuk mengolah beban batinnya dan menguatkan kembali keyakinannya bahwa ia adalah sosok yang tetap berharga, dicintai, dan layak mendapatkan dukungan penuh dari masyarakat di sekitarnya (Borrong, 2024).

2.Dampak yang di alami Subjek

Situasi hidup yang dijalani oleh sang ibu di usianya yang telah menginjak 70 tahun memberikan pengaruh yang sangat nyata pada berbagai sisi kehidupannya, walaupun beban tersebut ia hadapi dengan keteguhan iman yang luar biasa. Dari sisi kesehatan fisik, rutinitas harian mulai dari membuat kue hingga menjajakannya setiap hari tentu menjadi sebuah tantangan yang sangat berat bagi tubuh seseorang yang sudah lanjut usia. Rasa lelah yang menumpuk ini terlihat jelas dari kondisi tubuhnya yang tidak lagi segar dan bugar seperti dulu, serta adanya penurunan berat badan yang cukup terlihat. Penurunan kesehatan ini sebenarnya merupakan dampak alami yang tidak bisa dihindari ketika tenaga seorang lansia masih harus dipaksa bekerja aktif demi memenuhi kebutuhan ekonomi keluarga yang mendesak (Yuliati, 2022).

Dilihat dari sisi kejiwaan atau psikis, beban pikiran sang ibu muncul karena besarnya tanggung jawab terhadap kedua anaknya yang masih tinggal serumah dengannya. Karena penghasilan anaknya yang bekerja sebagai tenaga honorer sangat terbatas, ditambah lagi dengan adanya anak lain yang tidak bekerja, sang ibu terkadang merasa cemas dan khawatir apakah uang yang ada akan cukup untuk membiayai keperluan hidup sehari-hari. Namun, menariknya, dampak tekanan batin ini mampu diredam oleh kedalaman iman dan kehidupan rohaninya. Di tengah-tengah kesibukannya yang melelahkan, ia selalu menyempatkan diri untuk membaca alkitab. Keyakinannya yang teguh bahwa berkat Tuhan akan selalu ada dan pasti mencukupkan segala kekurangan menjadi kekuatan dari dalam diri yang menjaga kesehatan mentalnya, sehingga ia tidak sampai jatuh ke dalam rasa putus asa yang mendalam (Suroto, 2023).

Dampak secara sosial terlihat dari kecenderungan sang ibu untuk sangat menjaga rahasia pribadinya. Ia lebih memilih untuk memendam sendiri kesulitan ekonomi yang ia alami daripada harus menceritakan keluh kesahnya kepada tetangga sekitar atau sesama jemaat di gereja. Sikap tertutup ini muncul bukan karena ia sombong, melainkan

karena keinginannya yang kuat untuk menjaga kehormatan diri dan tidak ingin menjadi beban bagi orang lain. Akibatnya, hubungan sosialnya dengan orang luar menjadi lebih terbatas dan ia hanya berinteraksi seperlunya saja, terutama yang berkaitan dengan urusan pekerjaan atau hal-hal penting lainnya.

Secara ekonomi, posisi sang ibu memang berada dalam keadaan yang serba terbatas karena pendapatan yang ia hasilkan setiap hari hanya cukup untuk memenuhi kebutuhan makan saat itu juga (kebutuhan konsumsi segera). Kondisi keuangan yang pas-pasan ini diperparah dengan kenyataan bahwa sampai saat ini belum ada bantuan sosial dari pemerintah yang menjangkau atau menyentuh dirinya. Perpaduan antara penghasilan yang kecil dan kurangnya perhatian dari pihak luar ini membuat posisi ekonominya sangat rawan terhadap guncangan atau masalah mendadak di masa depan (Dethan, 2021).

3.Pemahaman tentang Pendamping Pastoral

Istilah "pastoral" sebenarnya berasal dari bahasa Latin, yaitu pastor, yang arti aslinya adalah seorang gembala. Kata ini digunakan sebagai sebuah gambaran tentang tugas seseorang untuk memelihara, menjaga, dan menuntun kelompok yang dipimpinnya ke tempat yang aman dan tenang. Dalam ajaran kristiani, makna kata ini berkembang menjadi sebuah tanggung jawab spiritual untuk melakukan pemeliharaan terhadap jiwa manusia, atau yang sering disebut dengan istilah cura animarum. Dalam hal ini, seorang pendamping bertindak selayaknya seorang gembala yang memberikan perlindungan, arahan, serta dukungan penuh bagi orang-orang yang sedang menghadapi pergumulan atau masalah berat dalam hidupnya (Lumbantobing, 2024).

Di sisi lain, istilah "konseling" berasal dari kata Latin consilium yang berarti sebuah musyawarah, pertimbangan, atau pemberian nasihat yang dilakukan secara bersama-sama. Akar kata ini ingin menekankan bahwa dalam konseling, harus ada hubungan timbal balik antara dua orang untuk mencari jalan keluar atas suatu masalah melalui obrolan atau dialog yang sangat mendalam. Seorang ahli bernama Howard Clinebell menegaskan bahwa konseling itu bukan hanya sekadar urusan memecahkan masalah saja, melainkan sebuah cara untuk membantu seseorang mengeluarkan potensi diri yang selama ini terhambat karena adanya krisis hidup (Clinebell, 2022). Seiring berjalannya waktu, konseling pun berkembang menjadi sebuah proses kerja yang profesional dan teratur untuk membantu seseorang memahami kelebihan dirinya serta

mengatasi ganjalan perasaan atau masalah sosial yang menghambat kebahagiaan Hidupnya (Widyasari, 2022)

Ketika kedua konsep ini disatukan, lahirlah sebuah bentuk pelayanan yang sangat istimewa. Seorang ahli bernama Anthony Yeo menekankan bahwa "pastoral konseling" adalah sebuah bentuk kepedulian yang menggunakan hubungan baik antarmanusia sebagai alat untuk membawa kesembuhan dan pertumbuhan hidup secara utuh (Yeo, 2023). Hal ini senada dengan pemikiran John Patton yang melihat proses ini sebagai upaya untuk "mengingat kembali" bahwa Tuhan sebenarnya hadir di tengah penderitaan manusia melalui sosok pendamping yang punya rasa empati tinggi. Pendekatan ini mengakui bahwa manusia bukan hanya mahluk yang punya pikiran dan perasaan (psikologis), tapi juga mahluk yang punya jiwa (spiritual). Oleh karena itu, proses pemulihannya harus menyentuh kedua sisi tersebut secara seimbang (Hutagalung, 2025). Tujuan akhirnya adalah untuk memulihkan keutuhan diri manusia secara menyeluruh, di mana iman dijadikan sumber kekuatan utama untuk bangkit kembali di tengah kesulitan (Selfina, 2022).

4.Tujuan Pendampingan Pastoral

Dilihat dari sisi keyakinan agama atau teologis, tujuan paling utama dari pelayanan ini adalah untuk melakukan pemeliharaan jiwa, atau yang sering dikenal dengan istilah cura animarum. Upaya ini dilakukan untuk membimbing seseorang supaya ia tetap mampu merasakan dan melihat kehadiran Tuhan, bahkan di saat ia sedang berada di tengah-tengah krisis hidup yang sangat berat (Lumbantobing, 2024). Sejalan dengan pemikiran tersebut, para ahli seperti Clebsch dan Jaekle juga menjelaskan bahwa salah satu tujuan dasarnya adalah sebagai penopang hidup (sustaining). Artinya, pendampingan ini bertujuan untuk membantu orang-orang yang sedang terjepit masalah agar mereka punya kekuatan untuk bertahan hidup dan mampu melewati masa-masa sulit yang mungkin tidak bisa berubah dalam sekejap mata (Ginting, 2023). Melalui dukungan ini, pendampingan berusaha memberikan kekuatan batin agar seseorang tidak sampai kehilangan harapan, melainkan justru menemukan arti atau makna baru di balik tantangan hidup yang sedang ia jalani.

Jika dilihat dari sisi hubungan sosial dan kejiwaan (psikososial), pendampingan ini bertujuan untuk membantu seseorang agar bisa bertumbuh dan menjadi lebih mandiri. Penting untuk dipahami bahwa hasil akhir yang diinginkan bukanlah membuat

orang yang dibantu menjadi ketergantungan kepada pendampingnya, melainkan untuk memberikan kekuatan baru atau pemberdayaan (empowering) bagi dirinya sendiri (Susanto, 2022). Hal ini berarti setiap individu didorong untuk menemukan kembali kekuatan yang ada di dalam batinnya, sehingga ia berani mengambil langkah-langkah nyata untuk memperbaiki kualitas hidup dan kesehatan mentalnya. Selain itu, pendampingan ini juga bertujuan untuk melepaskan segala hambatan perasaan yang selama ini mengunci potensi seseorang, sehingga ia kembali mampu menyesuaikan diri dengan baik saat menghadapi tekanan ekonomi maupun masalah sosial (Clinebell, 2022; Widyasari,2022). Dengan cara ini, setiap orang dibantu untuk menyadari kembali bahwa dirinya adalah pribadi yang sangat berharga.

Lebih jauh lagi, pendampingan ini memiliki tujuan besar untuk menciptakan sebuah ruang yang aman bagi seseorang untuk menyembuhkan luka batinnya. Dalam proses ini, sikap menerima orang lain apa adanya tanpa menghakimi atau menyalahkan menjadi kunci utama agar seseorang yang merasa tertekan bisa mendapatkan kesembuhan batin yang sejati (Yeo, 2023). Selain itu, pendampingan ini juga bertujuan untuk memperkuat rasa kepedulian di tengah masyarakat. Tujuannya adalah agar orang-orang yang sedang menderita tidak merasa berjuang sendirian, melainkan merasa menjadi bagian dari sebuah lingkungan atau komunitas yang benar-benar peduli dan saling mendukung (Kasih, 2024). Sasaran akhirnya adalah terciptanya kesejahteraan yang menyeluruh (holistik), di mana kesehatan pikiran, ketenangan perasaan, dan kekuatan iman saling bekerja sama untuk menciptakan kehidupan yang damai dan tenteram.

5.Fungsi Pastoral Konseling

a)Fungsi Menyembuhkan

Fungsi ini berfokus pada upaya sungguh-sungguh untuk membawa kesembuhan bagi jiwa seseorang yang terluka akibat berbagai krisis atau hantaman badai kehidupan. Menurut Pandangan Brek, yang dimaksud dengan penyembuhan dalam pendampingan ini bukan sekadar menghilangkan gejala penyakit pada tubuh saja, melainkan upaya yang lebih dalam untuk memulihkan kembali hubungan seseorang dengan dirinya sendiri, dengan sesama manusia di sekitarnya, serta hubungannya dengan Tuhan. Proses ini melibatkan pembersihan batin dari tumpukan rasa bersalah yang menghantui, rasa benci

yang tertanam, atau luka perasaan dari masa lalu melalui kehadiran seorang pendamping yang tulus dan penuh kasih sayang.

b) Fungsi Menopang

Fungsi menopang ini sangat dibutuhkan saat seseorang sedang menghadapi situasi yang sangat berat, pahit, atau kenyataan hidup yang tidak mungkin bisa diubah dalam sekejap mata. Brek menekankan bahwa menopang berarti kita benar-benar berjalan berdampingan dengan orang yang sedang berbeban berat agar ia tetap mampu berdiri tegak dan tidak menyerah meski sedang dihantam badai kehidupan. Hal ini dilakukan dengan memberikan dukungan perasaan (emosional) serta kekuatan iman (spiritual). Tujuannya adalah supaya orang tersebut memiliki daya tahan yang kuat untuk melewati masa-masa sulit dengan tetap memiliki harga diri dan kepala tegak.

c) Fungsi Membimbing

Peran membimbing bertujuan untuk membantu orang-orang yang merasa bingung atau sedang berada di persimpangan jalan agar mereka bisa mengambil keputusan hidup yang tepat, yang sesuai dengan kehendak Tuhan dan nilai-nilai kebenaran. Dalam pandangan Brek, membimbing itu bukan berarti kita mengatur atau mendikte jalan hidup orang lain. Sebaliknya, membimbing adalah proses membantu seseorang untuk melihat berbagai pilihan jalan keluar beserta risiko atau akibat yang mungkin muncul. Dengan begitu, orang yang didampingi tetap mampu membuat pilihannya sendiri secara mandiri dan penuh tanggung jawab.

d) Fungsi Memberdayakan

Memberdayakan berarti kita berusaha untuk membangunkan kembali potensi dan kekuatan yang selama ini sebenarnya sudah ada, namun tertutup atau terpendam karena tekanan masalah yang bertubi-tubi. Brek melihat bahwa setiap orang pada dasarnya sudah memiliki “benih kekuatan” yang diberikan oleh Tuhan sejak lahir. Tugas seorang pendamping di sini adalah menolong orang tersebut untuk menemukan kembali keberanian dan kemampuan itu. Tujuannya sangat mulia, yaitu supaya orang yang dibantu tidak lagi terus-menerus bergantung pada orang lain, melainkan tumbuh menjadi pribadi yang tangguh, kuat, dan mampu berdiri diatas kakinya sendiri.

e) Fungsi Mentransformasi

Fungsi ini merupakan tahapan yang paling dalam, di mana pendampingan rohani membawa perubahan yang sangat mendasar pada cara pandang dan gaya hidup

seseorang. Transformasi atau perubahan total ini berarti seseorang tidak hanya sekadar "sembuh" dan kembali ke keadaan lamanya, tetapi ia justru berkembang menjadi sosok pribadi yang benar-benar baru dengan kualitas iman dan kesehatan mental yang jauh lebih baik dari sebelumnya. Brek menekankan bahwa perubahan luar biasa ini adalah buah manis dari pertemuan antara perjuangan hidup manusia dengan kasih sayang Tuhan yang mampu membarui segala sesuatu.(Yohan Brek, 2023)

6. Tindakan Pastoral Konseling

Dalam memberikan bantuan kepada sang ibu di Desa Buha yang masih harus bekerja keras di usia 70 tahun, peneliti menggunakan cara pendampingan yang disebut sebagai pendekatan Client-Centered atau konseling yang berpusat pada orang yang dibantu. Cara ini dipilih karena sangat menghargai kebebasan dan harga diri sang ibu sebagai manusia. Langkah ini sejalan dengan tugas rohani untuk menyembuhkan kelelahan batin, menopang beban hidup yang berat, serta membangkitkan kembali kekuatan yang ada di dalam dirinya. Dalam proses ini, seorang pembimbing atau konselor bertugas menciptakan suasana yang sangat aman dan nyaman, supaya sang ibu merasa benar-benar didengarkan tanpa sedikit pun merasa dihakimi atau dipersalahkan. Dengan begitu, ia akan mampu menemukan jalan keluar yang dapat memperkuat rasa percaya diri serta semangat hidupnya di masa tua.

Hubungan yang baik antara pembimbing dan sang ibu dibangun melalui sikap saling memahami (empati), rasa hormat, dan kasih yang tulus. Mengingat sang ibu selama ini cenderung tertutup mengenai kesulitan uang yang ia alami, pembimbing hadir dengan cara mendengarkan dengan penuh perhatian serta mencoba memahami perasaan yang ia sampaikan (reflecting feelings). Hal ini bertujuan untuk membantu sang ibu agar berani mengungkapkan rasa lelah pada tubuhnya serta kecemasan yang selama ini hanya ia simpan sendiri di dalam hati. Di sini, pembimbing tidak pernah memaksakan kehendak, melainkan memberikan berbagai pilihan jalan keluar dan membiarkan sang ibu sendiri yang memilih langkah mana yang paling sanggup ia lakukan sebagai orang tua. Keputusan akhir tetap berada di tangan sang ibu, sementara pembimbing hanya bertindak sebagai penuntun arah yang sabar.

Dalam tahap tindakan nyata ini, pembimbing menuntun sang ibu untuk semakin mendekatkan diri kepada Tuhan. Pembimbing berusaha memperkuat keyakinan yang sebenarnya sudah dimiliki sang ibu, yaitu bahwa "berkat Tuhan akan selalu cukup." Ia

dibantu untuk menyadari kembali bahwa dirinya adalah pribadi yang sangat berharga dan sangat dikasihi oleh Tuhan, terlepas dari seberapa sulit kondisi ekonominya atau seberapa berat beban keluarga yang harus ia tanggung. Secara rohani, langkah-langkah penyelesaian diarahkan agar ia menemukan ketenangan batin melalui aktivitas membaca Alkitab yang lebih mendalam. Tujuannya adalah supaya kegiatan ibadah tersebut benar-benar menjadi sumber kekuatan baru bagi jiwanya, bukan hanya sekadar pelarian sesaat dari masalah.

Selain penguatan rohani, pembimbing juga memberikan pilihan solusi praktis agar sang ibu lebih berdaya secara sosial dan ekonomi. Mengikuti panduan dari ahli bernama Clinebell, Tindakan nyata yang dilakukan meliputi tiga hal penting:

1) Memetakan Masalah: Membantu sang ibu membedakan mana masalah yang bisa ia ubah (seperti mengatur tenaga saat membuat kue) dan mana masalah yang di luar kendalinya (seperti belum adanya bantuan pemerintah). Hal ini penting agar ia tidakmembuang-buang energi untuk mengkhawatirkan hal yang belum bisa ia ubah.
2) Menentukan Skala Prioritas: Membantu sang ibu memilih satu masalah untuk diselesaikan lebih dulu, misalnya dengan mendahulukan waktu istirahat yang cukup agar kesehatan fisiknya tidak semakin menurun.
3) Mencari Jalan Keluar Lain: Mendorong sang ibu untuk memikirkan cara baru dalam berjualan kue, mungkin dengan meminta anak-anaknya membantu lebih banyak dalam proses pembuatan atau pengantaran kue, sehingga tenaga fisik sang ibu tidak terlalu terkuras.

Jika dalam proses ini sang ibu masih merasa rendah diri karena kemiskinannya, pembimbing akan membantunya menyadari bahwa kekurangan uang bukanlah sebuah aib atau kesalahan yang harus dipermalukan. Melalui dukungan ini, pembimbing mendorong sang ibu untuk menerima keadaan dirinya dengan hati yang lapang. Tindakan pendampingan ini tidak hanya berhenti pada penyembuhan perasaan saja, tetapi juga pada pemberdayaan agar sang ibu kembali berani bergaul dan berinteraksi dengan jemaat di gereja tanpa perlu merasa malu lagi. Dengan demikian, janda lansia tersebut diharapkan dapat menjalani hidup dengan lebih tenang, mandiri, dan tetap berserah sepenuhnya kepada penjagaan Tuhan (Clinebell,2022).

KESIMPULAN

Kegiatan pendampingan dan konseling rohani bagi lansia yang merasa terpinggirkan merupakan wujud nyata dari kasih untuk mengembalikan harga diri mereka secara utuh, terutama bagi para janda lanjut usia yang harus berjuang mencari nafkah dan menghadapi masalah sosial sendirian. Melalui cara pendampingan yang mengutamakan perasaan dan kebutuhan sang ibu, pelayanan ini terbukti sangat menolong untuk menyembuhkan rasa lelah batin, menguatkan mereka dalam memikul beban hidup yang berat, serta membangkitkan kembali semangat agar mereka mampu menghadapi tantangan dengan iman yang teguh. Harapan akhirnya bukan sekadar bantuan sementara, melainkan agar para lansia ini memiliki ketenangan hati, pikiran yang sehat, dan tetap mandiri sambil berserah sepenuhnya kepada Tuhan. Namun, agar hasil yang dicapai benar-benar maksimal dan dapat dipercaya, dibutuhkan perpaduan antara ketulusan hati dan keahlian dari konselor yang sudah profesional dan bersertifikat resmi. Hal ini sangat penting untuk memastikan bahwa dukungan yang diberikan tidak hanya menyentuh sisi rohani, tetapi juga didukung oleh ilmu pengetahuan yang kuat dan aturan kerja yang profesional demi kebaikan para lansia itu sendiri.

REFERENSI

Borrong, R. P. (2024). Etika Sosial dalam Pelayanan Pastoral: Menjangkau yang Terlupakan. Jakarta: BPK Gunung Mulia.

Brek, Y. (2023). Konseling Pastoral, Teori dan Penerapannya.

Clinebell, H. (2022). Tipe-Tipe Dasar Pendampingan dan Konseling Pastoral. Jakarta: BPK Gunung Mulia.

Dethan, M. A. P. (2021). Teologi Pastoral dalam Konteks Indonesia: Sebuah Upaya Pendampingan Berbasis Kearifan Lokal. Yogyakarta: Kanisius.

Engel, J. D. (2023). Pastoral dan Kebutuhan Dasar Konseling. Jakarta: BPK Gunung Mulia.

Ginting, E. P. (2023). Konseling Pastoral di Tengah Krisis: Teori dan Praktis Pelayanan. Jakarta: BPK Gunung Mulia.

Hutagalung, A. (2025). Spiritualitas dan Kesehatan Mental: Integrasi Teologi dalam Praktik Konseling. Jakarta: BPK Gunung Mulia.

Hutagalung, A. (2025). Spiritualitas sebagai Kekuatan di Masa Tua: Pendekatan Pastoral bagi Kelompok Marjinal. Jakarta: BPK Gunung Mulia.

Kasih, T. S. (2024). Gereja dan Kaum Miskin: Model Pendampingan Pastoral Holistik di Indonesia. Yogyakarta: Kanisius.

Krebs, R. (2022). Sendiri Lagi: Pertolongan Bagi Para Janda Atau Duda Yang Baru Ditinggal Mati Atau Perceraian. Jakarta: BPK Gunung Mulia.

Lumbantobing, R. (2024). Psikologi Pastoral: Memahami Luka Batin dan Pemulihan Diri. Medan: Perdana Publishing.

Pangaribuan, A. C. V., Manalu, D. L., & Nainggolan, H. (2023). Bunga Rampai Pastoral Keluarga. Jakarta: BPK Gunung Mulia.

Pelly, U. (2022). Sosiologi Masyarakat Marjinal: Ketimpangan dan Eksklusi. Jakarta: Prenada Media.

Rukin. (2021). Metodologi Penelitian Kualitatif. Ponorogo: Ahlimedia Press.

Selfina, L. S. (2022). Pendampingan Pastoral Terhadap Kaum Marjinal: Teori dan Praktis. Makassar: STT Jaffray.

Suharto, E. (2021). Kemiskinan dan Perlindungan Sosial di Indonesia: Menjangkau yang Terlupakan. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

Suroto, A. (2023). "Dampak Psikologis Kemiskinan terhadap Kesehatan Mental Lansia". Jurnal Psikologi Indonesia, 12(2).

Susanto, D. (2022). Konseling Pastoral Profesional: Mengintegrasikan Psikologi dan Teologi. Jakarta: Rajawali Pers.

Susanto, H. (2025). Sertifikasi Konselor Pastoral: Standar Etika dan Profesionalisme Pelayanan. Jakarta: Rajawali Pers.

Widyasari, N. (2022). Konseling dalam Konteks Indonesia: Teori dan Aplikasi. Bandung: Refika Aditama.

Widyasari, N. (2022). Ketahanan Keluarga di Tengah Krisis Ekonomi. Bandung: Refika Aditama.

Yeo, A. (2023). Konseling: Sebuah Pendekatan Terampil. Jakarta: Gunung Mulia.

Yuliati, L. (2022). Psikologi Perkembangan Lansia: Memahami Kesepian dan Strategi Dukungan. Jakarta: Erlangga.