



## Pendampingan Pastoral terhadap Anak yang Trauma Karena Bapaknya Meninggal

Hidayat F.H. Pasaribu<sup>1</sup>, Rogate Artaida Tiarasi Gultom<sup>2</sup>, Ibelala Gea<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Tarutung

Alamat: Jalan Raya Tarutung-Siborongborong KM 11 Silangkitang Kec.Sipoholon Kab.  
Tapanuli Utara

Email : [dayatpasaribu93@gmail.com](mailto:dayatpasaribu93@gmail.com)<sup>1</sup>, [rogatearthagultom@gmail.com](mailto:rogatearthagultom@gmail.com)<sup>2</sup>, [ibasloel3@gmail.com](mailto:ibasloel3@gmail.com)<sup>3</sup>

**Abstract.** *The experience of losing a parent has an impact on a child's life. When this event occurs, you will experience a feeling of loss which ultimately causes grief. In fact, this event had a physical, emotional and spiritual impact because of the child's grief over the death of his parents. Situations like this ultimately cause trauma to the person, therefore a healing process is needed for people who experience abnormal sadness. The purpose of this article is to describe a trauma-based approach to dealing with abnormal grief in adolescents whose parents have died. This research uses a qualitative literature method with a literature review using a content analysis approach. This study provides insight into the definition of pathological grief and trauma healing. Symptoms of excessive mourning experienced by adolescent children after the death of their parents. And knowledge about how to overcome grief using a trauma healing approach.*

**Keywords:** *Loss of Father; Trauma; Pastoral Approach*

**Abstrak.** Pengalaman kehilangan orang tua memberi dampak dalam kehidupan anak. Saat peristiwa itu terjadi akan mengalami perasaan kehilangan yang pada akhirnya menimbulkan dukacita. Bahkan peristiwa itu memberi dampak baik secara fisik, emosional serta spiritual karena dukacita anak atas kematian orang tuanya. Situasi seperti ini pada akhirnya menimbulkan trauma pada orang tersebut, oleh karena itu diperlukan proses penyembuhan bagi orang yang mengalami kesedihan yang tidak normal. Tujuan artikel ini adalah untuk menjelaskan pendekatan berbasis trauma dalam menangani kesedihan yang tidak normal pada anak remaja yang orang tuanya telah meninggal. Penelitian ini menggunakan metode literatur kualitatif dengan tinjauan literatur menggunakan pendekatan analisis isi. Studi ini memberikan wawasan tentang definisi kesedihan yang tidak normal (*pathologis grief*) dan penyembuhan trauma. Gejala berkabung yang berlebihan yang dialami anak remaja setelah kematian orang tuanya. Dan pengetahuan tentang cara mengatasi kesedihan dengan menggunakan pendekatan penyembuhan trauma.

**Kata kunci:** Kehilangan Bapak; Trauma; Pendekatan Pastoral

### 1. LATAR BELAKANG

Setiap orang yang terlahir didunia akan mengalami yang namanya kematian karena kematian adalah sesuatu yang pasti terjadi dalam kehidupan manusia dan tidak ada yang dapat menghindarinya. Kematian terasa mengerikan bagi seseorang karena menyebabkan hilangnya orang-orang yang dicintai selamanya, seperti kematian orang tua, keluarga, teman, dan pasangan.

Kematian adalah sesuatu yang sering kita saksikan dan alami. Semua orang tahu apa itu kematian, tapi tidak semua orang berasumsi, atau bahkan berasumsi serius. Beberapa orang berusaha menyembunyikan kenyataan menyakitkan atas kehilangannya melalui ritual, karangan bunga, atau pesta yang sering diadakan saat mereka sedang mengalami kesedihan. Namun kenyataan ini tetap menyakitkan karena masyarakat

mengalami rasa kehilangan. Rasa kehilangan inilah yang pada akhirnya menimbulkan kesedihan. Duka atas kematian orang yang dicintai adalah bagian dari masalah kesehatan mental yang umum. Duka adalah pengalaman kehilangan yang mempengaruhi kehidupan seseorang secara fisik, emosional, dan spiritual. Peristiwa berkabung mencakup seluruh emosi alami seseorang sebagai bagian dari respon emosional orang tersebut terhadap proses berkabung. Pernyataan Parkes juga menyebutkan bahwa reaksi emosional, kognitif, fisik, dan perilaku adalah konsekuensi dari kesedihan yang dirasakan orang mati. (Yulianti Dwi Astuti, 2005)

Demikian juga dalam kebudayaan mana saja, rasanya berbicara masalah kematian, merupakan sesuatu yang tabu atau orang mau segera menghindarinya. Orang lebih banyak menjauhi pokok tersebut dan lebih suka berbicara hal-hal yang berkaitan dengan kegembiraan, sukses dan sejenisnya. (Mesack Krisetya, 1998) Sebab, kematian meninggalkan orang-orang terdekatnya dengan rasa kehilangan dan kesedihan, dan kematian tidak hanya memisahkan mereka dari orang-orang yang dicintainya, namun dalam kondisi ini orang-orang yang ditinggalkan juga sangat kehilangan makna hidup. (Mike Brennan, 2008),

Menurut pemahaman yang disebutkan di atas, kematian adalah peristiwa yang menyebabkan kerugian besar bagi kehidupan manusia. Kematian tampaknya tidak memiliki beberapa kehidupan kita, bukan hanya dari mereka yang mencintai kita. Reaksi kita terhadap kehilangan disebut “kesedihan”. *Grief* (reaksi duka) adalah pengalaman emosional manusia yang terjadi sebagai respons terhadap kenyataan bahwa tidak ada lagi yang "penting" dalam hidup, akibat kehilangan orang yang dicintai, dan akhirnya membuat orang tersebut merasa sangat sedih. Dia bahkan mungkin harus berjuang keras karena dia menjadi sedih dan harus beradaptasi serta kembali normal. (Yakub B. Susabda. 2008) Dalam hal ini ada dua macam kesedihan yang perlu dibedakan, yaitu *normal grief* dan *pathological grief*. *Normal grief* pada umumnya memiliki gejala yang biasa dan sama dengan duka yang berakhir pada waktu yang tidak terlalu lama. Adapun *pathological grief* adalah kesedihan yang menyihir yang membuat seseorang tidak mampu melepaskan diri dari mempertahankan emosi dengan orang yang telah meninggalkannya. Proses penyembuhan sangat diperlukan bagi orang yang mengalami *pathological grief*, karena situasi seperti ini pada akhirnya berakhir pada trauma. (Granek, L. 2010)

Salah satu topik kehilangan yang diangkat dalam artikel ini adalah tanggapan duka anak muda yang kehilangan orang tua. Respon kesedihan anak terhadap kehilangan

orang tuanya adalah rasa takut, dan anak akan merasakan ketakutan karena tidak ada lagi orang yang bisa menenangkan kegelisahannya atau memberikan kenyamanan. Padahal, dalam hal ini, orang tua berperan penting dalam membantu anak mengatasi reaksi kesedihannya. Padahal, gangguan psikososial yang dialami anak, terutama gangguan depresi dan kecemasan, merupakan akibat kesedihan dari kesedihan yang dialami akibat meninggalnya orang tua. (J.W.Santrock, 2004) Oleh karena itu, kehilangan orang tua dianggap sebagai peristiwa yang berdampak besar bagi anak.

## **2. KAJIAN TEORITIS**

Kata pastoral merupakan gabungan kata yang mempunyai arti pelayanan, yaitu mendampingi dan membimbing. Menurut Aart Van Beek, pendampingan adalah kegiatan menolong orang lain yang disebabkan oleh sesuatu hal dan memerlukan pendampingan. Relasi antara pendamping dan didampingi bersifat sejajar atau adanya relasi timbal balik.

Pendampingan pastoral disebut juga sebagai penyembuh jiwa. Kondisi yang menandakan jiwa seseorang sedang dalam keadaan sakit, seperti ketika seseorang sedang marah, kecewa, serakah, iri hati, atau malas. Penyembuhan jiwa dapat terjadi melalui pelayanan pastoral. Jiwa yang mengalami penyakit bisa dibebaskan atau disembuhkan. Menurut Clebsch dan Jackle, jiwa yang sakit harus disembuhkan melalui pelayanan pastoral. Pelayanan pastoral menghadirkan nilai-nilai Kristiani yang bertujuan untuk menyembuhkan, membimbing, menganjurkan, atau mendamaikan. Tujuan ini terangkum dalam fungsi pastoral. (William A Clebsch & Charles R.Jaeke,1964),

Konseling pastoral pada hakikatnya dirumuskan sebagai konseling pastoral. Konseling pastoral merupakan alat yang sangat penting yang membantu gereja memenuhi tugasnya sebagai penyelamat jiwa, tempat perlindungan, dan taman kehidupan rohani. Melalui program bimbingan dan konseling yang efektif, gereja dapat memberikan dukungan yang disesuaikan dengan kebutuhan warganya akan kasih Tuhan.

Menurut Aart van Beek, kata counseling berasal dari bahasa Inggris counseling, dan terdapat banyak sudut pandang yang berbeda. Pada mulanya nasehat berarti memberikan nasehat atau bimbingan. Proses berbicara tersebut dinamakan konseling, dan harapannya melalui konseling klien memperoleh kekuatan baru dan ide-ide baru untuk mengatasi permasalahan. Konseling pastoral terjadi ketika seseorang membutuhkan bantuan atau bantuan sehingga dapat terjadi pertemuan dan percakapan pastoral. Oleh karena itu, dewan idilis adalah bagian dari bantuan yang sangat indah. Dengan konseling

yang indah, pelanggan tidak hanya menyelesaikan masalah, tetapi juga membujuk pelanggan untuk mengembangkan spiritualitas mereka sehingga pelanggan dapat membangun, meningkatkan, mempromosikan, dan mengetahui pertumbuhan mereka. Terlepas dari definisi di atas, Crimbel mengartikan konseling sebagai ekspresi bantuan restoratif yang bertujuan untuk memberikan kesembuhan kepada orang lain yang menderita disfungsi pribadi akibat krisis.

Penjelasan di atas menjelaskan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara pelayanan pastoral dan konseling. Sebab keduanya berlandaskan nilai-nilai Kristiani dan secara konseptual mempunyai fungsi yang sama. Perbedaan keduanya terletak pada pelaksanaan dimana konseling pastoral dilakukan ketika seseorang (klien) sementara ada dalam masalah dan membutuhkan pertolongan sedangkan pendampingan pastoral dilakukan seumur hidup, di ruang dan di waktu manapun. Pendampingan menjadi dasar bagi pemahaman kita tentang konseling atau pendampingan merupakan landasan yang kuat bagi konseling. Artinya Anda bisa menawarkan bantuan tanpa nasihat, namun sebaliknya Anda tidak bisa menawarkan nasihat tanpa bantuan. Keduanya merupakan tindakan penggembalaan, bimbingan, dan konseling.

*Pathological Grief* diartikan sebagai kesedihan yang menimpa seseorang karena tidak mampu melepaskan diri dari keterikatan emosional dengan orang yang telah hilang. Dalam psikologi, kesedihan diartikan sebagai konsep respons duka yang menggambarkan pengalaman kehilangan orang yang dicintai. Respons duka merupakan respons psikologis kompleks terhadap kehilangan yang mencakup perasaan, pikiran, dan perilaku sebagai respons terhadap kehilangan tersebut. (M.K Shear. 2012) Kesedihan, kesedihan, keputusan, dan penderitaan adalah reaksi emosional akibat kehilangan orang yang dicintai.

Duka bisa muncul dari pengalaman kehilangan yang dialami seseorang. Rasa kehilangan ini merupakan pengalaman yang menyusahkan dan dapat bermanifestasi sebagai gejala emosional, fisik, sosial, kognitif, atau spiritual. Dengan kata lain, keraguan, kehilangan kepercayaan, melemah vitalis, rasa sakit di dalam jiwa, dan emosi disebabkan oleh kesedihan. (Yakub B.Susabda, 2008) Secara umum, ini adalah kesengsaraan sebagai bagian dari pengalaman hidup seseorang yang telah mengalami seseorang pada waktu tertentu, tetapi banyak orang selalu menghindari diri mereka dari negatif. Dengan kata lain, kebanyakan orang tidak begitu memahami kesedihan. Karena mereka selalu berusaha melupakan kesedihannya.

Pada awalnya, gejala umum yang disebabkan oleh *pathological grief* hampir mirip dengan normal grief, tetapi gejala -gejala ini lebih serius jika mereka memiliki masyarakat ekstrem atau gejala lainnya. (Yakub B.Susabda, 2008). Selain itu, karakteristik umum yang timbul dari kesedihan *pathological grief* ini, terutama itu tidak lagi berharga, tetapi lebih banyak keyakinan, mempertahankan berbagai kenangan orang yang meninggal, daripada mencoba menghidupkan kembali almarhum, menyimpan berbagai kenangan dari orang yang sudah meninggal, suka menyengsarakan diri sendiri, memiliki tingkah laku yang anti-sosial, adanya sikap bermusuhan, rasa bersalah yang berlebihan, pemakaian minuman keras dan obat-obatan terlarang secara berlarut-larut, serta menolak sama sekali kontak dengan orang lain.

Pendekatan trauma healing digunakan dalam sebuah proses penyembuhan setelah trauma yang dialami seseorang sehingga ia dapat melanjutkan kehidupannya tanpa harus mengingat atau membayangkan-bayangkan kejadian yang telah terjadi. Sedangkan *healing* dari segi bahasanya memiliki arti penyembuhan. Sehingga dapat dikatakan bahwa trauma healing merupakan sebuah proses pemberian bantuan berupa penyembuhan untuk mengatasi gangguan psikologis seperti: kecemasan, panik, dan gangguan lainnya karena lemahnya ketahanan fungsi-fungsi mental yang dimiliki individu. Ketika seseorang mengalami trauma maka kondisi emosional seseorang juga dapat berkembang karena adanya sebuah peristiwa yang tidak menyenangkan, menyedihkan, menyakitkan, menakutkan, menjengkelkan bahkan mencemaskan. (Abdi, 2023) Terapi trauma healing dapat dilakukan dengan berbagai cara, seperti pemberian obat atau terapi psikis, dan konseling traumatik. Dalam prakteknya konseling traumatik sama dengan konseling pada umumnya. Namun, dalam hal ini konselor lebih berperan aktif dibandingkan dengan konseli, oleh karena trauma yang masih melekat dalam diri konseli sehingga tidak memungkinkan bagi konseli untuk lebih aktif dari konselor.

Salah satu cara untuk mengatasi dan menyembuhkan trauma adalah melalui konseling trauma, yang dilakukan oleh orang yang diberi konseling untuk memahami dirinya dan situasi traumatis yang dialaminya. Dalam hal ini konselor dapat memberikan bimbingan, semangat, nasehat, mencari dukungan dari keluarga dan teman dekat konseli, memanggil orang yang lebih berpengalaman untuk meminta nasehat, melibatkan orang lain atau orang yang berkompeten untuk membantu orang yang diberi nasehat dan memberikan saran perubahan dalam diri konseli. lingkungan untuk menyembuhkan orang yang diberi konseling. Tujuan utama dari konseling traumatic ini lebih kepada pemulihan

pada keadaan sebelum terjadinya trauma, sehingga konseli dapat kembali menyesuaikan diri dengan keadaan di lingkungan yang baru atau dapat mengandalkan lingkungan baru.

(Anna Maria Salamor, Yonna Beatrix, E. U. 2020)

Konseling trauma juga mengharuskan konselor memiliki berbagai pengetahuan, seperti keseimbangan empati dan kekuatan, pandangan rasional, arahan menyeluruh, dan kemudahan penyesuaian. Terutama dalam menghadapi *pathological grief* biasanya konselor yaitu pendeta dan sebagainya, diminta untuk membantu kliennya. Dalam kasus-kasus seperti ini tujuan utama konselor adalah dapat menolong klien untuk mengubah *pathological grief* menjadi *normal grief*. Namun untuk hal kedukaan yang dirasakan anak remaja, seringkali banyak orang yang mencoba melindungi anaknya supaya mereka jangan melihat proses kematian itu dan tidak ikut mengalami dukacita.

C.M.Parkes mengatakan bahwa pembimbingan *pathological grief* pada dasarnya tidak berbeda dengan *normal grief*, karena yang paling utama adalah menolong konseli agar dapat mengekspresikan dukacitanya dan mengatasi situasi yang melumpuhkan dirinya ketika menghadapi realita kehidupan. (Susabda B. Yakub, 2012) Akan tetapi realitanya tugas tersebut sangat sulit dilaksanakan, sebab seringkali hamba Tuhan sebagai seorang konselor membutuhkan bantuan orang yang lebih profesional, terutama ketika kemacetan dan jerat yang dihadapi dari *pathological grief* yang umumnya menyangkut masalah-masalah medis. Ruth Carter Stapleton mengatakan bahwa “memang hanya Roh Kudus yang dapat menyembuhkan luka-luka pada masa lampau”.

Kelemahan yang dirasakan konseli akibat kehilangan atau ketakutan menandakan perlunya bimbingan dari konselor. Ketika seorang konselor memahami kelemahan kepribadian orang yang dikonseling akan sangat membantu dalam proses konseling bahkan dalam proses penyembuhan. Melalui kesadaran tersebut, ia dapat dibimbing untuk mencari pertolongan kepada Tuhan Yesus Kristus agar terbebas dari pengaruh negatif masa lalu.

Secara umum keadaan orang yang mengalami dukacita, yaitu: menangis (mengekspresikan perasaan sedih yang mendalam dan melepaskan ketegangan), merasa lemas, mimpi buruk, kurangnya selera makan dan beraktifitas. Reaksi kesedihan umumnya dirasakan oleh mereka yang menderita kerugian yang signifikan, bukan depresi klinis. Berikut lima tahap yang dijelaskan oleh KublerRoss (1969) mengenai orang-orang yang mengalami dukacita, diantaranya:

1. Tahap pertama adalah penyangkalan, dimana orang yang mengalami dukacita itu pada umumnya menolak untuk mempercayai apa yang sedang terjadi pada mereka.
2. Tahap kedua, reaksi marah terhadap seseorang diluar dirinya atau dengan kata lain bentuk kemarahan yang diarahkan ke luar. Tahap ini seringkali melibatkan kemarahan terhadap Allah yang dipandang sebagai penyebab kehilangan. Setelah menerima kenyataan, kehilangan, dan kemarahan kepada Tuhan dan orang lain, setelah dianggap bertanggung jawab atas kematian, maka orang-orang yang berdukacita mulai merasa bersalah.
3. Tahap ketiga, tawar menawar yang biasanya mencakup gabungan rasa bersalah yang benar atau palsu dan seringkali hal ini berjalan dengan cukup cepat.
4. Tahap keempat adalah depresi atau dukacita yang sejati. Dalam hal ini orang yang mengalami penderitaan akibat kehilangan besar pada akhirnya harus menyalurkan perasaan sedih melalui tangisan secara benar. Jika ia tidak berdukacita, maka hal itu dapat mengakibatkan depresi pada tingkat yang rendah dan dapat berlangsung selama beberapa tahun.
5. Tahap kelima adalah resolusi yang terjadi relatif cepat dan hampir secara otomatis setelah tahap negasi, kemarahan, yang diarahkan, kemarahan, diarahkan dan kesedihan nyata. Selama keputusan, memaksa seseorang untuk memulihkan pikiran hidup mereka. Keadaan depresi yang menetap setelah mengalami kehilangan yang signifikan bisa terjadi akibat pengelolaan amarah yang tidak bertanggung jawab, termasuk tidak mengelolanya dengan baik atau berusaha menekannya. (Meier, 2004)

Dalam menangani *pathological grief* pada anak remaja tersebut, konselor dapat memperhatikan beberapa hal penting seperti: Konselor berupaya mengenali sampai sejauh mana hubungan antara konsili dengan orang yang meninggal, ini dapat dilakukan melalui percakapan dan kunjungan ke rumahnya. (B.Raphael,1975) Konselor berupaya menolong konseli dalam mengenali proses *grief* pada umumnya, sehingga mampu menyadari pengalaman sendirinya secara wajar.

### **3. METODE PENELITIAN**

Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan gambaran *grief* pada anak yang ayahnya meninggal dunia secara mendadak. Untuk mendapatkan gambaran tersebut peneliti akan menggali pengalaman-pengalaman subjektif partisipan dalam proses *grief* yang dirasakan setelah kematian bapak. Untuk mendapatkan pemahaman yang lebih

mendalam dari proses grief tersebut, peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif. Metode penelitian kualitatif dipilih karena dalam penelitian ini akan mengembangkan suatu model metode dengan berbagai pertimbangan data-data kualitatif dari variabel *pathological grief* dan pendekatan penyembuhan trauma. Studi literatur mengulas teori teoritis dari penelitian-penelitian sebelumnya. Sumber yang dijadikan referensi untuk memperoleh, mempelajari, dan mendeskripsikan variabel yang terdapat dalam artikel ini antara jurnal, buku, dan website.

#### **4. HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pelayanan pastoral yang penulis lakukan adalah pendampingan yang memungkinkan konseli untuk sembuh dari rasa dukacita yang berkepanjangan akibat kematian orang yang mereka kasihi. Penulis menganalisa bahwa dukacita yang berkepanjangan itu terjadi karena perasaan yang mendalam antara konseli dengan almarhum/almarhuman, juga adanya unsur “ketergantungan” baik secara psikis dan materi, yang menyebabkan ketidak-mandirian konseli. Perhatian khusus dalam pelayanan pastoral juga kehadiran dalam bentuk pendampingan pastoral, terhadap kasus kematian yang dihadapi sangat membantu konseli dalam mengatasi perasaan terluka yang dialaminya. Hal ini juga merupakan bagian dari bantuan praktis dan penghiburan rohani. Konselor berusaha hadir dalam pelayanan pastoral dengan hati yang terpanggil untuk membantu dan bertanggung jawab terhadap kesembuhan orang yang berduka.

Sebelum penulis melakukan pelayanan pastoral terhadap konseli, konseli memiliki kecenderungan untuk mengisolasi diri dari pergaulan, merasa sedih, suka berbicara sendiri, sakit-sakitan, memendam kemarahan kepada diri sendiri juga kepada Tuhan, bahkan ada yang mau mati dengan bunuh diri supaya secepatnya menyusul kematian bapak yang dikasihinya. Akan tetapi melalui pelayanan pastoral yang berkesinambungan dan teratur, yang bertujuan untuk menolong dan menyembuhkan konseli, membuat konseli merasa ada yang menemani, menghibur dan menguatkan sehingga pelan-pelan konseli mulai memahami peristiwa yang terjadi dalam kacamata iman, lalu menata kembali kehidupannya dengan membuka diri kembali bagi keluarga dan persekutuan.

Melalui pelayanan pastoral yang bersifat menyembuhkan ini, konseli mulai dapat berdamai dengan dirinya sendiri dan berdamai dengan Tuhan, sehingga tidak menyalahkan Tuhan atas kematian orang yang mereka kasihi. Sebaliknya mulai melihat



bahwa ada keterbatasan dalam hidup yang memang diluar kekuatan mereka. Lalu konseli berusaha memandang masa depan yang terbentang di hadapan mereka, yang harus mereka lalui dalam tanggung jawab iman untuk menyelesaikan Pendidikan dan juga mereaih Impian/cita-cita yang akan diraih untuk membuat nama orangtuanya bangga, dan kembali melayani Tuhan sebagai wujud syukur dan bukti pengendalian diri kepada Tuhan, Sang Sumber Kehidupan.

## 5. KESIMPULAN

Kematian itu universal, artinya kematian adalah sebuah kenyataan yang tidak bisa dihindari oleh manusia. Terhadap kematian, semua kebudayaan pada masing-masing daerah selalu menggambarkan konsep kematian dan ritus-ritus yang berkaitan dengan kematian. Reaksi dari kehilangan adalah kedukaan (*grief*) bagi orang yang merasa ditinggalkan. Itu berarti bahwa, setiap manusia pernah mengalami kehilangan dan secara langsung juga pernah mengalami kedukaan.

Kematian merupakan peristiwa yang menyedihkan bagi semua orang, termasuk remaja yang kehilangan orang tua. Duka yang mendalam ini akan memberikan dampak fisik, emosional, dan mental terhadap kehidupan remaja. Grief (*ilmu psikologi*) diartikan sebagai konsep reaksi duka yang dialami oleh seseorang akibat hilangnya sesuatu yang ‘penting’ dalam hidup seseorang, dan reaksi emosi yang dikeluarkan meliputi: kesedihan, kedukaan, putus asa, dan penderitaan. Gejala-gejala yang ditimbulkan dari pathological grief dapat berdampak lebih serius seperti extreme socialwithdrawal (menyendiri dan tidak mau bertemu dengan orang lain), minum-minuman keras, mencoba melakukan bunuh diri dan sebagainya.

Ada dua pendekatan dalam pelayanan pastoral: pelayanan/pendampingan pastoral dan konseling pastoral. Meskipun secara fungsional kedua pendekatan tersebut sama—penyembuhan, dukungan, bimbingan, rekonsiliasi, pendidikan dan penguatan—secara teknis penerapannya berbeda. Pendampingan merupakan upaya membantu orang lain dalam hubungan yang setara antara yang konselor dan konseli/klien sehingga keduanya mempunyai kesempatan untuk tumbuh bersama. Pendampingan merupakan proses komunikasi yang menciptakan kepedulian dan empati. Sedangkan konseling pastoral merupakan suatu tingkat pendampingan dimana permasalahan klien diselesaikan secara optimal sesuai dengan kemampuan konselor. Perbedaan keduanya terletak pada prakteknya: pelayanan pastoral diberikan pada saat seseorang (klien) untuk sementara

berada dalam kesulitan dan membutuhkan pertolongan, sedangkan pendampingan pastoral diberikan sepanjang hidup seseorang, dimana saja, kapan saja.

Dengan demikian dalam menangani masalah tersebut trauma healing menjadi salah satu pendekatan yang dapat digunakan oleh konselor untuk mencegah atau bahkan menangani *pathological grief* yang dialami oleh anak usia remaja akibat kematian orang tuanya. Seorang konselor perlu meyakinkan anak-anak bahwa mereka dikasihi, dilindungi dan mereka tidak sendiri. Banyak anak yang menafsirkan kematian orang tuanya sebagai orang tua meninggalkan mereka. Karena itu tidak benar jika realita kematian ini disembunyikan dari mereka.

## **6. DAFTAR REFERENSI**

- Astuti, Y. D. (2005). Kematian akibat bencana dan pengaruhnya pada kondisi psikologis survivor: Tinjauan tentang arti penting death education. *Humanitas: Indonesian Psychological Journal*.
- Brennan, M. (2008). Mourning and loss: Finding meaning in the mourning for Hillbrough. *Journal Mortality*, 13.
- Calvin, Y. (1985). *Institutio*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Clebsch, W. A., & Jaeke, C. R. (1964). *Pastoral care in historical perspective*. Prentice Hall, Inc.
- Clinbell, T. (2010). *Tipe-tipe dasar pendampingan dan konseling pastoral*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Douglas, J. D. (1994). *Ensiklopedi Alkitab masa kini jilid M-Z*. Jakarta: Yayasan Komunikasi Bina Kasih/OMF.
- Granek, L. (2010). Grief as pathology: The evolution of grief theory in psychology from Freud to the present. *History of Psychology*.
- H. Abdi. (2023). Penyembuhan ketakutan pada anak: Orang tua harus paham. <https://hot.liputan6.com/read/4506992/trauma-healing-adalah-proses-penyembuhan-ketakutan-pada-anak-orang-tua-harus-paham>
- Krisetya, M. (1998). *Teologi pastoral*. Semarang: PT Panji Graha.
- Meier, P. D., et al. (2004). *Pengantar psikologi dan konseling Kristen*. Jakarta: Andi Offset.
- Raphael, B. (1975). The management of pathological grief. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*.

- Salamor, A. M., & Beatrix, Y. E. U. (2020). Trauma healing dan edukasi perlindungan anak pasca gempa bagi anak-anak di Desa Waai. *Community Development Journal*, 1.
- Shear, M. K. (2012). Getting straight about grief: Depression and anxiety.
- Susabda, B. Y. (2008). *Pastoral konseling jilid 2*. Malang: Gandum Mas.
- Yeoh, A. (2013). *Konseling: Suatu pendekatan pemecahan masalah*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.