

Peran Pendampingan Pastoral Melalui Permainan Indoor dalam Mengurangi Kesepian Lansia di Panti Lanjut Usia Lydia Tomohon

¹Luosje Treesje Luas, ²Michael Calvyn Alfrits Manumpil, ³Gerry Towoliu, ⁴Sion Ering

¹Fakultas Teologi, Universitas Kristen Indonesia Tomohon

²Fakultas Teologi, Universitas Kristen Indonesia Tomohon

³Fakultas Teologi, Universitas Kristen Indonesia Tomohon

⁴Fakultas Teologi, Universitas Kristen Indonesia Tomohon

Email: ¹luosjetreesjeluas@gmail.com; ²mike73pdt.gmim@gmail.com;
³gerrytowoliu30@gmail.com; ⁴sionering@gmail.com

Diterima tanggal: 30 Desember 2024, Disetujui tanggal: 30 Januari 2025

ABSTRACT

Loneliness is a serious problem for older people, as it can adversely affect their mental and physical health. That is why this research will identify what are the causes of loneliness and what is the role of pastoral care through indoor games in reducing loneliness in the elderly at Lydia Tomohon nursing home? The research method used is qualitative by conducting in-depth interviews and participatory observations of all residents of the nursing home. These findings make indoor games one of the effective models of pastoral care to be used in order to reduce loneliness in elderly residents in places like the Lidya Tomohon Elderly Home.

Keywords: Pastoral Care; Indoor Games, Elderly; Loneliness; Lydia Tomohon Elderly Home

ABSTRAK

Kesepian merupakan masalah serius bagi orang yang berusia lanjut, karena dapat berdampak buruk pada kesehatan mental maupun fisik mereka. Itu sebabnya penelitian ini akan mengidentifikasi tentang apa saja penyebab kesepian dan bagaimana peran pendampingan pastoral melalui permainan indoor dalam mengurangi kesepian pada lansia di panti lanjut usia Lydia Tomohon? Penelitian kualitatif digunakan dengan melakukan wawancara mendalam dan observasi partisipatif dari semua penghuni panti. Hasil penelitian menunjukkan bahwa peran pendampingan pastoral yang menggabungkan aspek spiritual, emosional dengan mengajak lansia bermain melalui alat permainan indoor, ternyata tidak hanya mengurangi kesepian, tetapi juga meningkatkan kualitas hidup mereka melalui hubungan sosial yang lebih kuat. Temuan ini menjadikan permainan indoor sebagai salah satu model pendampingan pastoral yang efektif untuk digunakan dalam rangka mengurangi kesepian pada lansia penghuni panti seperti di Panti Lansia Lidya Tomohon.

Kata Kunci: Pendampingan Pastoral; Permainan Indoor, Lansia; Kesepian; Panti Lanjut Usia Lydia Tomohon

PENDAHULUAN

Indonesia sebagai negara kepulauan yang memiliki kekayaan sumber daya alam dan budaya, sedang menghadapi tantangan sosial dan ekonomi. Di beberapa tahun terakhir ini, isu-isu seperti urbanisasi, perubahan demografis, serta tekanan ekonomii sudah sangat mempengaruhi struktur keluarga tradisional. Di Provinsi Sulawesi Utara, khususnya masyarakat di Minahasa, yang masih sangat kuat mempertahankan nilai-nilai budayanya, juga sedang menghadapi pergeseran paradigma di era postmodern ini. Keluarga besar yang dulunya menjadi tempat tinggal bagi lansia, kini semakin tergerus oleh gaya hidup modern, dengan tawaran ekonomi yang mahal dan demi sebuah gengsi, anak-anak lebih memilih meninggalkan rumah dan orangtua, merantau untuk mencari pekerjaan di kota-kota besar. Kondisi ini menimbulkan kecenderungan untuk menitipkan lansia di panti-panti jompo, karena tidak ada lagi orang yang merawat mereka di rumah. Selain itu juga dengan meningkatnya urbanisasi dan mobilitas masyarakat, hubungan antar generasi dalam keluarga menjadi terputus, yang berdampak negatif pada kesehatan mental dan spiritual, terutama bagi generasi yang lebih tua. Di tengah perkembangan masyarakat yang terfokus pada kehidupan yang cepat dan produktif, banyak orang terutama kaum lanjut usia sering merasa terisolasi dan diabaikan. Gereja sebagai persekutuan orang percaya, yang diberi mandat untuk menggarami dan menerangi dunia (Matius 5:13-16), memiliki tanggungjawab besar untuk memberikan dukungan dalam bentuk pendampingan pastoral, kepada warganya dalam hal ini kaum lanjut usia. Pendampingan pastoral ini menjadi alternatif yang sangat penting dan relevan bagi para lansia yang tinggal di panti jompo, untuk mengatasi rasa kesepian.

Istilah pendampingan pastoral sudah dikenal dalam pelayanan gereja, karena merupakan elemen penting yang dapat menumbuhkan, menghidupkan, dan mengembangkan kepribadian seseorang¹. Kegiatan pendampingan yang berasal dari kata kerja mendampingi dapatlah diartikan sebagai sebuah tindakan yang memberikan pertolongan oleh pendamping kepada yang didampingi. Tindakan pertolongan yang diberikan ini akan menciptakan relasi yang kuat, serasi dan harmonis apabila ditempatkan dalam kedudukan yang seimbang antara pendamping dan yang didampingi. Pendampingan pada hakikatnya merupakan pertolongan secara psikologis dengan tujuan untuk meringankan beban penderitaan dari yang ditolong.² Pendampingan pastoral juga merupakan suatu pelayanan pertolongan dan penyembuhan dari gereja, baik secara individu, maupun kelompok sehingga dapat bertumbuh dalam proses kehidupannya di masyarakat.³ Dengan kata lain, pendampingan pastoral merupakan sebuah bentuk panggilan pelayanan yang dilakukan secara sadar untuk membantu individu atau kelompok yang menghadapi masalah atau kesakitan, sehingga masalah tersebut tidak menghalangi perkembangan mereka dalam berbagai aspek kehidupan. Oleh sebab itu, pendampingan pastoral merupakan panggilan yang seharusnya dilakukan oleh setiap orang

¹ Erik Erikson, *He Life Cycle Completed: A Review* (New York: London: N.W. Norton & Company, 1985).

² J.D. Engel, *Pastoral dan Kebutuhan Dasar Konseling* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2016).

³ Howard Clinebell, *Tipe-Tipe Dasar Pendampingan dan Konseling Pastoral* (Yogyakarta: Penerbit Kanisius, 2002).

yang telah merespons panggilan Allah. Tugas ini tidak hanya menjadi tanggungjawab pendeta, pastor atau rohaniawan, tetapi semua orang percaya terpanggil untuk melaksanakannya. Pendampingan pastoral adalah respons terhadap kebutuhan setiap individu akan kehangatan, perhatian, dukungan dan bimbingan yang menyeluruh⁴. Tujuannya lebih dari sekadar memberikan dukungan kepada individu untuk mengembangkan dimensi spiritualnya, atau membimbing individu agar dapat keluar dan menemukan solusi dari persoalan serta derita batinnya; namun juga bertujuan untuk memberdayakan individu supaya dapat menjalani hidup yang lebih bermakna. Memenuhi peran ini tidaklah sesederhana yang terlihat, karena banyak pelayan khusus gereja yang menghadapi keraguan untuk terlibat dalam kehidupan orang lain. Keraguan ini bukan karena kurangnya kepedulian, melainkan ketidakmampuan untuk memulai suatu tindakan. Peran ini pun tidak hanya sebatas program doa dan ibadah bersama, kunjungan sosial dengan berbagi sembako, atau melakukan kegiatan lainnya secara bersama, tetapi lebih memberi perhatian pada komunikasi empatik secara individu atau komunitas dengan menggunakan metode pendampingan dalam bentuk permainan indoor. Johan Huizinga, seorang teoritis budaya dan sejarah asal Belanda mengatakan bahwa manusia adalah makhluk *homo ludens* (*man the player*) yang berarti manusia adalah makhluk yang gemar bermain.⁵ Bermain adalah aktivitas fisik yang dilakukan secara sukarela dan sungguh-sungguh untuk memperoleh rasa senang dari aktivitas tersebut. Aktivitas bermain dilakukan di dalam ruangan (*indoor*) dan di luar ruangan (*outdoor*). Di zaman modern ini dengan adanya perkembangan teknologi yang pesat, sudah ada banyak pilihan permainan yang dapat dipilih baik lewat informasi yang ada di artikel-artikel internet maupun sosial media. Setiap permainan pun memiliki segmentasi target pemain dan media yang bervariasi. Bagi pemuda atau remaja, permainan dapat dengan mudah didapat lewat jaringan daring dari gawai mereka masing-masing, baik lewat sosial media atau aplikasi permainan yang mereka unduh.⁶ Namun bagi orang yang sudah lanjut usia, permainan yang baik adalah yang dilakukan di dalam ruangan (*indoor*) seperti jigsaw puzzle, halma, ular tangga, catur, teka-teki silang, dan lain-lain. Permainan Indoor dapat memberikan manfaat penting bagi kesehatan mental dan sosial serta mampu mengurangi kesepian yang dialami lansia. Seseorang yang melaksanakan perannya sebagai pendamping pastoral, wajib memiliki literasi permainan indoor, yang mencakup pengetahuan seputar berbagai jenis permainan indoor, manfaatnya, cara bermain, serta bagaimana memilih permainan yang sesuai dengan kebutuhan dan minat. literasi ini penting karena permainan bukan hanya sekedar hiburan, tetapi juga memiliki nilai edukatif, dan dapat mendukung perkembangan di berbagai aspek. Hal ini menjadi tantangan tersendiri bagi gereja, khususnya dalam hal pendampingan bagi

⁴ Gerrit Singgih, *Sang Guru Dari Labuang Baju* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2010).

⁵ Johan Huizinga, *Homo Ludens* (terj.) (Jakarta: LP3ES, 1990).

⁶ Ivan C. Pangkorego, Willem J. F. A. Tumbuhan, dan Farlane S. Rumokoy, "The Impact of Instagram In-App Advertising to Consumer Awareness of The New Mobile Games (Case Study: Adolescents in Tomohon)," *Jurnal EMBA: Jurnal Riset Ekonomi, Manajemen, Bisnis dan Akuntansi* 7, no. 1 (2019), <https://doi.org/10.35794/emba.v7i1.22318>.

para lansia apalagi bagi yang tinggal di panti jompo. Alkitab dengan tegas menyatakan bahwa setiap orang bertindak menjadi gembala satu dengan yang lain. Seorang gembala yang meneladani Sang Gembala yang baik, akan mampu mendampingi, membimbing, menuntun, memelihara seorang yang didampingi untuk dapat menemukan padang rumput hijau dan air yang tenang (Mazmur 23). Berpedoman pada keteladanan Yesus yang senantiasa memahami kondisi orang-orang sakit dan lemah, perhatian Yesus tidak terbatas pada aspek fisik, tetapi juga mental, sosial dan spiritualnya (matius 23:1-36). Yesus memahami kebutuhan setiap individu. Sentuhan kasih yang diberikan-Nya tidak hanya pada hal-hal yang sifatnya lahiriah atau fisik semata, tetapi juga membangkitkan dan mengobarkan semangat hidup yang berpengharapan (matius 15:30, Lukas 4:40, 6:9). Bagi Yesus, menolong mereka yang sedang menderita dan bergumul adalah bagian inti dari karya penyelamatan Allah bagi dunia dan manusia. Sebagai gembala Agung, Yesus tidak hanya memenuhi kebutuhan spiritual orang-orang yang datang karena haus akan kebenaran firman-Nya, tetapi Ia juga memperhatikan kebutuhan fisik jasmaniah, seperti memberi makan mereka yang lapar (Markus 6:30-48)⁷. Ketika seseorang jatuh dalam masalah bukan hanya fisik atau psikis yang akan mengalami gangguan kecemasan atau kekuatiran, tetapi seluruh eksistensi hidupnya akan mengalami distorsi, sehingga pelayanan kasih yang Yesus berikan bagi mereka yang bermasalah, tua atau pun muda, pria atau pun wanita, kecil atau pun besar, adalah pelayanan yang holistik. Pelayanan kasih dalam pendampingan pastoral merupakan kunci pelayanan holistik. Pelayanan kasih dengan segala bentuknya, harus menjadi bagian dari kaum lansia yang tinggal di panti jompo.

Orang lanjut usia atau biasa disebut lansia, adalah individu yang telah mencapai tahap akhir kehidupan dan fokus untuk mencapai kedewasaan diri. Umumnya, Tahap ini dimulai pada usia 60 tahun ke atas. Pengertian dan pengelolaan Lansia menurut Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 13 Tahun 1998 dicatat sebagai berikut: a). Lanjut usia adalah seorang yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas. b). Lanjut usia potensial adalah lansia yang masih mampu melakukan pekerjaan dan kegiatan yang dapat menghasilkan barang atau jasa. c). Lanjut usia tak potensial adalah lanjut usia yang tidak berdaya mencari nafkah sehingga hidupnya tergantung pada bantuan orang lain.⁸ Demikian juga Tata Gereja GMIM Tahun 2021 menyebutkan bahwa Kelompok Pelayanan Lansia Jemaat adalah warga jemaat yang sudah berusia 60 (enampuluh) tahun ke atas.⁹ Selanjutnya dalam teori perkembangan psikososial, orang lanjut usia disebutkan berada pada tahap akhir kehidupan atau tahap ke delapan yang dikenal sebagai “Integritas vs Keputusasaan”. Pada tahap ini, individu dihadapkan pada refleksi dan evaluasi tentang pengalaman hidup mereka secara keseluruhan. Lansia yang berhasil merefleksikan hidup dengan cara yang positif dapat mencapai integritas,

⁷ Engel, *Pastoral dan Kebutuhan Dasar Konseling*.

⁸ “Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 13 Tahun 1988 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia” (Republik Indonesia, 1988).

⁹ Badan Pekerja Majelis Sinode GMIM, *Tata Gereja GMIM Tahun 2021* (Tomohon: GMIM, 2021), art. Bab X Pasal 43 ay 2.

ditandai dengan rasa puas dan penerimaan diri. Namun, pada tahap ini juga kesepian dapat muncul jika individu merasa tidak memiliki pencapaian yang berarti atau ketika mereka mengalami penyesalan atas pilihan hidup yang diambil. Rasa kesepian ini, bisa berujung pada keputusan, di mana individu lansia merasa terputus dari makna dan hubungan sosial yang penting. Dalam konteks “Integritas vs Keputusan,” kesepian berperan sebagai faktor yang dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis individu di usia lanjut. Itu sebabnya di tahapan ke delapan ini, individu lansia perlu memiliki dukungan sosial yang kuat sehingga mereka merasa terhubung dan dihargai, yang kemudian dapat membantu mengurangi rasa kesepian. Selanjutnya, dalam upaya pencarian makna dan tujuan hidup, maka di tahapan ini spiritualitas sangat penting dalam mencapai integritas serta menghindari keputusan. Hal lain yang juga dapat dikatakan adalah, ketika pada tahapan ini seorang lansia memiliki dukungan emosional yang kuat, maka pasti ia dapat mengembangkan resiliensi ketika menghadapi tantangan rasa kesepian di usia lanjut.¹⁰

Pada masa lansia, fungsi kognitif dapat menurun dan terjadi perubahan fisiologis, sehingga lansia lebih rentan terhadap stres dan depresi. Sistem kekebalan tubuh dapat melemah akibat stres, yang menyebabkan kerentanan terhadap penyakit dan kebutuhan akan pengobatan kronis. Kesepian, keterbatasan fisik, dan kurangnya interaksi dengan keluarga merupakan pengalaman yang umum dialami oleh para lansia, sehingga sangatlah penting memberikan dukungan spiritual dalam kehidupan mereka. Dari delapan (8) orang penghuni panti lansia Lydia, semuanya mengalami perasaan terisolasi dan kesepian akibat kehilangan keluarga, teman, dan lingkungan sosial. Kesepian merupakan masalah yang umum dihadapi oleh lansia, terutama mereka yang tinggal di panti jompo. Penelitian ini berfokus pada 5 orang lansia berusia antara 60 hingga 82 tahun yang mengalami kesepian karena berbagai faktor, termasuk kurangnya dukungan keluarga, hubungan keluarga yang renggang, dan kondisi kesehatan seperti stroke dan penyakit kronis. Penelitian ini menekankan bahwa kesepian pada lansia tidak hanya berdampak pada kesehatan mental mereka, tetapi juga dapat memperburuk kondisi fisik, meningkatkan depresi, dan menurunkan kualitas hidup secara keseluruhan. Oleh karena itu, penting untuk mengeksplorasi solusi yang dapat membantu mengatasi kesepian ini. Pendampingan pastoral muncul sebagai salah satu pendekatan yang menjanjikan, dengan menyediakan dukungan emosional dan spiritual yang dapat membantu lansia merasa lebih terhubung dan dihargai. Pendampingan pastoral, yang memberikan harapan, kedamaian, dan hubungan dengan Tuhan, memainkan peran penting dalam kesejahteraan emosional dan spiritual para lansia, apalagi kalau disertai dengan metode bermain. Melalui penelitian ini, penulis bertujuan untuk menganalisis peran pendampingan pastoral melalui permainan indoor dalam mengurangi kesepian di kalangan lansia di panti lansia Lydia Tomohon, dengan harapan dapat memberikan wawasan yang berguna bagi pengelola panti dan masyarakat luas dalam memberikan dukungan yang lebih baik dan efektif bagi lansia.

¹⁰ Erikson, *He Life Cycle Completed: A Review*.

Panti Lansia Lydia adalah sarana yang didirikan untuk menampung orang-orang yang lanjut usia. Didirikan pada tahun 2001, terletak di Kelurahan Matani Satu lingkungan V Kecamatan Tomohon Tengah, dan sesuai data November 2024 dihuni oleh 8 orang lansia dari umur 60 – 82 tahun. Panti ini berada di bawah naungan Yayasan Keluarga Kasih Agape, diketuai oleh Pdt. Paula L.E. Repi dengan misi “meningkatkan pelayanan bagi lansia, baik spiritual, mental, fisik, dan sosial”. Misi panti dijabarkan dalam program seperti pembinaan mental dan spiritual berupa ibadah bersama, layanan perawatan berupa pemeriksaan kesehatan secara rutin dan pengobatan oleh pihak medis yang memiliki kerjasama, memberikan dukungan psikologis, mengadakan kegiatan sosial dan rekreasi, merayakan hari-hari khusus seperti hari ulang tahun, hari-hari raya gereja, hari raya nasional, melakukan piknik, serta kegiatan olahraga ringan seperti senam lansia. Program pelayanan pendampingan pastoral bagi penghuni panti juga dilakukan, tetapi masih bersifat konvensional, seperti pemberian dukungan melalui ibadah rutin, konseling spiritual di saat-saat sulit, serta pelayanan doa. Permainan indoor sebagai salah satu model yang dapat digunakan dalam kegiatan pastoral seperti permainan Dam, Halma, Ular Tangga, Kartu, belum pernah dilakukan. Itulah sebabnya, dalam penelitian ini, tim peneliti melakukan uji coba dengan 2 (dua) bentuk permainan indoor kepada lansia penghuni panti yaitu permainan ular tangga dan puzzle sederhana. Penggunaan alat permainan indoor ini bermaksud untuk menciptakan kesempatan bagi lansia penghuni panti dapat berinteraksi satu dengan yang lain, melatih daya ingat dan keterampilan kognitif, meningkatkan suasana hati, dan mengurangi rasa kesepian.

Penelitian tentang pelayanan pastoral dalam mengatasi kesepian pada lansia telah dilakukan oleh beberapa orang: Pertama, J. Smith, dengan judul *The Role of Pastoral Care in Addressing Loneliness Among the Elderly*. Hasil penelitian menunjukkan Pendampingan pastoral yang dilakukan dengan merujuk pada dukungan emosional dan spiritual yang diberikan kepada individu, terutama dalam konteks agama, dapat membantu lansia menghadapi tantangan hidup, termasuk kesepian¹¹. Jurnal ini mengintegrasikan perspektif teologis dengan prinsip-prinsip psikologi dan sosial, menawarkan pendekatan yang holistik untuk memahami kesepian di kalangan lansia. Selain itu pula, penelitian ini menyoroti bagaimana kegiatan pastoral, seperti doa kelompok dan konseling spiritual, secara langsung berkontribusi pada pengurangan perasaan kesepian, yang belum banyak dibahas dalam literatur sebelumnya. Kedua, Muhammad T, Pai., Afsal.K. Saravanakumar, P., & Irshad, C.V, dengan judul *The Association Between Loneliness and Life Satisfaction: Examining Spirituality, Religiosity, and Religious Participation as Moderators*. Dalam jurnalnya, menjelaskan tentang pentingnya pendampingan pastoral sebagai sebuah pendekatan holistik yang mengintegrasikan aspek spiritual, emosional, dan sosial dalam mengatasi kesepian di kalangan lansia. Ini mencakup dukungan dari komunitas religious dan spiritual untuk

¹¹ J. Smith, “The Role of Pastoral Care in Addressing Loneliness Among the Elderly,” *Journal of Gerontological Sosial Work* 63, no. 4 (t.t.): 345–360.

membantu lansia merasa lebih terhubung dan dihargai dalam masyarakat mereka. Keterlibatan dalam komunitas, seperti kelompok dukungan, kegiatan sosial, dan program keagamaan, telah terbukti efektif dalam mengurangi kesepian. Kegiatan ini tidak hanya memberikan kesempatan untuk interaksi social, tetapi juga memperkuat jaringan dukungan yang penting bagi kesejahteraan lansia. Temuan dari penelitian ini memiliki implikasi penting bagi pembuat kebijakan dan penyedia layanan kesehatan. Ada kebutuhan mendesak untuk mengembangkan program yang mengintegrasikan pendampingan pastoral dan keterlibatan komunitas sebagai strategi untuk meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan lansia¹². Ketiga, Stelcer, B., Bendowska, K., Karkowska, H., & Baum, M, dengan judul *Supporting Elderly Patients in Strengthening Their Personal and Spiritual Health Resources*, PMC, Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa pentingnya dukungan spiritual dan personal dalam meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan lansia. Keempat, Xie, Y. et al, dalam judul *Community Engagement and Loneliness in Older Adults in China: Mediation Effects of Social Support in the Wake of COVID-19*, PMC. Penelitiannya menemukan bahwa keterlibatan lansia dalam aktivitas komunitas cenderung memiliki tingkat dukungan sosial yang lebih tinggi, dan pada gilirannya berkontribusi pada pengurangan kesepian.¹³ Keenam, Studi yang dilakukan oleh McFadden et al., dengan judul *The Role of Pastoral Care in Reducing Loneliness Among Older Adults in Nursing Home*, menemukan bahwa keterlibatan dalam komunitas keagamaan dan dukungan sosial yang diberikan oleh pelayanan pastoral dapat mengurangi kesepian dan meningkatkan kualitas hidup lansia,¹⁴ Ketujuh, Studi yang dilakukan oleh Allan et al dengan judul *Spirituality and Loneliness: The Role of Pastoral Care in the Lives of Older Adults*, menemukan dari penelitiannya bahwa aspek spiritual dari pelayanan pastoral dapat berkontribusi pada peningkatan kualitas hidup lansia dan dapat mengurangi perasaan kesepian.¹⁵

Dari ke tujuh tulisan dan hasil penelitian di atas, maka kesamaan persepsi terletak pada dukungan spiritual dalam aktivitas komunitas seperti ibadah, nyanyi dan doa bersama dengan melibatkan anggota lansia dalam pelayanan; tetapi perbedaan tulisan ini dengan ketujuh tulisan dan hasil penelitian di atas, adalah bagaimana gereja melalui pengurus panti dapat memfasilitasi tersedianya sarana permainan indoor dengan alat permainan sederhana seperti jigsaw puzzle, halma, ular tangga, catur, teka-teki silang, permainan kartu, dan lain-lain. Jadi pendampingan pastoral dilakukan dalam konteks bermain sehingga kesepian secara berangsur

¹² T. Muhammad dkk., "The Association Between Loneliness and Life Satisfaction: Examining Spirituality, Religiosity, and Religious Participation as Moderators," *BMC Geriatrics* 23, no. 1 (2023), <https://doi.org/10.1186/s12877-023-04017-7>.

¹³ Xie, Xiaoxia dkk., "Community Engagement and Loneliness in Older Adults in China: mediation effects of social support in the wake of COVID-19," *Frontiers in Public Health* 11 (2023).

¹⁴ S.H. McFadden, "The Role of Pastoral Care in Reducing Loneliness Among Older Adults in Nursing Homes," *Journal of Pastoral Care & Counseling* 71, no. 2 (2017): 85–95, <https://doi.org/doi.org/10.1177/1542305017711234>.

¹⁵ K. Allan, "Spirituality and Loneliness: The Role of Pastoral Care in the Lives of Older Adults," *Journal of Aging Studies* 45, no. 1 (2018): 1–10, <https://doi.org/doi.org/10.1016/j.jaging.2018.01.002>.

dapat teratasi. Berdasarkan uraian di atas, maka penulis mengangkat judul “Peran Pendampingan Pastoral Melalui Permainan Indoor dalam Mengurangi Kesepian Lansia di Panti Lansia Lydia Tomohon”.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan bersifat kualitatif deskriptif, bertujuan untuk menggambarkan sebuah gejala sosial. Penelitian deskriptif bertujuan untuk memberikan gambaran yang sistematis, faktual, dan akurat mengenai fakta, karakteristik, serta fenomena yang diteliti. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk memperjelas situasi-situasi sosial yang ada. Penelitian kualitatif deskriptif oleh Moleong disebutkan bahwa tujuan utamanya adalah untuk menjelaskan secara rinci fenomena yang dialami oleh subjek penelitian.¹⁶ Sedangkan Kriyantono menyatakan bahwa dalam penelitian kualitatif deskriptif, integritas dan kedalaman data yang diselidiki sangat penting, dimana semakin dalam dan teliti data yang diperoleh, semakin tinggi kualitas survey yang dilakukan.¹⁷

Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dengan lansia dan penghuni panti lansia Lydia Tomohon serta pengurusnya untuk mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam tentang kebutuhan spiritual lansia. Penelitian ini juga mencakup pengalaman para pengurus yang akan terlibat dalam kegiatan pendampingan. Selain itu, observasi dilakukan untuk mengamati perilaku dan interaksi antara pendamping dan lansia selama sesi pendampingan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian berupa observasi dan wawancara mendalam yang dilakukan tim peneliti, didapati hasilnya sebagai berikut:

No	Biodata Lansia	Penyebab Tinggal di Panti	Keadaan Pribadi dan Hubungan dengan Keluarga
1	JT, 71 Tahun Asal Tomohon & 2 Tahun menetap di Panti	<ul style="list-style-type: none"> Keinginan sendiri, karena istri telah meninggal dan anak kerja di China 	<ul style="list-style-type: none"> Stroke ringan Gangguan psikis Tidak ada informasi dan komunikasi dengan anak (<i>loss contact</i>)
2	KS, 82 Tahun Asal Kalimantan Timur, 6 tahun menetap di Panti	<ul style="list-style-type: none"> Diantar oleh seorang hamba Tuhan 	<ul style="list-style-type: none"> Stroke Hubungan dengan anak-anak renggang

¹⁶ Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2005).

¹⁷ Rachmat Kriyantono, *Penelitian Kualitatif* (Jakarta: Kencana, 2020), 45.

		<ul style="list-style-type: none"> • Suami sudah meninggal, dan anak-anak dengan keluarga masing-masing 	
3	AS, 72 Tahun Asal Woloan 1 tahun menetap di Panti	<ul style="list-style-type: none"> • Diantar oleh anak, karena tidak ada yang merawat di rumah. Anak kerja 	<ul style="list-style-type: none"> • Cedera kaki kanan • Hubungan dengan anak baik
4	SK, 60 tahun Asal Kalatin, Ratahan. Sudah 23 tahun menetap di Panti	<ul style="list-style-type: none"> • Diantar oleh adiknya, karena kondisi tidak bisa melihat sejak umur 37 tahun 	<ul style="list-style-type: none"> • Tidak bisa melihat (buta) • Hubungan dengan keluarga baik
5	JS, 69 tahun	<ul style="list-style-type: none"> • Datang sendiri ke Panti alasan karena anak-anak kerja • Duda cerai hidup 	<ul style="list-style-type: none"> • Sedang menjalani hemodialisis, 1 minggu 2 kali • Beraktifitas dengan bantuan kursi roda
6	Ibu I.M	<ul style="list-style-type: none"> • Pengasuh di Panti 	

1. Lansia yang bernama JT berusia 71 tahun. Ia berasal dari Tomohon dan telah menetap selama dua (2) tahun di Panti Lansia Lydia Tomohon. Opa JT sebenarnya masih memiliki keluarga sekandung yang tinggal di Tomohon, tapi karena isterinya telah meninggal dan anaknya menjadi tenaga kerja Indonesia di China, maka atas keinginan sendiri opa JT datang dan menetap di Panti. Di Panti, ia merasa senang karena memiliki teman-teman yang saling menghibur. Kondisi kesehatan opa JT tidak dalam kondisi baik karena mengalami stroke ringan
2. Lansia yang bernama KS, berusia 82 tahun. Ia menetap di Panti memasuki tahun ke enam pada saat penelitian ini dilakukan di bulan November 2024 dan berasal dari Kalimantan Timur. Suaminya telah lama meninggal, anak-anaknya telah memiliki rumah tangga. Dalam mengatasi kesepiannya, oma KS kemudian tinggal bersama keluarga hamba Tuhan dan bekerja sebagai asisten rumah tangga, sampai keluarga hamba Tuhan tersebut pindah ke Manado. Seiring usia yang semakin bertambah, dan fungsi tubuh mulai menurun, maka keluarga hamba Tuhan menitipkan oma KS di Panti Lydia Lansia Tomohon.
3. Lansia yang bernama AS, berusia 72 tahun, berasal dari desa Woloan. Ia menetap di Panti Lydia sudah satu (1) tahun. Ia dititipkan di panti oleh anak-anaknya karena mereka bekerja di luar kota. Hubungan dengan keluarga, khususnya anak-anak terjaga dengan baik, karena sering dikunjungi. Di tengah ungkapan bahagia, terbersit rasa kesepian karena Oma AS menyatakan bahwa ia rindu berada di kampung halaman bersama saudara-saudaranya yang lain.
4. Seorang wanita bernama SK, asal desa Kalatin Ratahan berusia 60 tahun adalah penghuni panti yang paling lama, 23 tahun, seiring waktu diresmikannya panti ini.

Dengan kata lain, ibu SK adalah penghuni pertama Panti Lydia Tomohon. Ia adalah seorang wanita tunanetra sejak usia 37 tahun, belum menikah, dan atas permintaan serta keinginannya sendiri ia menetap di Panti Lidya. Walau jauh dari keluarga dan jarang dikunjungi, ibu SK merasa bersyukur menjadi bagian dari keluarga Panti Lansia Lidya Tomohon. Kondisi kesehatannya, baik.

5. Lansia yang bernama JS asal Tomohon, berusia 69 tahun dengan inisiatif sendiri datang ke Panti. Sekarang sedang menjalani hemodialysis dan beraktifitas dengan kursi roda. Dalam kondisi kesehatan yang kurang baik ini, bapak JS memiliki kerinduan untuk ada di tengah-tengah keluarganya, tapi karena opa JS memiliki cerita masa lalu yang kurang baik, sehingga ia lebih memilih tetap tinggal di Panti.

Dari hasil observasi dan wawancara mendalam dengan 5 orang informan penghuni Panti Lansia Lydia di atas maka simpulannya adalah mereka banyak mengalami perubahan pada fisik maupun mental khususnya kemunduran dalam berbagai fungsi dan kemampuan yang pernah dimilikinya. Perubahan fisik itu terlihat dari menurunnya ketajaman panca indera, berkurangnya daya tahan tubuh, perpisahan dengan orang-orang yang dicintai, mengidap penyakit kronik serta konsumsi obat yang banyak, stroke, hemodialysis, keterbatasan ekonomi, kurangnya dukungan sosial baik dari keluarga maupun teman, menjadikan para lansia penghuni panti dihinggapi rasa kesepian, yang jika tidak didampingi dengan baik dan benar dapat bermuara pada depresi. IM yang bertugas sebagai pengasuh para lansia di Panti Lansia Lidya Tomohon, mengatakan bahwa melalui program, Panti Lansia Lidya telah menyediakan layanan perawatan terhadap penghuninya berupa pemeriksaan kesehatan rutin dan pengobatan, memberikan dukungan psikologis dalam rangka membantu lansia untuk dapat beradaptasi dengan kehidupan di panti, serta mengadakan kegiatan sosial dan juga rekreasi sebagai upaya untuk meningkatkan kualitas hidup lansia, dalam kebersamaan dan keceriaan. Bentuk kegiatan sosial dan rekreasi yang dilakukan di Panti hanya sebatas ibadah bersama di dalam atau luar panti, mengadakan perayaan hari ulang tahun panti dan penghuninya, serta hari-hari raya gereja atau hari raya nasional, melakukan piknik, serta kegiatan olahraga ringan seperti senam lansia. Pendampingan pastoral yang dilakukan masih bersifat konvensional, berupa pemberian dukungan melalui ibadah rutin, konseling spiritual di saat-saat sulit, serta pelayanan doa. Permainan indoor berupa Dam, Halma, Ular Tangga, Kartu, Puzzle sederhana dalam rangka melatih daya ingat, meningkatkan interaksi sosial dan keterampilan kognitif, belum pernah dilakukan. Itulah sebabnya, dalam penelitian ini, tim peneliti melakukan ujicoba dengan 2 (dua) bentuk permainan indoor kepada lansia penghuni panti yaitu permainan ular tangga dan puzzle sederhana, Permainan indoor menciptakan kesempatan bagi mereka untuk berinteraksi satu dengan yang lain, menghasilkan keceriaan, dan mengurangi rasa kesepian. Kondisi ini memberi peluang tawaran kepada pengurus dan pengasuh panti untuk ditindaklanjuti, bahwasanya permainan indoor dapat digunakan sebagai salah satu model pendampingan pastoral bagi lansia penghuni panti, dalam rangka mengurangi kesepian. Itu sebabnya peran gereja melalui pengurus atau pun pengasuh panti lansia sangat dibutuhkan dalam mendukung kehidupan rohani para lansia, menolong

mereka untuk memanfaatkan sisa hidupnya dengan lebih mendekatkan diri kepada Tuhan, sehingga dapat merasakan ketenangan, kedamaian dan siap untuk menyambut panggilan Tuhan. Hal penting lainnya yang dapat dilakukan gereja melalui pengurus panti adalah mempersiapkan ruang atau sarana bermain sederhana bagi para lansia penghuni panti, karena dengan bermain rasa kesepian yang dimiliki dapat sedikit teratasi. Pelayanan pendampingan pada lansia, membutuhkan kesabaran dan kasih sayang, seperti seorang ibu yang melayani puteri atau putera kecilnya.

BENTUK PENDAMPINGAN PASTORAL YANG DILAKUKAN:

1. Opa JT : melakukan kunjungan dan percakapan serta menyanyi dan doa bersama.
Kesan : Opa JT senang atas kunjungan dan percakapan
2. Oma KS : Melakukan kunjungan dan percakapan sekaligus bermain ular tangga bersama. Suasana sering berubah-ubah, murung ketika mendapat angka di gambar ular yang menurun dan menjadi riang ketika oma KS dapat kesempatan menang. Sambil bermain percakapan pastoral yang memberi dukungan dan penguatan dilakukan, diakhiri dengan doa.
Kesan : Oma KS merasa terhibur dengan permainan ular tangga sehingga rindu untuk bermain lagi karena dapat mengurangi pergumulan, demikian imbuhnya.
3. Opa AS : Melakukan kunjungan dan percakapan sekaligus bermain jigsaw puzzle dalam rangka untuk meningkatkan kemampuan untuk focus dan teliti serta menstimulasi indera, juga mengurangi rasa kesepian
Kesan : senang walau sedikit sulit karena harus mencocokkan potongan-potongan kertas agar menjadi sebuah gambar.
4. Ibu SK : Melakukan perkunjungan dan percakapan sekaligus mengajak untuk menyanyi dengan iringan musik, diakhiri dengan doa
5. Opa JS : Melakukan perkunjungan dan percakapan sekaligus bermain jigsaw puzzle.
Kesan sama seperti yang dikatakan opa AS. Maka berdasarkan kesan yang disampaikan, peneliti membangun percakapan yang menguatkan dan memotivasi. .

Dari bentuk pendampingan yang dilakukan di atas menunjukkan hasil bahwa para lansia di Panti Lansia Lydia senang, gembira dan ceria dengan permainan indoor, karena pikiran dirangsang, keterampilan kognitif ditingkatkan, rasa kesepian berkurang, rasa kebersamaan terbangun, dapat belajar sambil bermain, dan ketika mencapai kemenangan, rasa percaya diri lansia meningkat membuat suasana berubah menjadi riang.

Itulah sebabnya judul artikel ini tentang "Peran Pendampingan Pastoral melalui Permainan Indoor dalam Mengurangi Kesepian pada Lansia di Panti Lansia Lydia Tomohon," dipandang penting dalam rangka merancang intervensi yang efektif dan relevan untuk mendukung lansia yang mengalami kesepian akibat perubahan sosial. Pendampingan pastoral dapat berfungsi sebagai jembatan untuk menciptakan koneksi yang lebih dalam dan membantu lansia merasa lebih terhubung dengan komunitas mereka. Fungsi pendampingan

pastoral seperti untuk membimbing (*guiding*), menopang (*sustaining*), menyembuhkan (*healing*), memulihkan dan memperbaiki hubungan (*reconciling*), memelihara atau mengasuh (*nurturing*), tidak hanya untuk meringankan beban penderitaan lansia yang didera rasa kesepian, tetapi juga memberdayakannya¹⁸.

Pendampingan Pastoral sebagai suatu fungsi pastoral, sebenarnya lebih menunjukkan pada sifat serta fungsi gembala, yang selalu bersedia membimbing, merawat, memelihara, melindungi, menolong, juga memperbaiki relasi yang terputus dengan diri sendiri, orang lain, dan Allah¹⁹. Pendampingan pastoral yang dilakukan pun tidak hanya terarah pada bagaimana membangun relasi antar sesama manusia dalam hal ini antara pastor dan yang dipastorkan, tetapi juga pada hubungan antar manusia dengan Tuhan yang disembahnya, serta melibatkan Tuhan dalam doa dan firman, sehingga pendampingan pastoral menjadi salah satu alat pelayanan yang utuh karena mampu menjawab kebutuhan mendasar setiap individu lansia yang diberikan pendampingan²⁰. Dengan demikian, pendampingan pastoral sebagai suatu kegiatan menolong dan meringankan beban derita dari yang ditolong, menjadi tugas utama gereja dan setiap orang yang telah merespons panggilan Allah.

¹⁸ Engel, *Pastoral dan Kebutuhan Dasar Konseling*, 5–8.

¹⁹ Clinebell, *Tipe-Tipe Dasar Pendampingan dan Konseling Pastoral*, 32. Howard Clinebell, 32

²⁰ Eliman dan Aris Elisa, “Pelayanan Pastoral Bagi Kaum Lansia di Tengah Pandemi Covid-19,” *SCRIPTA : Jurnal Teologi dan Pelayanan Kontekstual* 3 (2020).

PENUTUP

Kesimpulan

Urbanisasi dan mobilitas yang tinggi telah menciptakan tantangan baru bagi lansia dalam membangun hubungan sosial dan mendapatkan dukungan emosional. Dari hasil wawancara dengan penghuni Panti Lansia Lydia, terungkap bahwa banyak lansia mengalami kesepian akibat kehilangan pasangan, hubungan yang tidak harmonis dengan anak-anak, dan kondisi fisik yang terbatas. Keterbatasan ini membuat mereka cemas dan takut akan kematian, apalagi tanpa keluarga. Peran pendampingan pastoral yang dilaksanakan oleh semua pihak, baik gereja maupun pengurus panti lansia dalam memberikan dukungan spiritual dan emosional, menjadi sangat krusial. Oleh karena itu, metode bermain dengan permainan indoor yang sederhana menjadi salah satu alternatif pendampingan pastoral yang memulihkan, menguatkan dan menopang sehingga kesepian berangsur-angsur berkurang.

Harapan melalui pendekatan yang menyenangkan dan edukatif ini kualitas hidup lansia yang tinggal di Panti Lansia Lydia Tomohon dapat meningkat, dan mereka boleh menjalani sisa hidup dengan lebih bermakna dan damai.

DAFTAR PUSTAKA

- Allan, K. "Spirituality and Loneliness: The Role of Pastoral Care in the Lives of Older Adults." *Journal of Aging Studies* 45, no. 1 (2018): 1–10. <https://doi.org/10.1016/j.jaging.2018.01.002>.
- Clinebell, Howard. *Tipe-Tipe Dasar Pendampingan dan Konseling Pastoral*. Yogyakarta: Penerbit Kanisius, 2002.
- Eliman, dan Aris Elisa. "Pelayanan Pastoral Bagi Kaum Lansia di Tengah Pandemi Covid-19." *SCRIPTA : Jurnal Teologi dan Pelayanan Kontekstual* 3 (2020).
- Engel, J.D. *Pastoral dan Kebutuhan Dasar Konseling*. Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2016.
- Erikson, Erik. *He Life Cycle Completed: A Review*. New York: London: N.W. Norton & Company, 1985.
- GMIM, Badan Pekerja Majelis Sinode. *Tata Gereja GMIM Tahun 2021*. Tomohon: GMIM, 2021.
- Huizinga, Johan. *Homo Ludens (terj.)*. Jakarta: LP3ES, 1990.
- Kriyantono, Rachmat. *Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Kencana, 2020.
- McFadden, S.H. "The Role of Pastoral Care in Reducing Loneliness Among Older Adults in Nursing Homes." *Journal of Pastoral Care & Counseling* 71, no. 2 (2017): 85–95. <https://doi.org/10.1177/1542305017711234>.
- Moleong, Lexy J. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2005.
- Muhammad, T., M. Pai, K. Afsal, P. Saravanakumar, dan C.V. Irshad. "The Association Between Loneliness and Life Satisfaction: Examining Spirituality, Religiosity, and Religious Participation as Moderators." *BMC Geriatrics* 23, no. 1 (2023). <https://doi.org/10.1186/s12877-023-04017-7>.
- Pangkerego, Ivan C., Willem J. F. A. Tumbuan, dan Farlane S. Rumokoy. "The Impact of Instagram In-App Advertising to Consumer Awareness of The New Mobile Games (Case Study: Adolescents in Tomohon)." *Jurnal EMBA: Jurnal Riset Ekonomi, Manajemen, Bisnis dan Akuntansi* 7, no. 1 (2019). <https://doi.org/10.35794/emba.v7i1.22318>.
- Singgih, Gerrit. *Sang Guru Dari Labuang Baju*. Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2010.
- Smith, J. "The Role of Pastoral Care in Addressing Loneliness Among the Elderly." *Journal of Gerontological Sosial Work* 63, no. 4 (t.t.): 345–360.
- "Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 13 Tahun 1988 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia." Republik Indonesia, 1988.
- Xie, Xiaoxia, Huang, Chien-Chung, Sitar, Sophie, dan Qiao, Xingyong. "Community Engagement and Loneliness in Older Adults in China: mediation effects of social support in the wake of COVID-19." *Frontiers in Public Health* 11 (2023).