

Studi Komparasi Antara Teori Victor Frankl, Ester Ahn Kim Dan Elisabeth Kubler-Ross Tentang Kematian Bagi Konstruksi Pendampingan Pastoral

Ineke Marlien Tombeng

Fakultas Teologi, Universitas Kristen Indonesia Tomohon

Penulis Korespondensi : ineke.tombeng@teologi-ukit.ac.id

Diterima : 1 Juni 2020; Disetujui : 25 Juni 2020

ABSTRACT

This research aims to investigate the embodiment of people who facing the death, from the perspective of Victor Frankl, Ester Ahn Kim, and Kubler-Ross. The psychological symptoms from the people who facing the death is more affected by time, according to Frankl. How long the endurance last giving impact to the emergence of psychic change and triggering of certain attitudes and behaviors making. They had moral advancement or become religious. It shows that in the drawback situation, there are many pressures and torments, and the death threat, people can still act differently, not just giving up to the influence of environment which could lead to psychic deformation or primitiveness. Ester Ahn Kim research about people (Korean prisoners from Japan's colony) who facing the death and showing the fear reaction. The fear is not only about facing the death, but also because the persecution and suffering that they had. Elisabeth Kubler-Ross also talk about the attitude of people who facing the death, with the emphasize to the terminal illness patients, or to they who seriously ill. There are five bold phases to the characteristics of people toward their death, which is rejection or denial, angry, bargaining, depression, and accepting. The rejection shows that there is a fear. In pastoral counseling, finding the solution together for the problem they had. The attempt to help the other is a holistic help, which is physically and spiritually that driven by the will to do the good things to accept the presence of God.

Keywords: death, construction, companionate, pastoral care

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki perwujudan perilaku orang yang menghadapi kematian, ditinjau dari perspektif Victor Frankl, Ester Ahn Kim dan Kubler-Ross. Gejala psikologis orang yang menghadapi kematian lebih dipengaruhi oleh waktu, kata Frankl. Seberapa lama penahanan itu berlangsung memberi dampak bagi munculnya perubahan secara psikis dan memicu bagi pengambilan sikap serta perilaku tertentu. Mereka mengalami kemajuan moral atau kesalehan. Ini menunjukkan dalam situasi serba kekurangan, banyak tekanan dan siksaan, dan ancaman kematian, manusia masih bisa bertindak secara berbeda, tidak menyerah begitu saja terhadap kekuatan lingkungan yang bisa mengarahkan pada deformasi psikis (perubahan bentuk psikis)

atau primitivasi. Ester Ahn Kim meneliti tentang, orang-orang (para tawanan Korea jajahan Jepang) yang menghadapi kematian dengan menunjukkan reaksi ketakutan. Hanya saja ketakutan ini bukan semata-mata karena menghadapi kematian, melainkan karena kekejutan penganiayaan serta siksaan yang harus dihadapi. Elizabeth Kubler-Ross juga berbicara sikap orang yang menghadapi kematian, dengan berkonsentrasi pada pasien sakit terminal, atau pasien yang mengalami penyakit parah. Ada lima fase menonjol pada karakteristik orang yang menjelang kematiannya, yakni menolak atau menyangkal, marah, tawar-menawar, depresi, menerima. Penolakan di sini mengisyaratkan ada suatu gejala ketakutan. Melalui konseling pastoral, bersama-sama mencari jalan keluar bagi permasalahan yang dihadapi. Upaya menolong sesama adalah pertolongan yang utuh, yakni mencakup jasmani, dan rohani yang didorong untuk melakukan perbuatan baik sehingga dapat menerima kehadiran Allah.

Kata Kunci : Kematian, konstruksi, pendampingan, pendampingan pastoral.

PENDAHULUAN

Manusia memberikan reaksi terhadap kematian secara berbeda. Hal ini diindikasikan secara jelas dengan sikap-sikap seperti: menolak kematian, mengharapkan kematian (berupaya mengakhiri hidup), dan memandang kematian sebagai hal biasa.

Manusia yang bertendensi menolak kematian, antara lain, ada hubungannya dengan proses menjelang kematian itu. Dapat dilihat pada penderita yang sakit keras dan hampir mati, yang diambil dari lingkungannya dan dilarikan ke rumah sakit, kemudian ditempatkan pada suatu ruang isolasi. Keadaan seperti ini membuat dirinya lebih kesepian. Alasan lain yang bersifat mekanis atau kematian yang tidak terjadi secara alamiah melainkan melalui penggunaan alat tertentu yang biasanya terjadi pada orang yang dieksekusi mati.

Penolakan manusia terhadap kematian, juga ada hubungannya dengan pengaruh psikologis tertentu seperti rasa takut. Manusia takut terhadap penderitaan dan rasa sakit menghadapi kematian, serta takut meninggalkan proyek kehidupan yang belum terealisasi. Misalnya harus meninggalkan anak yang masih kecil dan membutuhkan pemeliharaan serta dukungannya. Harus melepaskan semua bentuk kebanggaan yang telah dicapai dengan susah payah, baik itu popularitas, jabatan, materi, dan segala sesuatu yang berhubungan dengan itu. Demikian juga harus meninggalkan orang-orang yang dia cintai.

Francis Bacon katakan,

“Manusia takut akan kematian, seperti anak-anak takut pergi ke tempat gelap. Dan sebagaimana rasa takut alamiah pada anak-anak makin besar dengan mendengar dongeng-dongeng, demikian juga rasa takut akan maut pada manusia dewasa bertambah bila mereka mendengar cerita-cerita tentang kematian.”¹

¹Francis Bacon dalam Gladys Hunt, Pandangan Kristen tentang Kematian, (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 1996)2.

Manusia yang menganggap kematian itu bukan suatu masalah, sama dengan yang dikemukakan oleh seorang pakar filsafat Yunani Epicurus, “kematian yang paling ditakuti itu sebelumnya bukan apa-apa, selama kita hidup kematian belum datang, dan bila kematian itu datang, ya kita mati.”² Kematian di sini dipandang sebagai bagian integral dari kehidupan, karena peristiwa itu pasti akan menimpa setiap orang. Menurut Victor E. Frankl,

“...gejala psikologis yang mencuat pada para tawanan dalam permulaan penahanan mereka adalah syok. Syok ini dipicu oleh beberapa penyebab yang bersifat kondisional, yaitu para tawanan menghadapi keadaan-keadaan yang mengejutkan dan menakutkan. Mereka menyaksikan pagar kawat, lampu penyelidikan, figur-figur manusia yang kasar, teriakan-teriakan dan tangisan-tangisan terakhir dari orang yang dihukum atau dibunuh.”³

Suatu keunikan yang ditemui Frankl di dalam kamp konsentrasi⁴ bahwa ada sejumlah tawanan yang heroik. Mereka mengalami kemajuan moral atau kesalehan. Ini menunjukkan dalam situasi serba kekurangan, banyak tekanan dan siksaan manusia masih bisa bertindak secara berbeda, tidak menyerah begitu saja terhadap kekuatan lingkungan yang bisa mengarahkan pada deformasi psikis (perubahan bentuk psikis) atau primitivasi.⁵

Ester Ahn Kim⁶ meneliti tentang para tawanan Korea jajahan Jepang, dan didapatinya orang-orang yang ketakutan. Hanya saja ketakutan ini bukan semata-mata karena menghadapi kematian, melainkan karena kekejutan penganiyaan serta siksaan yang harus dihadapi.⁷

Elizabeth Kubler-Ross⁸ juga berbicara sikap orang yang menghadapi kematian, dengan berkonsentrasi pada pasien sakit terminal, atau pasien yang mengalami penyakit parah. Dalam investigasinya, ditemukan ada lima fase menonjol pada

²Epicurus dalam Billy Graham, Menghadapi Kematian dan Kehidupan Sesudahnya, (Bandung: Lembaga Literatur Baktis, 1992)26

³Victor E. Frankl, Man's Search for Meaning, (New York: Books, 1963) 11.

⁴Berhubungan dengan kebangkitan Jerman di bawah Adolf Hitler yang merasa terhina oleh kekalahan bangsanya pada Perang Dunia 1, menyeret kota Wina, Austria, Eropa dan dunia pada umumnya kembali ke dalam teror perang yang mengerikan. Hitler dengan chauvinisme ras Arya-Nya menjadikan warga keturunan Yahudi termasuk Frankl keluarga, sebagai sasaran utama program pemusnahan yang intensif di dalam kamp-kamp konsentrasi. Koeswara, Logoterapi; Psikoterapi Victor Frankl, (Yogyakarta: Kanisius, 1992)13.

⁵ Koeswara, 78

⁶ Seorang wanita Korea beragama Kristen yang dipenjarakan sekitar tahun 1939-1945 pada masa penjajahan Jepang. Menurut pengalaman Kim, pada umumnya orang yang menolak menyembah dewa seperti dewa Amaterasu Omikami (dewa matahari) akan disiksa sampai mati. Ester Ahn Kim, Kalau Terpaksa Aku Mati, ter. Ny Soegeng Hardiyanto, (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 1981) 2,7

⁸ Dokter medis, psikiater, dan secara internasional dikenal sebagai ahli thanatology (studi tentang kematian) terutama aspek psikologisnya. Ia menyuguhkan pengalaman pendampingan yang ia lakukan bagi banyak pasien yang tak tersembuhkan (*terminally ill*) dan yang menjelang kematian (*dying*). Elizabeth Kubler-Ross, On Death and Dying. Terj. Wauty Anugrahani, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 1998) sampul belakang.

karakteristik orang yang menjelang kematiannya. Fase-fase yang dimaksud antara lain, menolak atau menyangkal. Menurut Ross, penolakan sebagai pertahanan setelah berita yang tak terduga terdengar. Suatu pertahanan sementara dan akan segera diganti dengan penerimaan sebagian. Ini terjadi pada pasien yang diberi tahu tentang penyakitnya sejak awal, juga mereka yang secara eksplisit diberi tahu atau mengetahui hal ini dengan sendirinya.⁹ Penolakan di sini mengisyaratkan ada suatu gejala ketakutan.

Ketika penolakan tidak dapat dipertahankan menurut Ross, pasien akan marah terhadap Allah dan terhadap siapapun juga. Kemarahan itu diproyeksikan kepada lingkungan disaat-saat yang tidak terduga.¹⁰ Setelah kemarahan, muncul fenomena baru yakni depresi, dan disusul dengan sikap menerima.¹¹ Menerima di sini bagi Ross, merupakan cara terakhir dari pasien yang hampir mati. Pasien berjuang untuk sembuh dan bertahan hidup, namun pada kenyataannya tidak kuat lagi. Semakin tinggi pasien menghindari kematian, dan semakin mereka mencoba menginginkannya, akan semakin sulit bagi mereka mencapai tahap akhir penerimaan yang bermanfaat.¹² Satu hal yang patut diketahui, bahwa menerima dalam pengertian ini, sangat berbeda dengan yang dikatakan oleh Kim dan Frankl.

Kim berpendapat :

“betapapun beratnya penyiksaan yang dihadapi, orang yang memilih menyerah kepada Tuhan membuat dirinya mampu bertahan dan memperoleh kebangunan iman.¹³ Orang yang menyadari hidupnya sepenuhnya sudah diserahkan kepada Tuhan, menjadikan sisa hidupnya berguna buat Tuhan dan sesamanya, karena itu ia akan menghadapi kematian dengan sukacita.¹⁴

KEMATIAN ANTISIPATORIS PENDEKATAN TEORITIK

A. Pengantar

Kematian pada hakekatnya adalah: “perihal mati atau berhentinya proses kehidupan.”¹⁵ Sedangkan antisipatoris adalah bersifat tanggap terhadap segala sesuatu yang akan terjadi. Jadi kematian antisipatoris berarti tanggap atau responsif terhadap suatu peristiwa kematian. Hal ini dapat dilihat pada orang yang sedang menunggu eksekusi mati dan orang yang sedang mengalami sakit terminal.

⁹ Kubler-Ross, 49

¹⁰ Elizabeth Kubler Ross, *On Death and Dying*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 1998) 64

¹¹ Kubler-Ross, 106

¹² Kubler-Ross, 137

¹³ Kim. 42

¹⁴ Kim. 58

¹⁵ Ruwido Darmowigoto, *Kematian*, GEMA (Yogyakarta: SSTh Duta Wacana, April 1998) 5.

Kematian sebagai salah satu kenyataan hidup mendapatkan perhatian dari para ahli khususnya, dan dari manusia pada umumnya. Bermunculan beberapa perspektif terhadap kematian, yang mencoba membahas hakekat kematian, mendeskripsikan penerimaan dan penolakan manusia terhadap kematian, dan menjelaskan konsekuensi serta sebab-sebab orang menolak atau menerima kematian.

Dalam hubungan hal tersebut, maka pembahasan mengenai kematian di sini acuannya akan menitikberatkan pada perspektif Victor E. Frankl. Frankl dalam kapasitasnya meneliti orang yang menghadapi kematian, dengan berdasarkan pada persoalan mendasar, mempertanyakan bagaimana karakteristik orang yang sedang menghadapi kematian, akhirnya dapat memperjelas dan mendeskripsikannya.

B. Kematian dalam Perspektif Victor E. Frankl, Ester Ahn Kim, dan Elizabeth Kubler-Ross

Menurut Victor E. Frankl kematian itu dilihat dari aspek pengaruhnya, memberi dampak tersendiri terutama pada emosional orang yang akan segera mengalaminya. Melalui penelitian ilmiah terhadap para tawanan yang menghadapi kematian, ia menemukan ada simtom karakteristik seperti syok dan apatis. Ini menunjukkan terjadi suatu pergerakan dalam psikis, bahwa pada momen-momen tertentu yang dianggap sangat membahayakan diri atau mengancam kehidupan, dinamika itu mengalami eskalasi. Atau dapat dikatakan terjadi perubahan serta gangguan secara psikis dari tingkat tertentu yang masih dapat dianggap tidak terlalu parah sampai ke tingkat yang sangat parah. Syok didefinisikan sebagai “keterkejutan, kegoncangan dan gangguan mental. Merupakan gangguan-gangguan emosi yang sangat dalam atau karena hal-hal yang lain yang menyakiti kondisi fisik seseorang yang tidak disangka-sangka.”¹⁶

Berdasarkan fakta empiris Frankl, fenomena syok ini terkait erat dengan apa yang didapatkan lewat indera penglihatan, pendengaran, dan sentuhan-sentuhan fisik lainnya, misalnya:

Para tawanan menyaksikan figur-figur manusia yang kasar, teriakan-teriakan dan tangisan-tangisan terakhir dari orang yang dihukum atau dibunuh.¹⁷ Para tawanan diharuskan tidur di tempat tidur yang berukuran 6 ½ sampai 8 kaki, dengan berdesak-desak tanpa pakaian, dan tidak mendapat cukup ruangan untuk berjongkok.¹⁸ Kondisi seperti itu menurut Frankl sangat potensial bagi tercetusnya syok, sebab, “para tawanan

¹⁶ Sudarmo, *Kamus Konseling* (Jakarta: Rineka Cipta, 1997) 214-15

¹⁷ Frankl, 11.

¹⁸ Frankl, 26.

secara paksa dan tiba-tiba diputuskan dari situasi hidup normal yang biasa mereka jalani, kemudian memasuki situasi yang sama sekali asing, atau situasi abnormal".¹⁹

Pada hakekatnya kerja psikis yang menggejala sedemikian rupa dalam diri para tawanan, itu merupakan rangkaian dari kerja pikiran, perasaan dan kehendak. Situasi yang berada di luar kehendak dari para tawanan, sangat mengganggu perasaan mereka, bahkan merusak sampai ke jenjang yang paling berbahaya.

Gejala psikis syok ini, sebagai suatu gangguan emosi juga terlihat pada orang yang sakit terminal. Hal ini dikemukakan oleh Elizabeth Kubler-Ross. Dalam tugasnya sebagai dokter medis juga psikiater, yang banyak berhubungan dengan para pasien berpenyakit parah, ia menemukan ada indikasi itu. Emosi ini menstimulasi terjadinya perilaku-perilaku khas lainnya atau mengakibatkan munculnya reaksi-reaksi baru, sebagaimana dikemukakan Kubler-Ross dalam lima fase berikut ini :

Fase pertama, menolak atau menyangkal:

Penolakan sebagai pertahanan setelah berita yang tak terduga terdengar. Suatu pertahanan sementara, dan akan segera dipindahkan atau diganti dengan penerimaan sebagian. Penolakan atau penyangkalan ini terjadi pada pasien yang diberi tahu tentang penyakitnya sejak awal, juga kepada mereka yang tidak secara eksplisit diberi tahu atau mengetahui hal ini dengan sendirinya beberapa saat kemudian. Penyangkalan pasien itu antara lain disebabkan, karena pasien diberi tahu secara mendadak atau sembarangan tanpa mempertimbangkan kesiapan pasien.²⁰

Fase kedua, marah:

Ketika penolakan tidak dapat dipertahankan, pasien akan marah terhadap Allah dan terhadap siapapun juga. Pasien yang menunjukkan sikap marah ini sebagai wujud keputusan, juga sebagai ekspresi dari ketidak puasan.²¹

Fase ketiga, tawar-menawar:

Pasien yang berada dalam tahap tawar-menawar ini, merupakan suatu usaha untuk menangguk atau menunda. Pasien memasukkan harga, dan menggantikannya dengan kelakuan yang baik. Dengan pasien yang sakit kritis, ada kecenderungan ia menggunakan manuver-manuver untuk memperoleh imbalan atas kelakuan baik sehingga mendapat perlakuan khusus. Menawar, benar-benar merupakan usaha menunda, dan tercakup juga janji implisit untuk tidak meminta apa-apa bila penundaan diberikan. Hampir semua tawar-menawar itu dibuat dengan Tuhan. Pasien yang menjanjikan untuk mengabdikan diri bagi Tuhan bila diberi umur lebih Panjang, secara psikologis indikasi itu merupakan pernyataan dari perasaan bersalah.²²

Fase keempat, depresi:

Pasien mengalami kelelahan psikis.²³

Fase kelima, menerima:

¹⁹ Frankl, 30.

²⁰ Kubler Ross, 49.

²¹ Kubler Ross, 64.

²² Kubler Ross, 110

²³ Kubler Ross, 106

Pasien bukan berada pada suatu tingkat bahagia, melainkan suatu kondisi perasaan kekosongan. Dalam kondisi ini pasien tidak memiliki apa-apa lagi. Pasien hanya berharap dibiarkan sendiri atau paling tidak, tidak dipusingkan oleh berita-berita dan masalah-masalah dunia luar.²⁴ Kondisi ini terjadi pada pasien yang berjuang untuk sembuh atau bertahan hidup, namun pada kenyataannya merasa tidak kuat lagi. Semakin tinggi mereka menghindari kematian, dan semakin mereka mencoba menginginkannya, akan semakin sulit bagi mereka mencapai tahap akhir penerimaan yang bermanfaat.²⁵

Formulasi-formulasi Kubler-Ross itu menunjukkan, bahwa emosi sangat berperan bagi dinamika perilaku seseorang. Dari tataran tersebut sebelumnya, telah sempat disinggung soal keputusan pasien untuk menerima. Menerima di sini, bukanlah menerima secara ikhlas atas realita yang terjadi pada dirinya, melainkan didasarkan pada perasaan kekosongan. Sebab dalam tahap ini pasien terbukti tidak meminati apa-apa lagi.

Mengkaji pada pengalaman Frankl dan dikorelasikan dengan pengalaman Kubler-Ross, akan ditemukan ada indikator yang sama, yakni suatu perasaan kekosongan. Dalam hal ini Frankl mengidentikkan perasaan kekosongan itu dengan apatis. Secara ringkas ia mendeskripsikan "siksaan emosi yang paling mendalam, semuanya coba dimatikan. Kerinduan kepada rumah dan keluarga yang sering menjadi begitu kuat menguasai kerinduan para tawanan, berubah menjadi kemuakan dan *inner life* turun ke level primitif. Dalam arti, mereka tidak menginginkan apa-apa selain makanan dan minuman."²⁶ Perspektif yang sama menyangkut apatis dapat disimak dari pendapat Atkinson. Dikatakannya, "apatis adalah sikap acuh tak acuh dan menarik diri."²⁷

Pada bagian terdahulu telah disinggung, bahwa Frankl berbicara soal siksaan-siksaan emosi dari para tawanan. Adapun rasa takut yang merupakan salah satu dari fenomena psikologis dipandang sebagai suatu elemen siksaan emosi. Respon yang sama bisa diamati dalam pengalaman Ester Ahn Kim. Secara spesifik dikatakan, "ketakutan yang dialami para tawanan bukan semata-mata ketakutan terhadap kematian, melainkan ketakutan atas kejutan penganiayaan atau siksaan-siksaan yang harus dihadapi."²⁸ Menyimak dari sudut pandang Sigmund Freud seperti yang dikutip oleh Calvin S. Hall, antara lain berbicara mengenai ketakutan objektif. Ketakutan objektif adalah "sumber dari bahaya itu terletak dalam dunia luar, dan mempunyai sumber yang jelas. Atau perasaan seseorang yang merasa dirinya terancam."²⁹ Ketakutan menurut Lindgren, yakni "emosi yang kuat yang ditimbulkan oleh situasi yang mengancam,

²⁴ Kubler Ross, 135

²⁵ Kubler Ross, 137

²⁶ Kubler-Ross, 44-5

²⁷ Rita L. Atkinson, et al, II, Pengantar Psikologi (Jakarta: Erlangga, 1991) 73

²⁸ Ester Ahn Kim, Kalau Terpaksa Aku Mati, Terj. Ny Soengeng Hardiyanto (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 1981)8

²⁹ Calvin S. Hall, Freud: Sex Obsesi, Trauma dan Katarsis, M. Soetrisno (ed), (Jakarta: Delapratasa, 1995) 59.

datang dengan tiba-tiba dan besar sekali intensitasnya.”³⁰ Aksentuasi yang sama, Tony Whitehead kemukakan, “rasa takut disebabkan oleh suatu objek atau situasi tertentu.”³¹

Ketiga orang yang baru disebutkan belakangan ini yakni Freud, Lindgren, Whitehead melihat suatu hubungan kausalitas antara situasi atau objek tertentu dengan ketakutan.

Fenomena ketakutan yang berlangsung terus menerus dapat mengarah pada proses sublimasi atau suatu proses yang berkembang ke tingkat yang lebih tinggi. Hal ini antara lain menunjuk pada perubahan reaksi syok menjadi apatis.

Berdasarkan pemikiran Frankl “apatis para tawanan disebabkan beberapa faktor, seperti lapar,³² kekurangan tidur,³³ dan marah.³⁴” Di sini terlihat bahwa apatis ada hubungannya dengan kebutuhan makan dan tidur. Keterhambatan terhadap kebutuhan makanan dan tidur, punya relevansi yang sangat intens bagi munculnya apatis. Keberadaan fisiologi yang terganggu mempengaruhi efektivitas fisiologis. Jadi orang yang dalam keadaan fisik lemah, ia tentu sangat rentan dengan gangguan-gangguan emosional.

Urgensi terhadap kebutuhan makan dan tidur dapat ditemui juga dalam referensi Atkinson, dengan mengkualifikasikan kebutuhan makan dan tidur sebagai kebutuhan dasar. Menurut Atkinson, “tanda-tanda internal seperti rasa lapar, rasa kosong, dan sakit perut terkadang dibaringi dengan perasaan lemah.”³⁵

Gejala psikis dalam hal ini apatis yang ditemukan Frankl dan Kubler-Ross ditemukan juga oleh Kartini Kartono. Apatis di sini dibicarakan Kartono dalam konteks para narapidana yang dipenjara atau dilembaga pemasyarakatan. Secara ringkas dia mendeskripsikan sebagai berikut,

“para narapidana didera oleh tekanan-tekanan batin yang semakin memberat, terlebih setelah dalam waktu pemenjaraan yang lama, akan muncul kecenderungan-kecenderungan autistik (menutup diri secara total) dan usaha melarikan diri dalam realitas yang traumatik sifatnya. Para narapidana mengembangkan reaksi-reaksi yang stereotipis yaitu cepat curiga, lekas marah, cepat membenci dan mendendam.”³⁶

Mencermati pendapat tersebut, dapat digeneralisasikan bahwa faktor pemenjaraan sangat berpengaruh bagi munculnya apatis. Baik itu dari faktor waktu,

³⁰ Lindgren, dalam Indiyah, Hubungan Antara Religiusitas dan Kepercayaan Diri dengan Kecemasan pada Narapidana Menjelang Masa Bebas, (Tesis Program Studi Psikologi Universitas Gajah Mada, Yogyakarta, 1997)13

³¹ Tony Whitehead, Fobia dan Rasa Takut; Apa dan Bagaimana Mengatasinya, Terj. Yustina Rostiawati, Giunto Widiyanto, (Jakarta: Arcan, 1985) 10.

³² Frankl, 98.

³³ Frankl, 99.

³⁴ Frankl, 103.

³⁵ Atkinson, 12

³⁶ Kartini Kartono, Patologi Sosial, I (Jakarta: Rajawali, 1983)189.

yakni pemenjaraan yang terlalu lama, maupun dari faktor situasi dan kondisi tempat berlangsungnya proses pemenjaraan. Jadi, umumnya orang yang ada di tempat penawanan, penjara atau lembaga pemasyarakatan, mengalami kompleksitas emosional. Setiap saat ada perubahan dalam diri mereka. Kenyataan itu tidak bisa disangkal oleh Frankl. Istilah apatis relatif yang digunakannya, membenarkan bahwa manusia dapat mengalami perubahan atau peningkatan kualitas hidup sekalipun berada dalam kondisi lingkungan yang buruk. Bagi Frankl “perubahan atau peningkatan kualitas itu merupakan hasil dari usaha manusia menemukan makna.”³⁷ Pernyataan Frankl ini sebenarnya mau menonjolkan suatu peranan yang lebih bersifat spiritual. Ketika manusia memasuki suatu dimensi spiritual, keadaan terburuk yang diperhadapkan kepadanya tidak akan dapat memperlemah dirinya. Melalui dimensi spiritual suatu kemungkinan terjadi bahwa manusia menemukan makna sehingga mampu bertahan dalam keberadaannya. Ada tiga jenis nilai yang memungkinkan manusia menemukan makna, yakni nilai kreatif (makna diperoleh dari melakukan sesuatu yang dianggap penting.) Nilai penghayatan (makna diperoleh dari sesuatu di luar diri sendiri.) Nilai bersikap (makna didapat dari memilih sikap hidup bahkan situasi yang mengundang putus asa.)³⁸

Rocheele S. Albin berpendapat, emosi dapat merangsang pemikiran baru, khayalan baru, dan tingkah laku baru. Emosi tidak memaksa seseorang untuk bertingkah laku tertentu tetapi arti yang diberikan kepada emosi itu dapat mengarahkan ia kepada tingkah laku tertentu.³⁹

Pada prinsipnya Frankl dan Albin, mau menjelaskan, secara substansif kedua istilah yakni makna dan arti, itu tidak ada perbedaan. Tetapi paralelisme di sini mengarah pada penekanan bahwa Frankl berbicara makna dalam hubungan dengan nilai yang didapat lewat situasi atau kondisi yang dialami. Sedangkan Albin menekankan pada aplikasi arti dalam emosi.

Dalam sorotan yang sama, Harold Kushner memandang, “makna itu sama artinya dengan menghayati kehidupan yang benar. Dengan demikian manusia harus berbuat sesuatu sehingga hidupnya bermakna”.⁴⁰ Di sini terlihat titik penekanan Kurhner ada pada nilai menghayati dan nilai berbuat.

³⁷ Frankl, 163

³⁸ Frankl, 65. Band. Howard Clinebell, Contemporary Growth Therapies; Resources for Actualizing Human Wholeness Nashville: Parthenon Press, 1981) 112

³⁹ Rochelle Semmel Albin, Emosi; Bagaimana Mengenal, Menerima dan Mengarahkannya, (Yogyakarta: Kanisius, 1986) 18,9

⁴⁰ Harold Kushner, Berlimpah Namun Gersang; Melacak Makna Kehidupan, (Yogyakarta: Kanisius, 1996) 12-3.

Menjadi jelas bahwa dalam situasi apapun manusia dapat berkemungkinan mengaktualisasikan nilai-nilai. Pada saat manusia berhadapan dengan situasi sulit dan tidak ada jalan keluar, ia dapat mengaktualisasikan nilai bersikap. Nilai bersikap menurut perspektif Frankl, merupakan alternatif terakhir ketika manusia menghadapi sesuatu yang tidak dapat dirubah.

Kalaupun bersikap ternyata mengandung nilai, tentu tidak dapat dipungkiri bahwa bersikap itu sendiri merupakan seperangkat reaksi afektif terhadap objek tertentu berdasarkan hasil penalaran, pemahaman dan penghayatan individu.⁴¹

Dengan mengutip pada Alport, Jalaludin kemukakan:

1. Sikap merupakan hasil belajar yang diperoleh melalui pengalaman dan interaksi yang terus menerus mengenai lingkungan.
2. Sikap diperoleh dalam berinteraksi dengan manusia lain di rumah, di tempat ibadat, ataupun tempat lainnya melalui nasihat, teladan dan percakapan.
3. Sikap sebagai wujud dari kesiapan untuk bertindak dengan cara-cara tertentu terhadap objek.
4. Bagian yang dominan dari sikap adalah perasaan afektif seperti yang tampak dalam menentukan pilihan apakah positif, negatif atau ragu.
5. Sikap merupakan bagian dari konteks persepsi ataupun kognisi individu.
6. Sikap merupakan penilaian terhadap sesuatu yang mungkin mempunyai konsekuensi tertentu bagi seseorang atau yang bersangkutan.⁴²

Formulasi ini menunjukkan, bahwa sikap merupakan predisposisi untuk bertindak senang atau tidak senang terhadap objek tertentu yang mencakup komponen kognisi, afeksi, dan konasi secara kompleks. Tiga komponen psikologis ini merupakan bagian yang menentukan sikap individu terhadap suatu objek, baik yang berbentuk konkrer maupun objek yang abstrak.

Komponen kognisi akan menjawab tentang apa yang dipikirkan atau dipersepsikan tentang objek. Komponen afeksi dikaitkan dengan apa yang dirasakan terhadap objek (senang atau tidak senang). Sedangkan komponen konasi berhubungan dengan kesiapan atau kesiapan untuk bertindak terhadap objek.⁴³

Berhubungan dengan itu maka dapat dikatakan, dalam lingkungan terburuk sekalipun ada kebebasan manusia untuk mengambil sikap terhadap lingkungan melalui caranya sendiri atau keputusannya sendiri.

Satu hal yang perlu diwaspadai, bahwa sebenarnya kebebasan itu merupakan kebebasan di dalam batas-batas. Frankl mengkonfirmasi hal tersebut seperti yang dikemukakan oleh Koeswara, "manusia tidak bebas dari kondisi-kondisi biologis dan psikologis akan tetapi ia berkebebasan mengambil sikap terhadap kondisi-kondisi tersebut. Manusia bebas untuk tampil di atas determinan-determinan (faktor-faktor penentu) somatic (fisik) dan psikis dari keberadaannya, sehingga dia bisa memasuki

⁴¹ Band. Jalaludin, Psikologi Agama, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 1998), 187

⁴² Jalaludin, 187-8.

⁴³ Jalaludin, 187

dimensi neutik (spiritual), suatu dimensi tempat kebebasan manusia terletak dan dialami".⁴⁴

Jadi, pada prinsipnya, kebebasan mengandung pilihan-pilihan. Persoalan yang muncul sekarang, bukan tidak mungkin dalam proses pemilihan itu tidak ada pertentangan atau konflik. Sebab, kalau melihat pada pernyataan Agus M. Hardjana, dikatakan "dua kekuatan motivasi ⁴⁵ yang berbeda bahkan berlawanan dapat menimbulkan konflik".⁴⁶

Lebih jauh dikemukakan Hardjana,

"ada pertentangan antara mendekati dan mendekati (*approach-approach conflict*). Konflik ini terjadi bila kita berhadapan dengan dua pilihan yang sama-sama baik. Bentuk pertentangan lain, adalah pilihan antara yang baik dan yang tidak baik, antara yang diinginkan dan yang tidak diinginkan, pendekatan dan penghindaran (*approach-avoidance conflict*)".⁴⁷

Memang, saat manusia berhadapan dengan pilihan-pilihan bersikap, selalu menimbulkan konflik, dan ini diakui juga oleh Frankl. Tetapi dalam versi Frankl, di situ manusia dapat memasuki suatu dimensi, yakni dimensi neutik (spiritual), sebagai tempat kebebasan dialami. Kebebasan yang dimaksud adalah kebebasan untuk menentukan pilihan atau kebebasan untuk menemui nilai-nilai, baik nilai kreatif, nilai penghayatan, maupun nilai bersikap. Menurut keyakinan Frankl, manusia dapat mengalami suatu perubahan atau peningkatan kualitas hidup, kendatipun berada dalam situasi dan kondisi lingkungan yang buruk. Hal ini berhubungan dengan kemampuan manusia mengambil sikap yang konstruktif bagi dirinya sendiri.

Respon yang sama dapat diamati pada pengalaman Kim. Adapun Kim telah menemukan, "orang yang memilih menyerah kepada Tuhan membuat dirinya mampu bertahan dan memperoleh kebangunan iman."⁴⁸ Orang yang menyadari bahwa hidupnya sudah diserahkan sepenuhnya pada Tuhan; menjadikan sisa hidupnya berguna buat Tuhan dan sesamanya, ia akan menghadapi kematian dengan sukacita.⁴⁹

Bertolak dari pembahasan-pembahasan tersebut, akhirnya dapat ditemukan suatu perbedaan yang sangat mencolok mengenai penerimaan manusia terhadap kematian. Dua versi itu, yakni manusia yang dikemukakan Frankl dan Kim sebagai orang-orang tawanan, ternyata pada umumnya mereka dapat mencapai peningkatan kualitas hidup karena mereka mampu menemukan makna dalam kesengsaraan yang mereka alami.

⁴⁴ Koeswara, 48.

⁴⁵ Menurut Martin Handoko, motivasi itu adalah "suatu tenaga atau factor yang terdapat dalam diri manusia yang menimbulkan, mengarahkan dan mengorganisasikan tingkah lakunya, atau suatu keadaan siap terjadi suatu perbuatan. Martin Handoko, Motivasi; Daya Penggerak Tingkah Laku, (Yogyakarta: Kanisius, 1992) 9.

⁴⁶ Agus M. Hardjana, Stress Tanpa Distres, Yogyakarta: Kanisius, 1994) 28.

⁴⁷ Hardjana, 28

⁴⁸ Kim, 42

⁴⁹ Kim, 58

Tetapi manusia yang mengalami sakit terminal menurut pengalaman Kubler-Ross, ternyata umumnya mengalami perasaan kekosongan, dan tidak dapat menerima penyakit yang diderita.

Sejauh ini dapat disimpulkan, bahwa Frankl dan Kim sebenarnya lebih menekankan pada aspek spiritual, sedangkan Kubler-Ross lebih menekankan aspek psikodinamika dari pasien yang sakit terminal. Sudah jelas ternyata manusia menurut parameter Frankl dan Kim, menghadapi kematian secara kondusif. Mereka mampu memasuki suatu dimensi yang disebut sebagai dimensi spiritual. Sedangkan manusia dalam anggapan Kubler-Ross, adalah manusia yang umumnya merasa sangat tidak aman menghadapi kematian.

ANALISA DAN INTERPRETASI

Perasaan ketakutan menghadapi kematian dialami oleh para tawanan sebagaimana dalam kesaksian Kim, dan dialami oleh para pasien sakit terminal seperti dalam penjelasan Kubler-Ross. Sedangkan Frankl tidak mengungkapkan secara eksplisit mengenai gejala ketakutan itu, tetapi reaksi syok yang digambarkannya sudah mengindikasikan ada gejala tersebut. Fenomena yang memberi sinyalemen atas munculnya gangguan emosi yang sangat dalam menyangkut keterkejutan, kegoncangan, dan ketakutan.

Adapun orang yang mengalami suatu pengasingan dibalik tembok, menyaksikan perlakuan-perlakuan keras dan segala bentuk pelanggaran yang mengarah pada kebrutalan dan sadisme. Untuk kondisi seperti ini ketakutan yang dirasakan dapat dikatakan sebagai ketakutan objektif, jika itu dipararelkan dengan klasifikasi yang dipakai oleh Freud. Bahwa sumber dari ancaman itu jelas dan berasal dari luar.

Isolasi sosial yang berkepanjangan, dikucilkan, menghadapi realitas yang relatif bengis dan buas mengakibatkan terjadinya disintegrasi kepribadian. Akumulasi dari berbagai tekanan itu nampak dalam suatu reaksi psikis yaitu apatis.

Keberanian menghadapi realitas merupakan suatu gerak dan perjuangannya menuju pada tujuan tertentu yang layak bagi dirinya, yakni mencapai makna. Disini hal yang lebih bersifat spiritual mulai menggejala dan terlihat secara mengesankan. Perubahan demi perubahan terjadi dalam sikap keagamaan dan perilaku moralitas terhukum mati. Baginya, sisa hidupnya akan dipakai untuk menebus segala dosa-dosa dimasa lalu. Hal tersebut mendukung tercapainya suatu kemungkinan, ia mampu bertahan dalam keberadaanya.

Hanya setelah terhukum mati mengambil langkah tertentu untuk memiliki kepribadian yang baru, kebebasan psikologis, dan kepribadian yang unik, maka dia baru

bebas bertumbuh secara rohani dan bebas menemukan maknanya dalam dimensi yang lebih besar.

Hal tersebut dapat menunjuk pada pengertian Frankl bahwa sekalipun manusia tidak bebas dari kondisi-kondisi biologis dan psikologis, tetapi ia memasuki dimensi spiritual, sebagai tempat kebebasan manusia terletak dan dialami. Ditandaskan kembali bahwa kebebasan adalah salah satu faktor yang menandai keberadaan manusia dan yang membentuk esensi manusia. Kebebasan manusia sebagai makhluk yang terbatas diakui Frankl adalah kebebasan di dalam batas-batas. Dari situ manusia sanggup mengambil sikap bukan saja terhadap dunia tetapi terhadap dirinya sendiri. Dengan kesanggupan mengambil jarak terhadap diri sendiri, manusia bisa menentukan sikap terhadap fakta, keadaan atau situasi yang dihadapinya. Dan melalui sikapnya itu dia pada gilirannya dapat mengubah diri sendiri.

Makna dari sudut pandang Harold Kushner, sama artinya dengan menghayati kehidupan yang benar. Dalam penghayatan, manusia tidak akan menderita kehampaan makna dan kekosongan hidup, karena itu manusia berbuat sesuatu sehingga hidupnya bermakna. Apa arti suatu kehidupan yang memiliki makna, itu berarti, suatu kehidupan yang berlanjut, dan pemeriksaan diri yang tidak pernah berhenti, atau perenungan yang disertai tindakan. Itu terjadi pada para tawanan kamp yang diistilahkan Frankl sebagai *heroik*, dan para tawanan dalam pengalaman hidup Kim. Semua itu menjelaskan bahwa ada terjadi keadaan menerima. Dilihat dari pengaruhnya, menerima yang dilakukan secara ikhlas dan penuh kesadaran sangat berpengaruh bagi peningkatan kualitas hidup seseorang. Namun kenyataan akan berbeda sekali jika melihat pada pengalaman Kubler-Ross. Menerima yang diperoleh melalui reaksi para pasien sakit terminal adalah bukan menerima yang didasarkan pada ketulusan hati, melainkan karena ada suatu kondisi perasaan kekosongan. Dalam gambaran Kubler-Ross, kondisi ini memperlihatkan pasien sudah tidak meminati apa-apa lagi. Bahkan boleh dikata, pasien benar-benar tidak mencapai taraf akhir penerimaan yang bermanfaat.

Jelas bahwa manusia menurut parameter Frankl dan Ahn adalah manusia yang dapat menghadapi kematian dengan kerelaan yang tinggi dan sikap yang sangat kondusif. Hal itu tak pelak lagi sebagai kekuatan yang melekat pada spritualitas manusia itu sendiri. Dalam kondisi tertentu manusia mencapai suatu aras yang berdimensi spiritual, yaitu ketika manusia berusaha bertahan dalam penderitaanya melalui perjuangan menemukan makna. Sedangkan manusia menurut tanggapan Kubler-Ross, khususnya melihat pada pasien sakit terminal berada pada suatu realitas yang berbeda, yang mengisyaratkan bahwa umumnya pasien sakit terminal merasa sangat tidak aman menghadapi kematian.

Berhadapan dengan orang-orang yang menghadapi kematian seperti yang terkemukakan sebelumnya, menunjukkan simpton-simpton karakteristik khas yang sangat berpengaruh bagi perwujudan suatu pendampingan pastoral.

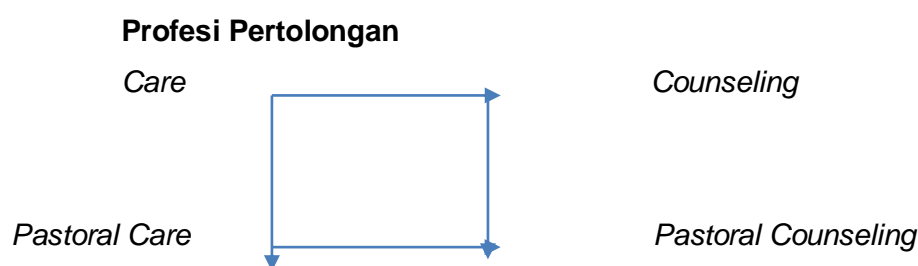
Implikasi Pendampingan Pastoral

A. Pemahaman tentang Pendampingan Pastoral

Pendampingan pastoral terdiri dari dua kata yang mengandung makna sebuah pelayanan. Mendampingi merupakan suatu kegiatan menolong orang lain yang karena suatu sebab perlu didampingi. Antara yang didampingi dan pendamping terjadi suatu interaksi sejajar atau relasi timbal balik. Oleh karena itu pendampingan memiliki pengertian sebagai kegiatan bahu membahu, menemani, membagi/ berbagi dengan tujuan saling menumbuhkan dan menguatkan.⁵⁰

Pendampingan pastoral sebagai, “suatu profesi pertolongan, seorang pendeta atau pastor mengikatkan diri dalam hubungan pertolongan dengan orang lain, agar dengan terang Injil dan persekutuan dengan gereja Kristus dapat bersama-sama menemukan jalan keluar bagi pergumulan dan persoalan kehidupan dan iman”.⁵¹

Mengacu pada istilah profesi pertolongan, tentu mengandung pertanyaan, apakah profesi pertolongan ini hanya ada di dalam pendampingan pastoral? Jawabannya, tidak. Bagaimanapun harus diakui, bahwa yang melibatkan diri dalam profesi pertolongan itu, dilakukan juga seperti dalam psikologi klinis, konseling ataupun psikoterapi. Untuk hal itu dapat dilihat pada gambar berikut ini:



Keterangan

- Care* dapat dimengerti sebagai profesi pertolongan.
- Counseling*, profesi pertolongan yang sifatnya sekuler.
- Pastoral care*, profesi pertolongan yang berorientasi pada agama tertentu
- Pastoral counseling*, profesi pertolongan yang menggunakan sumber-sumber agama

⁵⁰ Art Van Beek, *Pendampingan Pastoral* (Jakarta: BPL Gunung Mulia, 2007) 9-12

⁵¹ G. Heitink dalam Tjaard G. Homes, E.G. Singgih, *Teologi dan Praksis Pastoral*. (Jakarta: BPK Gunung Mulia, Yogyakarta: Kanisius, 1994) 406.

Dari gambar ini dapat memberi petunjuk, bahwa dalam profesi pertolongan, ada yang sifatnya bukan pastoral dan ada yang pastoral. Adapun profesi pertolongan yang pastoral, seperti halnya dalam pendampingan pastoral, bidang cakupannya dapat dikatakan luas. Hal ini juga yang dikatakan Mesach Krisetya. Bagi Krisetya, pendampingan pastoral (Krisetya memakai istilah asuhan pastoral) mencakup,

“...keseluruhan layanan pertolongan dan kesembuhan, asuhan atau penyembuhan baik secara individu maupun kelompok. Ia berbicara keseluruhan layanan itu dengan pengertian bahwa, pendampingan pastoral mencakup beberapa metode. Metode-metode itu yakni, “menggunakan pengurapan, konvesi secara umum atau pribadi) bahkan ada yang menggunakan benda-benda suci (rilics), penyembuhan karismatis, doa, kesembuhan iman, surat penggembalaan, sakramen, pembacaan ayat, literatur agama, percakapan pastoral, disiplin spiritual, dan sebagainya”.⁵²

Dari sejumlah metode yang dilibatkan pada profesi pertolongan dalam hubungan dengan pendampingan pastoral, konseling pastoral merupakan suatu kegiatan spesialisasinya. Adapun konseling pastoral itu dipahami sebagai “perjumpaan manusia yang sangat mendalam”.

Howard Clinebell menyoroti arti pentingnya suatu hubungan dalam konseling pastoral. Lebih tepatnya ia mengatakan, “*In counseling relationship, a pastor and her or his people struggle together with basic theological issues on a deeply personal level*”.⁵³

Konseling pastoral dengan konseling bukan pastoral tentu memiliki tujuan yang sama, yakni membantu atau menolong orang dalam menghadapi permasalahannya. Suatu hal yang berbeda, bahwa konseling pastoral bersumber pada Alkitab dan ajaran Kristen, sedangkan konseling bukan pastoral tidak. Seperti kutipan berikut ini:

“Perumusan mengenai konseling berlatar belakang pada pandangan para ahli. Bagi ahli yang menitikberatkan dasar Pendidikan seperti Gustaf, akan menekankan pentingnya proses belajar (*counseling is a learning oriented process*). Atau Hahn dan Mac Lean yang berorientasi klinis psikologis, menekankan *prevention of disruptive deviations*, agar klien yang dibantu bisa menyesuaikan diri dengan lingkungan hidupnya, yang berhubungan dengan Kesehatan mental. Mereka yang berorientasi pada pendekatan Humanistik dengan konseling, terpusat pada klien (*client-centered counseling*) yang dikenal dengan Teknik Rogerian yang menitikberatkan pentingnya *reorganization of the self*”.⁵⁴

Melalui uraian tersebut, dapat dilihat spesifikasi dari masing-masing bidang yang bergerak pada orientasi profesi pertolongan. Namun satu hal yang perlu diperhatikan

⁵² Krisetya, 2

⁵³ Howard Clinebell, *Basic Types of Pastoral Care and Counseling*, (Nashville: Abingdon Press, 1984) 50

⁵⁴ Singgih Gunarsa, *Konseling dan Psikoterapi* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 1996), 23

menyangkut pernyataan Krisetya bahwa, "konseling pastoral masih dimungkinkan untuk menjangkau orang di luar iman Kristen".⁵⁵

Jadi, sekalipun konseling pastoral yang berbasis Kristen dijalankan oleh pendeta atau pastor yang telah diperlengkapi secara profesional, tidak harus menganggap orang yang di luar iman Kristen sebagai bukan bagiannya untuk ditolong. Dalam konseling pastoral, bersama-sama mencari jalan keluar bagi permasalahan yang dihadapi. Tetapi masih pada limit tertentu yakni, tidak memaksakan prinsip iman kepada orang yang beragama lain.

Upaya menolong sesama adalah pertolongan yang utuh, yakni mencakup jasmani, dan rohani yang didorong untuk melakukan perbuatan baik sehingga dapat menerima kehadiran Allah.⁵⁶

B. Metode-metode

Mendengarkan dan Menganggapi

Kehadiran seseorang sebagai pendamping dapat mempunyai makna yang amat mendalam. Ia akan dapat merasa didukung dan dihibur ketika ada orang yang mendengarkannya dengan penuh perhatian. Pendampingan pastoral dengan metode mendengarkan ini, berarti konselor memperhatikan tujuannya, yakni agar konseli mampu merestrukturisasi kisah yang baru dalam menemukan sebuah makna dari kenyataan yang dihadapi. Pesan-pesan itu tentu terungkap baik secara lisan maupun non lisan.

"Mendengarkan dengan seksama tidak berarti konselor membiarkan proses konseling didominasi dan diarahkan oleh konseli. Tetapi konselor harus bertindak sebagai pengontrol dan pemandu arah percakapan. Pada momen-momen tertentu konselor harus memberikan tanggapan yang kondusif, dalam arti tidak menghakimi atau memojokkan konseli, sehingga memungkinkan dengan sendirinya konseli dapat dengan leluasa mengutarakan isi hatinya. Bila dalam proses percakapan konseli mengalami kemandekan (terhenti), tidak tahu harus bicara apa, malu, ragu-ragu atau kehilangan konsentrasi, maka kepadanya dituntun untuk dapat melanjutkan pembicaraan kembali. Kalau ternyata konseli tetap diam, itu berarti ada pesan yang konseli bisa temukan lewat gerak-gerik (bahasa tubuhnya). Dalam hal semacam ini konseli tidak cukup hanya pada tingkat rasional tetapi juga pada tingkat emosi".⁵⁷

Mendengarkan dengan seksama, yang menjadi bagian dalam pertemuan dialogis antara konselor dengan konseli, bahwa konselor tidak bertindak sebagai pendengar kisah hidup semata-mata, tetapi berusaha mendengar, dan memikirkan secara cermat cerita itu sehingga bisa masuk ke "dunia" konseli. Pada waktu konselor dapat turut hadir

⁵⁵ Kristya, 2

⁵⁶ J.L. Ch. Abineno, *Pedoman Praktis Untuk Pelayanan Pastoral* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2010), 17

⁵⁷ Krisetya, *Perkuliah Program Pascasarjana Agama Masyarakat*, November 1997.

dalam kisah tersebut, konselor mampu merasakan gejolak emosional yang dialami oleh konseli.

Menderefleksikan

Menderefleksikan (mengabaikan) ini, adalah metode yang digunakan Frankl dalam membantu para tawanan menghadapi masa penyiksaan di kamp konsentrasi. Menurut Frankl.

“Ketakutan yang dialami para tawanan akan menghasilkan perhatian yang berlebihan terhadap ketakutan itu sendiri. Hal tersebut dapat mengurangi kesanggupan mereka untuk menghadapi tekanan. Pengungkapan refleksi yang berlebihan terhadap ketakutan karena menghadapi penyiksaan itu dapat diatasi dengan derefleksi. Melalui cara ini, konseli dapat dianjurkan untuk mengarahkan kesadaran atau perhatiannya pada aspek-aspek yang positif. Ia diderefleksikan dari gangguan-gangguan yang dialaminya kepada tanggungjawabnya”.⁵⁸

Menopang

Dalam mewujudkan aspek menopang ini, konseli diberi perhatian dan dorongan untuk membangkitkan keberanian menghadapi kenyataannya. Menopang konseli agar dapat membantunya untuk bertahan dalam situasi krisis.

Membimbing

Melalui fungsi ini, konseli dibimbing untuk bisa memilih atau mengambil keputusan tentang apa yang akan dilakukan dalam menghadapi masalah hidupnya. Membimbing agar konseli dapat merealisasikan nilai-nilai positif untuk menemukan makna dari penderitaannya. Konsekuen dari metode ini memberi dampak yang tidak jauh berbeda dengan metode menopang.

C. Pendampingan Pastoral dan Implikasinya

Metode derefleksi tidak dikenal atau paling tidak kurang digemari sebagai bagian dari perwujudan pendampingan pastoral. Hanya saja kehadirannya di antara rentetan metode dalam pembahasan ini merupakan suatu usaha untuk mengefektifkan agar dapat berdayaguna. Karena pada prinsipnya, hakikat derefleksi adalah memberi peluang sebesar-besarnya pada konseli untuk menyikapi gejala-gejala ketakutan yang dirasakan dengan bentuk pengabaian. Konseli kemudian dianjurkan untuk mengarahkan kesadaran atau perhatiannya pada aspek-aspek yang positif. Atau diderefleksikan dari gangguan-gangguan yang dialami kepada tanggungjawab.

⁵⁸ Frankl, 120

KESIMPULAN

Kematian secara faktual memberi biasan begitu rupa dan menimbulkan kondisi reaktif yang spesifik bagi setiap orang. Gejala yang mengarah pada adanya respon variatif, merupakan suatu kesinambungan dari persepsi awal menyangkut hakikat kematian itu. Esensi kematian bagi setiap orang, dibedakan dalam tiga perspektif, yaitu:

- Kematian sebagai hal yang wajar
- Kematian sebagai hal yang diinginkan
- Kematian sebagai hal yang ditakuti.

Tidak bisa dipungkiri memang, bahwa pandangan yang variatif itu, tergantung pada parameter yang digunakan oleh masing-masing orang. Kematian dilihat sebagai hal yang wajar, kalau orang memahaminya sebagai bagian dari realitas hukum alam, bahwa manusia dilahirkan dan menuju pada akhir hidup. Kematian merupakan wahana bagi pembebasan problematika hidup. Pada saat seseorang memandang peliknya persoalan yang dihadapi, langkah taktis yang tepat baginya adalah mencari dan mendekati kematian. Kematian sebagai hal yang menimbulkan rasa takut, terutama pada orang yang melihat signifikansi serta urgensi proyek kehidupan yang harus diselesaikan.

Optimalisasi penanganan terhadap orang-orang yang mengalami tekanan psikis dan sedang menunggu saat-saat kematian, dapat berarti banyak bagi peningkatan kualitas jati diri. Sehingga diharapkan mereka bukan lagi orang yang merasa tidak berguna, tertekan, dan hanya menunggu saat-saat kematian, tetapi sebaliknya dapat menjadi orang yang menemukan makna kehidupan dengan jalan bertanggungjawab atas apa yang sudah terjadi dan semestinya terjadi. Tanggungjawab itu dapat direalisasikan melalui penghayatan akan nilai-nilai kehidupan.

DAFTAR PUSTAKAAN

- Abineno J.L. Ch., Pedoman Praktis Untuk Pelayanan Pastoral, Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2010
- Albin Rochelle Semmel, Emosi; Bagaimana Mengenal, Menerima dan Mengarahkannya, Yogyakarta: Kanisius, 1986.
- Atkinson L. Rita, et al, II, Pengantar Psikologi. Jakarta: Erlangga, 1991.
- Beek Van Art, Pendampingan Pastoral, Jakarta: BPL Gunung Mulia, 2007
- Clinebell Howard, Contemporary Growth Therapies; Resources for Actualizing Human Wholeness Nashville: Parthenon Press, 1981.
- , Basic Types of Pastoral Care and Counseling, Nashville: Abingdon Press, 1984.
- Darmowigoto Ruwido, Kematian, GEMA Yogyakarta: SSTh Duta Wacana, April 1998

- Frankl E. Victor, Man' s Serch for Meaning, New York: Books, 1963.
- Graham Billy, Menghadapi Kematian dan Kehidupan Sesudahnya, Bandung: Lembaga Literatur Babtis, 1992.
- Gunarsa Singgih, Konseling dan Psikoterapi, Jakarta: BPK Gunung Mulia, 1996.
- Hall S. Calvin, Freud: Sex Obsesi, Trauma dan Katarsis, M. Soetrisno (ed), Jakarta: Delapratasa, 1995.
- Handoko Martin, Motivasi: Daya Penggerak Tingkah Laku, Yogyakarta: Kanisius, 1992.
- Hardjana Agus M., Stress Tanpa Distres, Yogyakarta: Kanisius, 1994.
- Homes Tjaard G., Singgih E.G., Teologi dan Praksis Pastoral. Jakarta: BPK Gunung Mulia, Yogyakarta: Kanisius, 1994.
- Hunt Gladys, Pandangan Kristen tentang Kematian, Jakarta: BPK Gunung Mulia, 1996.
- Indiyah, Hubungan Antara Religiusitas dan Kepercayaan Diri dengan Kecemasan pada Narapidana Menjelang Masa Bebas, Tesis Program Studi Psikologi Universitas Gajah Mada, Yogyakarta, 1997
- Jalaludin, Psikologi Agama, Jakarta: Raja Grafindo Persada, 1998.
- Kartono Kartini, Patologi Sosial, I Jakarta: Rajawali, 1983
- Kim Ahn Ester, Kalau Terpaksa Aku Mati, Terj. Ny Soegeng Hardiyanto. Jakarta: BPK Gunung Mulia, 1981.
- Koeswara, Logoterapi: Psikoterapi Victor Frankl, Yogyakarta: Kanisius, 1992.
- Krisetya Mesach, Perkuliahan Program Pascasarjana Agama Masyarakat, November 1997.
- Kubllller Ross Elizabeth, On Death and Dying, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 1998.
- Kushner Harold , Berlimpah Namun Gersang; Melacak Makna Kehidupan, Yogyakarta: Kanisius, 1996.
- Sudarmo, Kamus Konseling. Jakarta: Rineka Cipta, 1997
- Whitehead Tony, Fobia dan Rasa Takut; Apa dan Bagaimana Mengatasinya, Terj. Yustina Rostiawati, Gianto Widiyanto, Jakarta: Arcan, 1985.