

**PERAN PENDAMPINGAN KONSELING KRISTEN DALAM MENGATASI
GRIEF LOSING TERHADAP SISWA SMA SIPOHOLON TARUTUNG**

Nopita Solin (nopitasolin01@gmail.com)

Dona pandiangan (rikapandiangan768@gmail.com)

Candra Sagala (candrasagala345@gmail.com)

Andar Gunawan Pasaribu

(andargunawanpasaribu@gmail.com)

Pendampingan Dan Konseling Pastoral Dalam Sekolah
Institut Agama Kristen Negeri Tarutung

Abstrak

Kedukaan merupakan emosi natural yang timbul ketika kehilangan seseorang atau suatu hal yang sangat berharga dalam hidup. Kedukaan menjadi masalah yang besar apabila memiliki kedukaan yang tidak terselesaikan yang dapat menyebabkan gangguan terhadap kesehatan psikis, sosial dan spiritual manusia. Apabila terdapat orang yang memiliki kedukaan yang tak terselesaikan yang artinya masih selalu mengingat kematian atau kepergian seseorang yang dicintai dan terus menerus menangis. Dalam hal ini sangat dibutuhkan sebuah pendampingan yaitu pendampingan konseling. Pendampingan konseling adalah usaha yang dilakukan oleh seorang konselor bagi seseorang yang bermasalah. Pendampingan ini akan membantu klien untuk mengenali permasalahannya dan membimbing klien untuk mencari solusi akan permasalahannya tersebut serta membantu klien membuat keputusan besar dalam hidupnya. Sehingga melalui pendampingan ini klien dapat mengalami pertumbuhan iman.

Kata kunci : grief losing, Pendampingan konseling

Abstract

Grief is a natural emotion that arises when you lose someone or something very valuable in life. Grief becomes a very big problem if you have unresolved grief that can cause disruption to human psychological, social and spiritual health. If there are people who have unresolved grief, which means they always remember the death or departure of someone they love and are constantly crying. In this case, assistance is needed, namely counseling assistance. Counseling assistance is an effort made by a counselor for someone who has a problem. This assistance will help client to recognize their problems and guide clients to find solution to these problem and help clients make a big decisions in their lives. So that through this assistance clients can experience growth in faith.

Keywords: grief losing, counseling assistance

PENDAHULUAN

Pendidikan memiliki peran yang sangat penting dalam menjalani kehidupan dan semua manusia pasti akan selalu ingin memiliki pendidikan yang tinggi. Sumber pendidikan pertama di peroleh dari dalam keluarga yang diberikan oleh ayah dan ibu.

Demi mendapatkan pendidikan Orang tua akan selalu berusaha menyekolahkan anaknya hingga ke perguruan tinggi. Jika dilihat sekarang ini semua orang berlomba lomba untuk sekolah demi menempuh pendidikan yang tinggi. Dibelakang itu juga kita melihat peranan orang tua yang begitu penting dalam mendukung pendidikan, orang tua sebagai sumber dana yang paling utama bagi anak dalam menempuh pendidikan.. Sekolah merupakan ruang utama dalam proses pendidikan dan suatu lembaga yang dibuat sebagai tempat pengajaran kepada siswa di dalam pendampingan atau pengawasan guru dan tenaga pendidik lainnya.

Namun tidak bisa dibayangkan jika salah satu orang tua telah dijemput oleh Tuhan maka pastinya akan banyak hal yang akan terkendala dalam mencukupi kebutuhan sekolah anak. Dan bukan hanya itu saja, akan ada pandangan masyarakat sekitar yang kurang menghargai ketika tidak ada kepala keluarga. Sehingga ada banyak siswa yang ketika ayahnya meninggal maka mereka akan putus sekolah dikarenakan kondisi ekonomi yang tidak memadai dan tidak jarang mereka lebih sering untuk bekerja dan membantu orang tua.¹

Dalam kondisi kedukaan keluarga sering sekali mempertanyakan kehadiran Tuhan dalam keluarganya. Mengapa Tuhan yang maha baik tega memberikan hukuman kepada keluargaku? Mengapa harus keluargaku yang menerima hukuman ini? katanya Tuhan mengasihi anakNya tapi kenapa Dia bertindak sekejam ini? pertanyaan tidak logis ini muncul karena adanya penolakan dalam diri keluarga dan mereka tidak siap untuk kehilangan saat itu. Ketidaksiapan ini akan menjadi penangan pemulihan terhadap kedukaan yang masih sangat sulit untuk diterima dengan baik menjadi persoalan yang sulit untuk dilalui, karena apabila tidak segera ditolong maka kedukaan atau luka batin akibat kehilangan seseorang yang dialami secara mendadak tersebut bisa menjadi luka batin yang permanent.

Dibutuhkan peran konselor untuk mengarahkan dan membimbing klien untuk mencari sendiri akar permasalahannya dan memfasilitasi klien untuk menyelesaikan masalahnya sendiri. Bimbingan dan konseling adalah pemberian bantuan kepada seseorang yang memiliki permasalahan yang belum terselesaikan agar mampu menggapai taraf perkembangan dan kebahagiaan yang optimal menjalani proses pemahaman, penerimaan, dan penyesuaian diri terhadap lingkungan dimana ia berada.

¹ Ferry Novita Sukerdi , “*Pendampingan Dan Konseling Pastoral Kepada Keluarg Yang Mengalami Kedukaan Pasca Kematian Keluarga Secara Mendadak*” (Yogyakarta : 2012) hal 2

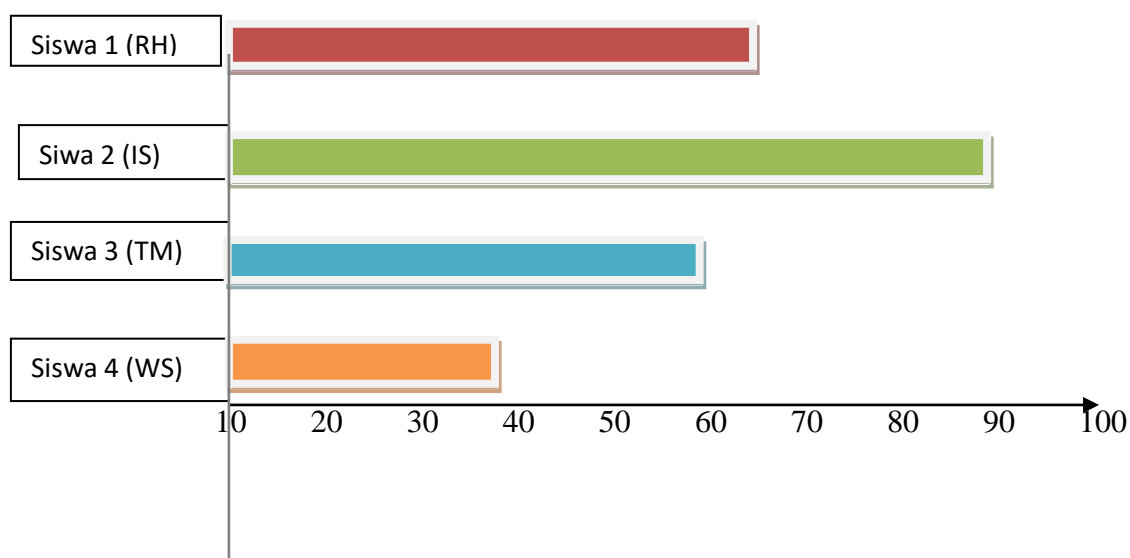
Tujuan pemberian layanan bimbingan dan konseling bagi siswa dalam program pendidikan agar individu mampu mengatasi masalah yang ada dalam dirinya, mampu merencanakan kegiatan penyelesaian studi, perkembangan karier dalam kehidupan sekarang dan kehidupan di masa yang akan datang. Selain itu, proses konseling juga akan membantu dalam proses menggali potensi yang dimiliki oleh klien sehingga klien dapat menyesuaikan diri di lingkungan sekolah, masyarakat, jemaat dan keluarga ²

Jumlah siswa yang ada di SMA Sipoholon berjumlah kurang lebih 300 orang dan di antara 300 orang tersebut terdapat 22 orang yang sedang mengalami keduakaan. Jumlah tiap kelas yang mengalami keduakaan :

- 1) Kelas XII (Dua belas) sebanyak 10 orang
- 2) Kelas XI (Sebelas) sebanyak 4 orang
- 3) Kelas X (Sepuluh) sebanyak 8 orang

Namun pada konseling kali ini kelompok melakukan konseling terhadap 4 orang siswa dan kelompok juga mendapatkan informasi tentang sejauh mana letak keduakaan siswa tersebut.

Diagram tingkat keduakaan siswa



Dari penggambaran diagram diatas dapat disimpulkan bahwa masing-masing siswa memiliki tingkat keduakaan yang berbeda-beda.

² Ahmad Susanti “*Bimbingan dan Konseling di Sekolah* (Jakarta :Prenadamedia Group, Juni 2018), hal 1

METODE PENELITIAN

Tulisan ini menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan melakukan beberapa kali pertemuan konseling sekaligus menganalisa verbatim (percakapan dalam konseling) dengan paradigma konseling. Dalam metode kualitatif ini juga membantu untuk mencari hal-hal yang spesifik berdasarkan realita dan literature. Menurut Nasution (2003 :5) mengemukakan bahwa penelitian kualitatif merupakan suatu usaha dalam mengamati orang dalam lingkungan sekitar, melakukan interaksi atau komunikasi dengan mereka dan menafsirkan pendapat mereka mengenai dunia sekelilingnya. Dalam konteks ini peneliti juga meneliti beberapa aspek-aspek dalam kehidupan seperti kondisi ekonomi serta peranan penting orang tua terhadap Siswa kls X Mia 1 yang berduka di SMA Sipoholon. Dengan demikian peneliti menggunakan metode kualitatif deskriptif dengan menganalisa verbatim dalam paradigma konseling.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pendampingan Konseling Kristen

Konseling Kristen dapat diartikan sebagai suatu proses pembimbingan yang dinamis dalam tuntunan roh kudus untuk menyampaikan nasihat, petunjuk, peringatan, teguran, dorongan dan ajaran dari perspektif Kristen yang di dalamnya terdapat upaya menyampaikan pertimbangan yang memberikan kemampuan kepada konseli untuk membuat keputusan (sendiri) yang bijaksana yang membawa pemulihan, perubahan, peneguhan, serta pertumbuhan rohani. Unsure-unsur yang terdapat dalam definisi konseling Kristen adalah sebagai berikut:

- 1) Roh kudus berperan sebagai penuntun yang memberikan dinamika bagi konseling (yoh 16:13-14).
- 2) Peranan firman Allah yang memberi terang dan hikmat sebagai dasar bagi konseling Kristen (1 Tim 3:7-13).
- 3) Konseling adalah suatu proses yang dinamis yang berisi upaya memberi nasihat, petunjuk, peringatan, dorongan, ajaran berdasarkan Alkitab dari seorang konselor Kristen kepada konseli.
- 4) Tujuan atau sasaran konseling Kristen ialah menyampaikan pertimbangan (hikmat) yang memberi kemampuan bagi konseli untuk membuat keputusan yang bijaksana yang

membawa pemulihan dan perubahan hidup yang positif serta pertumbuhan rohani yang sehat, sehingga konseli menjadi semakin teguh di dalam Kristus.

- 5) Fokus yang diharapkan sebagai hasil konseling Kristen ialah: pemulihan, perubahan, dan pertumbuhan hidup ke arah Kristus, sehingga konseli menjadi dewasa dalam mengendalikan diri dan mengatasi permasalahannya sendiri.³

Konseling pastoral adalah usaha yang dijalankan oleh pastor untuk membantu orang, agar ia dapat menolong dirinya sendiri (oleh proses pengertian konflik-konflik batiniahnya). Dari definisi lain dan dari penjelasan-penjelasan lain, yang ia berikan dalam karya-karyanya (Hiltner dan pastor-pastor Amerika) nyata bahwa: Konseling pastoral adalah suatu proses, yang berusaha memecahkan persoalan yang dilakukan oleh seorang konselor melalui percakapan yang secara langsung dan mengusahakan relasi percakapan yang sebaik mungkin.⁴

Langkah pendampingan konseling Kristen di sekolah

Konseling Kristen dapat berlangsung dengan mengikuti langkah-langkah: tahap pra konseling, konseling dan pasca konseling. Berikut tahapan pendampingan konseling Kristen di sekolah:

1. Tahap pra konseling

Pra konseling dilakukan melalui tahap pendataan sebelum memulai proses konseling. Seperti meminta informasi diri, tanggal lahir, nama, pekerjaan, pendidikan, nama ayah atau ibu. Kemudian mencari informasi tentang keadaan keluarga, agama, sosial, dan ekonomi. Kemudian konselor melakukan analisa terhadap data tersebut.

2. Tahap konseling

Pada tahap ini konseling diawali dengan berdoa dan bernyanyi dan konselor berusaha mendapatkan informasi yang lebih dalam dan benar. Konselor berusaha memahami, menerima, dan memberikan tips-tips yang akan dilakukan oleh konseli dan tindak lanjut penyembuhan.

³ Magdalena Tomatala, "*Konselor kompeten: Pengantar Konseling Terapi Untuk Pemulihan*" (Jakarta: YT Leadership Foundation, 2000) hal 4&5

⁴ J.L.Ch. Abineno, "*Pedoman Praktis Untuk Pelayanan Pastoral*" (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2016) hal, 24

3. Tahap pasca konseling

Konselor memantau perkembangan apa saja yang dialami oleh konseli setelah penyembuhan pasca konseling, konseli menjadi kuat dan bertahan dalam penyembuhan. Pasca konseling dilakukan agar dapat memberikan pertumbuhan iman konseling.

Konseling Kristen dapat berjalan dengan baik dalam menyelesaikan permasalahan siswa apabila mengikuti prosedur dengan baik. Langkah-langkah dalam melakukan konseling Kristen di sekolah yakni:

a) Identifikasi kasus

Pengenalan kasus siswa melalui gejala-gejala yang terlihat dan mencatat permasalahan yang akan diselesaikan. seorang konselor Kristen mendengarkan kegelisahan kemudian secara bersama-sama mencari akar dari persoalan tersebut dan mencari upaya dalam penanganan masalah.

b) Diagnosa

Setelah identifikasi terhadap masalah kemudian konselor melakukan diagnose untuk menetapkan masalah yang dihadapi oleh siswa. Pada langkah ini mengumpulkan data dengan menggunakan studi kasus dengan melakukan berbagai teknik pengumpulan data.

c) Langkah prognosa

Prognosa memberikan bantuan dan konseling Kristen yang efektif yang ditetapkan melalui kesimpulan dalam langkah diagnose yakni setelah masalah ditetapkan dengan latar belakangnya.

d) Langkah terapi

Melalui langkah prognosa dapat ditentukan langkah terapi apa yang dipakai terhadap permasalahan klien yang akan membantu klien dalam menyelesaikan permasalahannya.

e) Langkah evaluasi dan follow up

Langkah evaluasi berarti melakukan evaluasi terhadap siswa apakah dia sudah mengetahui masalahnya, sudah mampu menjaga dirinya dan apakah sudah mampu dalam memperbaiki dirinya ke depannya. melalui tahap ini konselor dapat mengetahui sejauh mana teknik yang dipakai berpengaruh terhadap siswa dan konselor juga akan mengetahui hasil dari konseling yang dilakukan dalam beberapa kali pertemuan.⁵

⁵ Andar Gunawan Pasaribu, "Konseling Kristen Di Sekolah" (Medan: CV.MITRA MEDAN, 2019) hal. 20

Pengertian Grief Lossing

Pada dasarnya kedukaan (grief) bukan merupakan penyakit atau gangguan. Kedukaan adalah alamiah dalam hidup kita. Berbeda dengan perbincangan sehari-hari yang mengaitkan kedukaan dengan meninggalnya seseorang, kedukaan tidak selalu berkaitan dengan meninggalnya seseorang. Seperti bibir pantai yang selalu di hempas gelombang laut, begitulah kehidupan yang pernah diterpa duka, entah itu besar ataupun kecil. Kedukaan adalah reaksi normal ketika orang mengalami stress (tekanan) kehilangan (loss) seseorang atau sesuatu. Kedukaan merupakan upaya untuk menciptakan keseimbangan (equilibrium) baru setelah peristiwa kehilangan. Kedukaan juga dapat disebut post loss stress atau stress pasca-kehilangan. Menghadapi kehilangan, orang harus menerima kenyataan (accept) atas kehilangan, bertahan, berubah dan bertumbuh dalam kondisi baru, yakni hidup tanpa objek yang hilang. Kedukaan dapat dialami oleh peorangfan, pasangan, keluarga, kelompok, komunitas, dan bahkan masyarakat luas.⁶

TINGKAT KEDUKAAN

1. Nilai objek yang hilang

Pengalaman menunjukkan bahwa tingkat kedukaan dipengaruhi oleh beberapa tingkatan arti, nilai, makna, harga yang diberikan penduka pada keberadaan, jkehadiran, hidup objek yang hilang. Makin berarti, bernilaidan berharga objek yang hilang maka makin berat kedukaannya. Meskipun harga obyek yang hilang secara rill tidak mahal, tetapi kita sebagai pendamping jangan terlena ioleh harga murah obyek. Seseorang mungkin kehilangan barang sepele dan harganya murah namun jangan memandang remeh kedukaan karena harga obyek yang hilang murah. Secara historis obyek yang hilang merupakan hadiah dari teman baiknya ketika dia mengunjungi negara tertentu yang tidak akan pernah keulang.

2. Hubungan emosional dengan objek yang hilang.

Tingkatkedukaan juga tergantung pada tingkat hubungan emosional anggota keluarga dengan obyek yang hilang. Makin dalam hubungan emosional dengan obyek yang hilang makin berat tingkat kedukaannya. Sebaliknya makin rendah tingkat hubungan emosional dengan obyek yang hilang makin rendah tingkat kedukaannya.

⁶ Totok wiryasaputra, "Pendampingan Pastoral Orang Berduka" (Yogyakarta: Pohon Cahaya, 2019) hal 3

3. Jangka waktu kehilangan objek.

Dari sisi jangka waktu, kehilangan dapat bersifat sementara atau permanen. Misalnya seorang suami tugas keluar negeri selama 5 tahun. Kehilangan dan kedukaan yang dirasakan istrinya bersifat sementara. Kehilangan sementara tersebut dapat diubah menjadi kehilangan permanen.

4. Wujud objek yang hilang.

Obyek yang hilang dapat berupa benda konkret seperti televisi. Misalnya seseorang kehilangan kendaraan dan burung peliharaan yang mereka cintai.

5. Kuantitas objek yang hilang..

Sering sekali dianggap sebagai kedukaan jamak. Dalam satu kondisi bisa kehilangan 2 hal yang berharga yang menyebabkan kedukaan yang mendalam.

6. Tingkat antisipasi akan kehilangan

Ada atau tidaknya antisipasi terhadap kemungkinan kehilangan juga dapat mempengaruhi kedalaman kedukaan. Ketika seluruh anggota keluarga mengantisipasi kematian kakeknya yang berusia 99 thn karena dokter sudah memberitahukan tentu kedukaan mereka tidak seberat kedukaan keluarga yang lain yang sama sekali tidak membayangkan sebelumnya apabila kakeknya akan meninggal.

7. System dukungan sosial.

Setiap komunitas biasanya secara cultural alamiah telah mengembangkan system dukungan sosial sebagai contoh hhhh ketika sekelompok anggota masyarakat mengunjungi beramai-ramai seorang warganyayang sedang dirawat di rumah sakit. Idak jarang mengumpulkan sumbangan untuk membantu keluarga yang sakit. Ketika seorang warga masyarakat meninggal, masyarakat beramai-ramai untuk mempersiapkan acara penguburan dan hal-hal lain yang perlu di kerjakan. Semua itu merupakan dukungan sosial yang diwariskan dari gennerasi ke generasi lainnya.

PROSES KEDUKAAN

1. Denial (penolakan dan penyangkalan)

Tahap ini merupakan masa peralihan dari situasi normal, tentram ke situasi kacau balau untuk mencapai keseimbangan fisik-psikis-sosial-spiritual karena kehilangan objek yang sangat berarti, bernilai dan berharga bagi seorang penduka. Pada tahap ini biasanya penduka merasa terkejut, panic, kacau balau, tidak percaya dan takut hidup sendirian. Biasanya penduka tidak memerlukan pertolongan orang lain. beberapa ungkapan yang

sering muncul ketika terjadi penolakan tersebut : “ini tidak mungkin dia pasti akan kembali, tadi dia baik-baik saja”

2. Anger (marah)

Pada tahap 2 ini seorang penduka memiliki perasaan marah yang tidak muncul secara nyata atau disembungkan karena takut dianggap tidak sopan atau kurang beriman. Pada tahap ini penduka menyadari bahwa hidup benar-benar tidak seperti yang mereka inginkan. Mereka mulai frustrasi karena hidup yang tidak sesuai dengan harapan kemudian perasaan sedih yang mendalam. Ungkapan yang sering muncul pada tahap ke dua ini adalah “Mengapa Tuhan membiarkan semua ini terjadi?”, kalau Tuhan berkuasa mengapa tidak mencegahnya? Tuhan ternyata diam saja, Mengapa Dia mencuri barang saya yang berharga?

3. Bargaining (tawar menawar).

Ketika kemarahan ternyata tidak menyelesaikan masalah, penduka mulai menurunkan tingkat kedukaannya, dari marah ke tawar menawar. Tawar menawar yang diarahkan kepada diri sendiri terwujud dalam penyesalan dan janji-janji kepada diri sendiri. Ungkapan yang sering muncul yaitu: “Mengapa kemarin sayatidak mengunjungi Rumah sakit?” “Mengapa Tuhan tidak mengambil saya saja?” “Saya tidak akan marah kepada kalau Tuhan membiarkannya hidup” “saya akan menjadi ayah yang baik jika ia sembuh”.

4. Depression (depresi).

Tahap ini dapat berlangsung selama berbulan-bulan atau bahkan bertahun-tahun ketika penduka tidak dapat menyelesaikan kedukaannya dan tidak mendapat pertolongan yang memadai. Biasanya orang yang mengalami depresi di satu sisi memerlukan pertolongan dan di sisi lainnya tidak ingin ditolong. Tahap ini penduka mengalami kesedihan yang luar biasa semua orang meninggalkannya, kesepian, putus asa, tanpa harapan, tidak berdaya, dan tidakdapat berkonsentrasi. Sehingga sering muncul ucapan seperti:”saya tidak akan pernah bahagia lagi” “ saya lebih baik menyusul dia” “kini saya sendirian” “semuanya sudah hilang” “tidak ada seorang pun yang mau menemani saya” “ apa maksud Tuhan atas semuanya ini?” “ berat sekali untuk melupakannya”.

5. Acceptance (penerimaan)

Untuk mencapai titik penerimaan, bertahan, berubah, bertumbuh dan berfungsi secara maksimal penduka membutuhkan waktu yang cukup panjang kedukaan normal biasanya berlangsung elama 3 bulan. Tanda yang paling sederhana sebagai bukti acceptance adalah

mata penduka tidak lagi berkaca-kaca ketika menceritakan peristiwa kehilangan. Dia dengan lugas, tenang dan tidak hanyut menceritakan peristiwa kehilangan tersebut. secara fisik biasanya penduka lebih tenang dan sudah dapat tersenyum secara lepas, sudah dapat berdoa khusyuk, sudah dapat mengucapkan “yam au apa lagi semua sudah terjadi”, “sudah menjadi takdir dari Tuhan” dan “saya tidak dapat mengubah apa yang sudah terjadi”.⁷

Tokoh Alkitab yang mengalami Grief losing

Naomi

Kisah Naomi, wanita yang ditinggalkan Israel karena kelaparan sehingga suami beserta anak-anaknya meninggal. Naomi berfikir bahwa Allah telah melakukan banyak yang pahit kepadanya dengan memdatangkan banyak malapetaka kepadanya. Yang menunjukkan bahwa Naomi telah mengalami halburuk secara fisik, mental, sosial, dan moral sehingga hidup serasa hancur dan sangat mengecewakan. Namun Tuhan tetap menyatakan kebajikannya di balik penderitaan Naomi:

1. Ia memelihara kehidupan Naomi dengan menghadirkan orang-orang yang setia untuk menemaninya
2. Ia memberikan Rut untuk Naomi meneruskan rencana Allah yang kekal, yaitu kelahiran mesias. Tuhan dapat memdatangkan kebaikan demi menggenapi rencananya. Karena itu jangan pernah lelah untuk menaruh harap padanya di setiap kesulitan kita.

Naomi adalah seseorang yang mengalami kedukaan yang sangat menyakitkan, karena telah kehilangan orang-orang terdekatnya secara tiba-tiba. Dibalik apa yang Tuhan lakukan kepada kita pasti akan ada hal terindah yang menanti kita. karena rancangan Tuhan adalah rancangan yang paling indah.

Penyebab dan Dampak Grief Lossing

Ada beberapa faktor yang menyebabkan grief (Aiken, 1994:164 yaitu:

1. Hubungan individu dengan almarhum
Ketika seseorang memiliki hubungan yang sangat erat dan adanya proses saling bergantung terhadap hubungan tersebut maka dapat dilihat bahwa hubungan yang sangat baik dengan orang meninggal merupakan proses grief yang sangat sulit.
2. Kepribadian, usia, jenis kelamin orang yang ditinggalkan

⁷ Ibid, hal 24

Merupakan perbedaan yang mencolok adalah tentang jenis kelamin dan usia yang ditinggalkan. Secara umum grief menimbulkan stress apa bila salah seorang anggota keluarga atau saudara meninggal saat berusia muda.

3. Proses kematian

Cara seseorang meninggal juga menimbulkan berbagai macam reaksi. Ketika seseorang meninggal secara mendadak maka akan sangat sulit untuk menerima kenyataan. Sehingga membutuhkan waktu yang sangat lama untuk mengobati kedukaannya tersebut.

Ciri-ciri Grief losing dalam aspek fisik, psikis, sosial dan spiritual

1. Aspek Fisik

Beberapa konselor menyimpulkan bahwa ketika seseorang masih berada dalam fase kedukaan maka ia akan mengalami kesulitan tidur atau insomnia sampai beberapa hari. Selain itu mereka juga akan mengalami anorexia nervosa atau gangguan makan dimana pasien tidak memiliki nafsu makan atau tidak mau makan. Dan juga bulimia gangguan makan di mana pasien tidak dapat mencegah nafsu makannya yang berlebihan dan menimbulkan efek atau dampak menjadi obesitas.

2. Aspek mental

Kehilangan dan kedukaan dapat menimbulkan gangguan jiwa seperti: low self-esteem (rendah diri), suicide (bunuh diri), pobia(ketakutan irasional dan terus menerus pada sesuatu, sehingga penderitanya berusaha mnghindari obyek itu), anxiey (kecemasan), schizophrenia (secar umum penyakitini disebut sebagai gila): penderita menjadi gangguan jiwa, menjadi orang aneh, pikiran tidak teratur dan terlalu agresif.

3. Aspek sosial

Kehilangan dan kedukaan yang tak terselesaikan dapat memicu berbagai persoalan kecanduan (addicted to) judi, minuman keras, rokok, zat ppsikotropika, games dan sebagainya. Selain itu merekajuga akan cenderung lebih suka untuk menyendiri, menarik dan mengurung diri.

4. Aspek spiritual

Penyakit, persoalan, gangguan yang muncul sebagai akibat dari kehilangan dan kedukan dalm aspek spiritual antara lain spiritual injury (luka spiritual), berpindah-pindah gereja/denominasi/agama, tidak mempercayai lembaga keagamaan, menjadi atheis, rasa

berdosa yang menyebabkan dia sampai ingin bunuh diri, sikap sekretarian keagamaan, sikap tidak toleran agama, konservatisme dan radikalisme agama.⁸

Langkah-langkah konseling umum dalam mengatasi Grief Lossing

- 1) Konselor harus menciptakan suasana dimana klien dapat melakukan tugas-tugasnya dalam proses kedukaan seperti: menerima baik secara rasional maupun emosional atas kehilangan yang di derita.
- 2) Konselor Menciptakan suatu situasi, di mana orang yang berduka dapat menerima - baik secara rasional, maupun secara emosional kehilangan yang ia derita. Hal ini konselor lakukan, waktu ia mengunjungi orang yang berduka itu. Dalam pertemuan (percakapan) itu konselor harus cukup memberikan kesempatan kepada nya untuk mengungkapkan perasaan-perasaan atau emosi.
- 3) Konselor Menciptakan suatu situasi, di mana orang yang berduka dapat mencernakan perasaan-perasaan atau emosi-emosi yang problematis. Perasaan-perasaan atau emosi-emosi yang problematis ini tidak boleh ia elakkan, tetapi sebaliknya: ia harus berusaha untuk mencernakan perasaan- perasaan atau emosi-emosi yang problematis itu.
- 4) Konselor menciptakan suatu situasi, di mana orang yang berduka belajar hidup dalam situasi-hidupnya yang baru sebagai suatu tugas. Situasi-hidup yang baru ini cepat atau lambat menantang orang yang berduka untuk mengambil inisiatif dan membuat langkah baru ke depan dan menemukan, bagaimana ia dapat memberikan bentuk baru kepada hidupnya.

Hasil Obervasi

Dari penggambaran diagram yang telah dimuat di atas yang memberikan pemahaman bahwa tiap-tiap siswa si SMA Sipoholon memiliki tingkatan kedukaan yang berbeda-beda. Dari beberapa kali pertemuan yang telah dilakukan konselor melihat bahwa ada perubahan yang dialami dari tiap-tiap siswa tersebut.

Perubahan Yang dialami oleh siswa

Pertemuan 1	Pertemuan 2	Pertemuan 3
Tahap perkenalan: Pada pertemuan pertama ini konselor melihat bahwa ke 4 siswa tersebut masih	Tahap diagnose Masalah: Pada pertemuan ke dua ini konselor melihat ada 2 dari 4 siswa yang sudah mulai	Tahap Solusi & Terminasi: Pada pertemuan ketiga ini, siswa sudah mulai menunjukkan senyumannya

⁸ Ibid, hal.39-42

<p>tertutup dan cenderung lebih suka menunduk seperti tidak berani ketika bertatapapan langsung dengan konselor. Ketika secara tidak sengaja bertatapapan dengan langsung siswa tersebut menunduk. Hal ini menandakan bahwa belum ada keterbukaan yang dialami oleh siswa.</p>	<p>memberikan keterbukaan untuk menceritakan permasalahannya. Ketika konselor menanyakan kabar siswa, siswa memberikan respon yang baik dan juga memberi umpan balik kepada konselor dengan menanyakan kembali kabar dari konselor. Siswa juga sudah menunjukkan keramahannya melalui memberi salaman kepada konselor.</p>	<p>dan sudah berani bertatapapan dengan konselor. Sebelum konselor tiba diruangan siswa sudah berada di depan pintu untuk menyambut konselor dengan 3 S yaitu senyum, sapa, dan salam. Siswa juga sudah mampu dalam mengambil keputusan terhadap masa depannya.</p>
--	--	---

Jika dimuat dalam perseh terdapat 50 persen siswa yang telah mengalami perubahan ketika telah mengikuti beberapa kali proses konseling.

KESIMPULAN

Dalam menjalani proses kehidupan, peristiwa kematian tidak dapat dihindari oleh setiap manusia. Kematian juga akan menciptakan kedukaan yang mendalam bagi seseorang. Sering sekali kedukaan ini tidak dapat diselesaikan sehingga menimbulkan krisis. Konseling Kristen merupakan salah satu usaha pendampingan yang dilakukan oleh seorang konselor guna untuk memberikan dukungan bimbingan dan memfasilitasi konseli agar dapat mencari akar permasalahannya sendiri sehingga mampu untuk mencari solusi dan menyelesaikan permasalahannya. Ketika sosok seorang ayah di ambil dari sebuah keluarga maka secara ekonomi keluarga akan merasa sangat kesulitan dalam memenuhi kebutuhan hidup. Jika hanya seorang yang bekerja demi menyekolahkan anak maka kebutuhan sekolah anak tidak akan tercukupi dengan baik dan bahkan bisa membuat putus sekolah. Sekolah menjadi ruang belajar bagi siswa dimana adanya tenaga pengajar yang memberikan pembelajaran kepada siswa. Maka dari itu seorang konselor membantu siswa untuk mengenal kedukaan yang mereka alami dan seberapa dalam tingkat kedukaan dari siswa tersebut. kemudia konselor akan membantu mereka dalam mencari akan dari

permasalahannya tersebut dan berusaha membantu klien dalam mencari solusi terhadap permasalahannya. Pada kali ini seorang konselor hanya sebagai seseorang yang memfasilitasi klien dalam mencapai perkembangan dan pertumbuhan iman melalui beberapa kali pertemuan konseling yang dilakukan secara bertahap.

DAFTAR PUSTAKA

- Abineno, J.L. Ch. Pelayan Pastoral Kepada Orang Berduka Volume 1 . Jakarta : Gunung Mulia, 2015.
- Pasaribu.Andar Gunawan. Konseling Kristen Di Sekolah. Medan: CV.MITRA MEDAN, 2019.
- Sukerdi. Ferry Novita .Pendampingan Dan Konseling Pastoral Kepada Keluarg Yang Mengalami Kedukaan Pasca Kematian Keluarga Secara Mendadak. Yogyakarta : 2012.
- Susanti. Ahmad.Bimbingan dan Konseling di Sekolah .Jakarta :Prenadamedia Group, Juni 2018.
- Tomatala. Magdalena. Konselor kompeten: Pengantar Konseling Terapi Untuk Pemulihan. Jakarta:YT Leadership Foundation, 2000.
- Wiryasaputra.Totok. Pendampingan Pastoral Orang Berduka. Yogyakarta: Pohon Cahaya, 2019.