
Sakitku Tak Terlihat: Pendampingan Pastoral Terhadap Remaja Yang Mengalami Kekerasan Mental Di Jemaat GMIM Kasih Karunia Pancuran 9 Sea Satu Wilayah Manado Malalayang Timur

Helen Gratia Masambe^{1*}, Gloria Gratia Tamunu²

Universitas Kristen Indonesia Tomohon, Indonesia^{1,2}
e-mail : masambehg@gmail.com¹, gloriagratia27@gmail.com²

Abstrak

Konsep kesehatan yang dipahami oleh sebagian besar orang terbatas pada unsur fisik saja. Kesehatan mental merupakan unsur penting karena terkait dengan keseluruhan aspek kehidupan yang nantinya memungkinkan setiap orang untuk mengeksplorasi lebih dalam setiap potensi yang dimilikinya. Faktanya konsep ini kurang mendapat perhatian di sana sini terdapat pengabaian terhadap unsur kesehatan mental, sehingga berdampak pada maraknya kasus kekerasan mental yang terjadi dan melibatkan semua kalangan usia dengan status dan lakonnya dalam keluarga, jemaat maupun dalam masyarakat. Penelitian ini dilakukan kepada dua orang konseli yang mengalami kekerasan mental. Dikaji dengan metode studi kasus pada cakupan bidang pastoral untuk melakukan pendampingan terhadap remaja yang mengalami kekerasan mental, kemudian dirumuskan melalui pendekatan kualitatif, hingga dapat direfleksikan secara teologi dalam kehidupan berjemaat. Dari hasil penelitian didapati perbandingan antara kedua kasus. Untuk itu harus ada perhatian lebih dari gereja untuk merangkul para remaja yang mengalami kekerasan mental dengan pendampingan pastoral lewat perkunjungan dan percakapan.

Kata Kunci: *Penyakit, Kekerasan, Mental, Pastoral, Remaja*

Abstract

The concept of health understood by most people is limited to physical elements only. Mental health is an important element because it is related to all aspects of life, which will enable everyone to explore more deeply every potential they have. This concept has received less attention, here and there there is a neglect of the element of mental health, which has an impact on the rampant cases of mental violence that occur and involve all ages with their status and roles in the family, congregation, and society. This research was conducted on two counselees who experienced mental abuse. Studied with a case study method in the scope of the pastoral field to assist adolescents who experience mental violence, then formulated through a qualitative approach, so that it can be reflected theologically in congregational life. From the results of the research, a comparison between the two cases was found. For this reason, there must be more attention from the church to embrace adolescents who experience mental violence with pastoral assistance through visits and conversations.

Keywords: *Illness; Violence; Mental; Pastoral; Adolescent*

Histori Artikel

Received	Revised	Accepted	Published
30 Januari 2024	09 Februari 2024	19 Februari 2024	01 Maret 2024

Copyright (c) 2024 Helen Gratia Masambe¹, Gloria Gratia Tamunu²

✉ Corresponding author :

Email : masambehg@gmail.com

HP : 0813 4011 xxxx

PENDAHULUAN

“Di dalam tubuh yang sehat, terdapat jiwa yang kuat” secara sederhana, ungkapan ini dapat dipahami sebagai sebuah pepatah klasik di bidang kesehatan, bahwa sejatinya terdapat hubungan erat yang saling tarik-menarik antara kesehatan fisik dan kesehatan jiwa atau mental seseorang, artinya kesehatan fisik akan turut mempengaruhi keadaan psikologi atau kesehatan mental seseorang, demikian pun sebaliknya. Faktanya sebagian besar masyarakat membatasi konsepnya tentang kesehatan hanya pada unsur fisiologis memperhatikan dan kondisi fisik seseorang. Padahal ada unsur lain yang sekiranya memberi dampak besar terhadap keseluruhan aspek kesehatan dari manusia itu sendiri, satu aspek yang tidak dapat dianggap sebelah mata, yang dapat dikatakan menjadi salah satu penentu baik atau tidaknya kesehatan seseorang, hal itu sebagaimana yang disampaikan di atas, yakni aspek psikologis atau ‘kesehatan mental’.

Mental seseorang tidak terlihat dan tidak disadari oleh orang lain bahkan penderita sakit mental pun tidak menyadari bahwa sedang mengalami gangguan mental. Kekerasan terhadap mental seseorang dapat menyebabkan sebuah sakit yang tidak terlihat. Dan berbeda dari penyakit yang menyerang tubuh seseorang, gangguan mental bukanlah penyakit yang mudah terlihat. Seseorang bisa langsung mengetahui apabila ada bagian tubuhnya yang terluka. Tapi, bagaimana seseorang mengetahui apabila ia mengidap depresi atau tekanan mental lainnya? Ciri atau gejala yang mengindikasikan sakit mental akan menyentuh pemikiran, perasaan, perilaku, suasana hati, atau kombinasi di antaranya, yang sangat sulit untuk diidentifikasi dan didiagnosis sebagaimana penyakit pada umumnya. Karena itu tak jarang gangguan mental kerap kali disepelekan. Terbukti bahwa banyak dari mereka yang sebenarnya mengidap gangguan mental namun dianggap oleh lingkungan di sekitarnya sebagai pribadi yang emosional, berlebihan, atau terlalu sensitif.

Kesehatan mental masih menjadi stigma yang buruk dalam kalangan masyarakat Indonesia pada umumnya, mereka yang mengalami gangguan kesehatan mental, sering dicap sebagai ‘orang gila’ atau dalam bahasa masa kini disebut Orang Dalam Gangguan Jiwa (ODGJ). Banyak juga yang menganggap orang dengan masalah kejiwaan adalah orang yang kurang pengetahuan agama dan tidak dekat dengan Tuhan.

Dampak kekerasan mental pada remaja menimbulkan sebuah hal yang tidak bisa dianggap remeh. Di saat seorang remaja mengalami kekerasan mental dari lingkungannya, itu akan berpengaruh dalam masa perkembangannya untuk menemukan jati dirinya. Remaja yang mengalami kekerasan mental akan menjadi sosok yang suka melawan karena tidak bisa mengontrol emosi, perilaku dapat berubah secara tidak wajar, pun mencoba melakukan berbagai kebiasaan buruk. Ini adalah masa peralihan bagi remaja dimana dia mulai mengenal dunia luar dengan keinginan memiliki kebebasan. Perubahan-perubahan jasmani, kepribadian, perkembangan fisik dan emosional mempengaruhi tingkah laku remaja yang sebelumnya saat masih anak-anak belum nyata pengaruhnya. Peran orangtua, lingkungan, dan teman sebaya sangat diperlukan dalam mendampingi pertumbuhan seorang remaja. Tentunya bukan dengan makian ataupun bentuk kekerasan verbal lainnya, melainkan dididik, diberi motivasi dan diperlakukan dengan kasih. Tak lupa menjadi teladan dan penasihat bagi remaja, di tengah pergaulannya harus tetap diawasi.

Nyong dan Nona adalah remaja *broken home* yang mengalami kekerasan mental dari lingkungannya. Dan hal itu, mempengaruhi kehidupan mereka berdua dalam berjemaat dan bermasyarakat. Oleh sebab itu tujuan penelitian ini adalah untuk mencari tahu bagaimana pendampingan pastoral yang tepat bagi remaja yang mengalami masalah kekerasan mental.

“Di dalam tubuh yang sehat, terdapat jiwa yang kuat” secara sederhana, ungkapan ini dapat dipahami sebagai sebuah pepatah klasik di bidang kesehatan, bahwa sejatinya terdapat hubungan erat yang saling tarik-menarik antara kesehatan fisik dan kesehatan jiwa atau mental seseorang, artinya kesehatan fisik akan turut mempengaruhi keadaan psikologi atau kesehatan mental seseorang, demikian pun sebaliknya. Faktanya sebagian besar masyarakat membatasi konsepnya tentang kesehatan hanya pada unsur fisiologis memperhatikan

dan kondisi fisik seseorang. Padahal ada unsur lain yang sekiranya memberi dampak besar terhadap keseluruhan aspek kesehatan dari manusia itu sendiri, satu aspek yang tidak dapat dianggap sebelah mata, yang dapat dikatakan menjadi salah satu penentu baik atau tidaknya kesehatan seseorang, hal itu sebagaimana yang disampaikan di atas, yakni aspek psikologis atau ‘kesehatan mental’.

Mental seseorang tidak terlihat dan tidak disadari oleh orang lain bahkan penderita sakit mental pun tidak menyadari bahwa sedang mengalami gangguan mental. kekerasan terhadap mental seseorang dapat menyebabkan sebuah sakit yang tidak terlihat. Dan berbeda dari penyakit yang menyerang tubuh seseorang, gangguan mental bukanlah penyakit yang mudah terlihat. Seseorang bisa langsung mengetahui apabila ada bagian tubuhnya yang terluka. Tapi, bagaimana seseorang mengetahui apabila ia mengidap depresi atau tekanan mental lainnya? Ciri atau gejala yang mengindikasikan sakit mental akan menyentuh pemikiran, perasaan, perilaku, suasana hati, atau kombinasi di antaranya, yang sangat sulit untuk diidentifikasi dan didiagnosis sebagaimana penyakit pada umumnya. Karena itu tak jarang gangguan mental kerap kali disepelekan. Terbukti bahwa banyak dari mereka yang sebenarnya mengidap gangguan mental namun dianggap oleh lingkungan di sekitarnya sebagai pribadi yang emosional, berlebihan, atau terlalu sensitif.

Kesehatan mental masih menjadi stigma yang buruk dalam kalangan masyarakat Indonesia pada umumnya, mereka yang mengalami gangguan kesehatan mental, sering dicap sebagai ‘orang gila’ atau dalam bahasa masa kini disebut Orang Dalam Gangguan Jiwa (ODGJ). Banyak juga yang menganggap orang dengan masalah kejiwaan adalah orang yang kurang pengetahuan agama dan tidak dekat dengan Tuhan.

Dampak kekerasan mental pada remaja menimbulkan sebuah hal yang tidak bisa dianggap remeh. Di saat seorang remaja mengalami kekerasan mental dari lingkungannya, itu akan berpengaruh dalam masa perkembangannya untuk menemukan jati dirinya. Remaja yang mengalami kekerasan mental akan menjadi sosok yang suka melawan karena tidak bisa mengontrol emosi, perilaku dapat berubah secara tidak wajar, pun mencoba melakukan berbagai kebiasaan buruk. Ini adalah masa peralihan bagi remaja dimana dia mulai mengenal dunia luar dengan keinginan memiliki kebebasan. Perubahan-perubahan jasmani, kepribadian, perkembangan fisik dan emosional mempengaruhi tingkah laku remaja yang sebelumnya saat masih anak-anak belum nyata pengaruhnya. Peran orangtua, lingkungan, dan teman sebaya sangat diperlukan dalam mendampingi pertumbuhan seorang remaja. Tentunya bukan dengan makian ataupun bentuk kekerasan verbal lainnya, melainkan dididik, diberi motivasi dan diperlakukan dengan kasih. Tak lupa menjadi teladan dan penasihat bagi remaja, di tengah pergaulannya harus tetap diawasi.

Nyong dan Nona adalah remaja *broken home* yang mengalami kekerasan mental dari lingkungannya. Dan hal itu, mempengaruhi kehidupan mereka berdua dalam berjemaat dan bermasyarakat. Oleh sebab itu tujuan penelitian ini adalah untuk mencari tahu bagaimana pendampingan pastoral yang tepat bagi remaja yang mengalami masalah kekerasan mental.

A. Pendampingan Pastoral

Pendampingan berasal dari kata “damping”. Menurut Aart Van Beek mendampingi adalah suatu cara untuk membantu orang lain karena suatu alasan atau sebab perlu didampingi. Pendampingan memiliki jangkauan yang lebih luas, mencakup pemberian nasihat dan bimbingan. Pastoral berasal dari bahasa Latin *pastor* atau dalam bahasa Yunani *poimen* yang memiliki arti “gembala”. Istilah pastor dalam praktiknya berarti merawat atau memelihara. Sikap pastoral harus memengaruhi seluruh aspek pelayanan setiap orang yang sudah dirawat oleh Allah secara benar. Dalam pekerjaan pastoral, jangan lupakan kalau kita dipercaya sebagai penggembala domba-domba Allah, yang adalah sesama manusia. Seorang konselor/pastor juga adalah seorang pelayan, dimana ia menjadi seorang yang melayani para konselinya.

Secara komprehensif, pastoral adalah sifat dari pekerjaan pendampingan. Pendampingan pastoral tidak hanya dari manusia kepada manusia secara *horizontal* tapi juga harus mewujudkan aspek *vertikal*, yakni hubungan manusia dengan Allah. Dalam pelayanan, ada beberapa istilah untuk menggambarkan pelayanan pastoral. Tapi yang paling dikenal orang adalah “penggembalaan”. Seperti pendapat Thurneyesen yang dikutip oleh Bons-Storm, penggembalaan merupakan suatu penerapan khusus Injil kepada anggota jemaat secara pribadi, yaitu berita Injil yang dalam khotbah gereja disampaikan kepada semua orang. Menurut Anton Boisen, Teologi pastoral haruslah dipelajari bukan hanya dengan studi teks-teks tapi melalui studi klinisi akan dokumen-dokumen manusiawi yang hidup. Yang dapat menggunakan metode studi kasus, sehingga peneliti dapat membaca dokumen-dokumen manusiawi yang hidup.

Tujuan pendampingan pastoral/penggembalaan, dalam Tata Gereja GMIM 2021 Bab II Pasal 3, dirumuskan:

“1. Tujuan pelayanan penggembalaan adalah agar fungsi Gereja sebagai garam dan terang dunia terpelihara dan bertumbuh dalam setiap kondisi hidup yang teralami oleh Gereja baik sebagai perorangan maupun persekutuan (Mat. 5:13-16).

2. Penggembalaan dilaksanakan dari, oleh dan kepada semua anggota GMIM.

3. Penggembalaan bagi yang bermasalah dilaksanakan dalam jangka waktu 3 (tiga) bulan.”

Pendampingan pastoral mempunyai satu tujuan dasar yaitu membantu orang untuk mengenal kasih sebagai suatu hal yang diterima maupun diberikan.

Aart Van Beek mengatakan bahwa, ada enam fungsi pendampingan pastoral, yaitu:

- Fungsi membimbing, agar tidak tersesat perlu dibimbing atau diarahkan ke jalan yang benar. Keputusan dari masalah, konseli yang mengambil keputusan.
- Fungsi mendamaikan/memperbaiki hubungan, menjadi perantara untuk memperbaiki hubungan yang rusak. Pendamping harus bersifat netral dan bijaksana.
- Fungsi menopang/menyokong, untuk membantu konseli untuk bertahan dengan kehadiran dan sapaan dengan sikap terbuka.
- Fungsi menyembuhkan, memberikan pelayanan untuk menolong sesama yang menderita fisik atau batin dengan kasih sayang dan kepedulian yang tinggi.
- Fungsi mengasuh, mengasuh dalam pertumbuhan emosional, cara berpikir, motivasi, tingkah laku, kehidupan rohani, dan sebagainya.
- Fungsi mengutuhkannya, fungsi utama untuk mengutuhkannya kehidupan manusia di berbagai aspek kehidupannya yaitu fisik, sosial, ekonomi dan spiritual.

Karena melihat dari fakta-fakta masalah yang terjadi kepada klien, dengan fungsi membimbing peneliti memiliki kesempatan untuk mendampingi Konseli 1 maupun Konseli 2 untuk menyelesaikan masalah yang dialami. Abineno mengatakan bahwa pendampingan pastoral ada beberapa bentuk, yakni: percakapan pastoral, kunjungan rumah tangga, tempat-tempat penumpangan, pelayanan pastoral dengan surat dan telepon.

Landasan alkitabiah tentang pendampingan pastoral adalah Mazmur 23:1-6 dan 1 Petrus 5:1-11.

B. Remaja dan Kekerasan Mental

Masa remaja adalah masa peralihan dari masa anak ke masa dewasa, termasuk semua perkembangan yang dialami sebagai persiapan memasuki masa dewasa. Usia yang dapat dikategorikan remaja, dalam

Tata Gereja GMIM tahun 2021 Bab IX Pasal 31 dirumuskan: “*Remaja yang adalah anggota GMIM: Berusia 12 (duabelas) tahun sampai dengan 16 (enam belas) tahun 364 (tiga ratus enam puluh empat) hari ke bawah*”. Pertumbuhan dan perkembangan remaja yang nyata dan terlihat adalah perubahan jasmani. Kemudian dilanjutkan dengan proses perkembangan psikis remaja. Terlihat perubahan-perubahan kepribadian yang terbukti dalam kehidupan dalam bermasyarakat.

Dari berbagai penjelasan tentang remaja, adapun faktor-faktor yang mempengaruhi proses pertumbuhan dan perkembangan remaja, dibagi dalam dua kelompok utama, pertama faktor-faktor di dalam diri remaja itu sendiri, komponen genetik (keturunan) dan kedua faktor-faktor berasal dari luar individu, faktor lingkungan: lingkungan keluarga, lingkungan sosial, lingkungan geografis dan fasilitas-fasilitas yang ada dalam lingkungan seperti: makanan, dan kesempatan belajar.

Mengutip pendapat dari Soerjono Soekanto, bahwa kekerasan (*violence*) adalah penggunaan kekuatan fisik secara paksa terhadap orang atau benda. Bentuk-bentuk kekerasan dibagi dalam dua bentuk, yaitu kekerasan langsung (*direct violent*) dan kekerasan tidak langsung (*indirect violent*). Mental bersangkutan dengan batin dan watak manusia, yang bukan bersifat badan atau tenaga. Kesehatan fisik dan Kesehatan mental memiliki hubungan dimana orang yang memiliki keluhan medis menunjukkan persoalan psikis atau gangguan mental.

Kekerasan mental adalah kekerasan yang dilakukan secara verbal atau lisan. *Mental Abuse* atau kekerasan mental adalah tindakan yang merendahkan diri seseorang yang menjadi korbannya. Kekerasan mental dapat dilakukan oleh siapa saja. Hal-hal atau cara yang masuk dalam aktivitas kekerasan mental tidak ada ukurannya. Dikarenakan setiap orang memiliki kondisi mental yang berbeda-beda. Oleh sebab itu, tidak bisa disamakan ataupun dibedakan. Karena kekerasan mental yang ada, biasanya tidak disadari dan tidak akan terlihat sampai muncul dampaknya.

Kekerasan mental memiliki banyak bentuk, ada yang terlihat dengan jelas tapi juga ada yang tersembunyi dan memang tidak disadari sama sekali. Seperti menghina, mengkritik korban dengan melakukan ejekan yang merendahkan, pembunuhan karakter, mempermalukan di depan umum, meremehkan, dan sebagainya. Memberi ancaman, mengintervensi, memutuskan sesuatu tanpa berdiskusi, marah tiba-tiba, dan sebagainya. Melakukan tuduhan, cemburu buta, membuat orang lain merasa bersalah, dan sebagainya. Mengabaikan kebutuhan emosional seperti menutup komunikasi, melarang untuk bersosialisasi, memberi penolakan, tidak memberikan perhatian, dan tidak melakukan apa pun saat orang lain merasa sedih, menangis dan terluka. Jika dilihat semua hal di atas adalah hal yang dianggap biasa dan sepele bagi orang banyak, tetapi dapat memberikan sakit tak terlihat yang begitu dalam bagi orang lain.

Dampak dari kekerasan yang dirasakan oleh seorang remaja dalam masa peralihannya dari anak ke dewasa, di antaranya: Sulit mengendalikan emosi menutup diri sehingga sulit membangun hubungan dengan orang lain, memiliki kepercayaan diri yang rendah, suka membangkang, merasa tidak berharga serta suka menyalahkan diri, bahkan memiliki ide untuk bunuh diri, kesepian, gangguan tidur, menjadi pula pelaku kekerasan, turunnya prestasi di sekolah, melakukan kenakalan remaja seperti berbohong, membolos, memiliki dan membawa benda yang membahayakan orang lain, bergaul dengan teman yang memberi pengaruh buruk, lari dari rumah, mencuri, menjudi, menipu, percobaan pembunuhan, mabuk alkohol, dan sebagainya. Kekerasan mental yang dilakukan oleh seseorang atau oleh kelompok tidak terjadi secara instan. Atau ada faktor-faktor penyebabnya seperti hilangnya harga diri, tidak bisa mengendalikan emosi, dendam, ataupun sudah menjadi tradisi.

Landasan alkitabiah tentang kekerasan kepada remaja ada dalam Mazmur 34:1-23, Matius 5:17-48, 2 Timotius 1:3-18, dan 1 Petrus 3:8-12. Serta gambarannya dilihat dari tokoh alkitab seperti kisah Hagar dan Yesus.

METODE

Metode penelitian yang digunakan dalam proses penelitian ini, yakni menggunakan pendekatan Kualitatif dengan spesifikasi metode studi kasus sebagai metode yang digunakan dalam penelitian serta dalam penulisan karya ilmiah. Metode studi kasus adalah strategi yang lebih cocok bila pokok pertanyaan suatu penelitian berkenaan dengan "how" atau "why". Metode yang menggunakan pendekatan "Studi Kasus" ini juga ditujukan bagi suatu kepentingan gereja untuk mengembangkan pelayanan kepada mereka yang mengalami adanya suatu masalah dalam hidup yang penuh berbagai rintangan, sehingga seseorang mampu melakukan suatu penelitian dengan kasus yang dapat membantu seseorang dalam pelayanan bagi sesama.

Tujuan dari Metode Studi Kasus (MSK) yakni menggambarkan situasi individu, sehingga dalam metode penelitian ini peneliti akan mencoba menggambarkan secara spesifik mengenai situasi yang dialami oleh individu yang adalah subjek penelitian, mengidentifikasi masalah pokok pada suatu kasus, sehingga peneliti bisa melakukan identifikasi berbagai masalah dan menentukan masalah yang menjadi masalah utamanya, menganalisa kasus menggunakan konsep teoritis, teori yang dipakai masih relevan dari bidang disiplin ilmu tertentu, merekomendasikan tindakan yang bisa menjadi penyelesaian dari suatu kasus, atau bisa dikatakan peneliti bisa merekomendasikan solusi atas masalah yang menjadi penyebab suatu kasus.

Metode Studi Kasus ini memiliki tahapan-tahapan yaitu deskripsi, analisis, interpretasi dan aksi pastoral yang berisi tentang kegiatan pastoral yang dilakukan. Deskripsi dilakukan dengan jelas dan detail dari kasus yang diangkat. Analisis yang dilakukan harus tepat sesuai dengan masalah yang terjadi, dari aspek psikologi yang menjelaskan perkembangan psikologi yang dialami seseorang yang memiliki masalah, aspek ekonomi tentang perekonomian yang dimiliki seperti kebutuhan keseharian dan pekerjaan, aspek sosial budaya perihal bergaul dalam kehidupan bersosial atau bermasyarakat dan aspek teologi berbicara tentang kepribadian seseorang yang mengandalkan Tuhan dalam setiap aspek kehidupan. Interpretasi dilakukan bertujuan untuk mengerti baik dari segi refleksi teologis dari kasus yang diteliti dengan adanya penafsiran alkitab. Aksi pastoral adalah bagaimana konselor melaksanakan perkunjungan kepada konseli, serta diharapkan konselor mampu membangun relasi yang baik kepada konseli,

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Lokasi penelitian berada di Jemaat GMIM Kasih Karunia Pancuran 9 Sea Satu yang terdiri dari 4 kolom dengan jumlah keluarga 85 KK dan memiliki anggota jemaat sebanyak 258 orang. Dalam hal ini, remaja di jemaat ini ada 14 orang. Pendampingan harus memiliki jangkauan yang luas, mencakup pemberian nasihat dan bimbingan, maka dari hasil penelitian, peneliti menemukan ternyata Jemaat GMIM Kasih Karunia Pancuran 9 Sea Satu hanya melaksanakan program pendampingan seperti kunjungan orang sakit dan kunjungan hari ulang tahun untuk keluarga yang menghubungi. Dan untuk pendampingan pengembalaan hanya sebatas katekisasi calon sidi jemaat, katekisasi calon orangtua baptisan dan katekisasi nikah. Untuk program gereja tentang pendampingan pastoral yang melakukan bentuk pengembalaan seperti perkunjungan di rumah-rumah anggota jemaat ataupun mengundang jemaat yang rindu untuk didoakan karena memiliki pergumulan hidup, belum dilaksanakan.

Menurut hasil percakapan bersama Pendeta, pendampingan pastoral belum dimasukkan ke dalam program kerja jemaat. Walaupun memang prosesnya berjalan. Tetapi belum maksimal, karena kurangnya kesadaran dari pelayan khusus yang ada di kolom, tapi juga kurangnya kesadaran dari jemaat yang masih kaku untuk datang kepada pendeta. Lewat percakapan bersama Penatua Remaja, memang masih belum ada kesadaran dari pelayan khusus, terlebih pembina remaja kepada remaja yang mengalami kekerasan mental. Padahal itu sudah diperlihatkan oleh remaja dengan perubahan perilaku.

Nona (nama samaran) adalah seorang remaja perempuan. Dia adalah anak *broken home* korban perceraian ayah dan ibunya. Ia hidup berkecukupan dan mendapatkan semua kebutuhannya, ia tinggal bersama adik ibunya juga oma dan opa dari ibunya, dikarenakan ibunya bekerja di luar kota. Semenjak perceraian orangtuanya, Nona sudah tidak lagi intens bertemu dengan ayahnya. Karena ayahnya sudah menikah lagi dan memiliki seorang anak. Nona mengalami kekerasan mental dari lingkungannya, bahkan pun dalam keluarganya. Ia terlihat sangat ceria dan terbuka walaupun kerap kali diberi ejekan lewat gurauan, ataupun bentakan dan kata-kata yang seharusnya tidak diucapkan oleh orang-orang di sekitarnya. Awalnya Nona meresponnya dengan tenang dan dibalas dengan gurauan juga, ataupun cuek saja padahal di dalam hatinya terdapat sakit yang dalam namun para pelaku terus-menerus melontarkan kalimat yang menekan mentalnya, sampai dia tidak merasa nyaman dan menahan perasaannya. Nona pun pernah mendapatkan kalimat yang tidak mengenakkan dari orang di rumahnya sendiri. Tidak terlihat menderita, namun perubahan sikap yang dialami oleh Nona mulai terlihat. Hal itu dikarenakan kekerasan mental yang dia alami.

Kekerasan mental yang dialami Nona membuat dia sedikit tertutup dan membatasi diri dengan lingkungan tempat ia tinggal yang memang tahu tentang permasalahan ayah dan ibunya bahkan teman sebayanya, ia hanya terbuka dengan dua temannya yang juga memiliki keadaan yang sama dengan dirinya, yaitu anak *broken home*. Nona sudah tidak aktif lagi dalam ibadah remaja, bahkanpun dengan kegiatan sosial lainnya di lingkungan tempat tinggal. Ia juga membatasi hubungannya beberapa waktu untuk berkomunikasi dengan ayahnya. Teman sebayanya berusaha memberikan motivasi dan penguatan bagi Nona, sulit baginya untuk terbuka seperti dulu, Nona lebih ingin bergaul dengan teman-teman sekolahnya yang tidak tahu tentang masalah keluarganya juga ia lebih memilih menyembunyikan "sakit" itu dibandingkan mencurahkan isi hatinya, karena baginya tidak ada tempat yang bisa ia percaya. Walau terkadang kesedihannya tidak bisa disembunyikan, Nona pun menangis sendiri. Nona menyadari sikap itu tidak baik, dan perlahan ia ingin kembali menjadi dirinya yang dulu, tapi masih ada yang menghambatnya.

Dalam aksi pastoral bersama Nona, peneliti melihat kekerasan mental yang ia alami lewat tuduhan, bentakan dan hinaan yang ia dapat dari dalam dan luar rumah. Awalnya Nona menganggap biasa bentakan dan hinaan yang para pelaku berikan walaupun ia menyimpan sakit di dalamnya. Dengan perlakuan pelaku, Nona menjadi lebih sensitif, walaupun tidak dikatakan langsung kepadanya ia merasa seperti perkataan itu tujuannya diberikan untuk dirinya. Nona juga seringkali merasa takut dan tidak nyaman. Sehingga sikap Nona mulai berubah menjadi tertutup. Nona sulit percaya kepada orang lain yang ada di lingkungan tempat ia tinggal juga keluarganya. Walaupun berat bagi Nona, ia memiliki teman-teman yang selalu ada baginya.

Nyong (nama samaran) adalah seorang remaja laki-laki. Dia sangat aktif dalam kegiatan-kegiatan di gereja dan masyarakat. Dia juga adalah anak *broken home* karena perselingkuhan ayahnya dengan orangtua baptisnya. Dan sekarang dia tinggal bersama dengan Ibu dan Ayah sambungnya. Nyong memiliki dua orang kakak, namun kedua kakak-nya tidak tinggal bersama mereka. Salah satu kakak Nyong adalah mantan Narapidana. Nyong memiliki kepribadian yang lembut, humoris, pintar bergaul dan hidup dalam keluarga yang berkecukupan serta rajin dalam kegiatan pelayanan dan kemasyarakatan.

Nyong mengalami kekerasan mental yang dilakukan oleh keluarganya dan bertambah dari lingkungannya. Menurut Nyong, dia adalah pelampiasan setiap kemarahan orangtuanya dan seharusnya ada masalah yang tidak

harus orangtua mendengarkan kepada anak. Tetapi di lingkungan sekitarnya orang-orang merendhkannya mungkin karena ia ada dalam keluarga yang berantakan. Dalam pergaulannya, ia seringkali berani untuk mengatakan perasaan yang ia alami, namun teman-temannya tidak menganggap perkataan Nyong itu serius, mereka berpikir itu hanya sesuatu yang tidak penting dan lalu begitu saja. Di rumah, awalnya Nyong hanya diam menyimpan sakit hatinya, namun karena ia sadar bahwa kesehatan mental itu penting, Nyong berani untuk menyampaikan kepada ibunya perasaannya selama ini. Nyong merasa terganggu dan sedih namun dia berusaha untuk menyemangati dirinya sendiri agar tidak larut dalam kesedihan. Nyong selalu memiliki pola pikir yang baik tentang pergumulannya, walaupun keluarganya berantakan tapi mereka berusaha memberikan kasih sayang baginya. Walaupun Nyong pernah membatasi diri dengan orang lain dan merasa takut untuk mencoba, tapi sekarang jikalau sering kali ada pikiran yang membawa Nyong mengingat tentang masalah keluarganya dulu, Nyong tidak menutup diri dan mencari kasih sayang di luar keluarga seperti teman-teman sebayanya. Nyong tetap terus aktif dalam berkegiatan. Dia terlihat *enjoy* dalam hari-harinya walaupun memang tidak bisa dibohongi perasaannya sakit, seringkali terpikir masa lalunya yang menghancurkan mentalnya, tapi dia menutupinya dengan keceriaannya dan terus sadar bahwa walaupun orangtuanya sudah tidak hidup bersama namun mereka tetap menjalankan tugas dan bertanggung jawab atas dirinya, sehingga apapun omongan dan perlakuan orang lain, sudah tidak dihiraukan oleh Nyong lagi. Sebab ia merasa permasalahan yang ia alami adalah kekuatan baginya untuk menjalani kehidupan yang keras ini.

Hasil percakapan pastoral bersama Nyong, peneliti dapati Nyong sering diberikan kata-kata yang seharusnya tidak diberikan oleh orangtua kepada anaknya, juga perkataan yang tidak seharusnya ia dengar dari orang-orang di sekitarnya. Nyong merasa terganggu dengan apa yang ia alami sudah lama ini. Namun Nyong berusaha memotivasi dirinya dan menanggapi dengan tenang dan tetap percaya orangtuanya pasti menyayangnya. Dia membuka dirinya kembali dan melakukan aktivitas setiap harinya juga membiasakan diri dengan perkataan orang yang mungkin menyakitkan hatinya dan tetap menyerahkan pergumulannya kepada Tuhan agar dia terus diberi kekuatan menjalani kehidupan.

Pembahasan

Ketika mengalami masalah, Nona menjadi tertutup dan menderita sehingga kesehatan mentalnya terganggu. Kejadian yang ada membuat perilaku Nona berubah, menjadi sensitif, kurang terbuka akan perasaannya dan membatasi diri dengan orang lain. Keluarga Nona memiliki status finansial yang berkecukupan, Nona selalu mendapatkan apa yang dia inginkan. Namun walaupun ia memiliki yang ia inginkan, tetap saja dia tidak bahagia. Nona dapat dilihat baik dan sangat ceria. Tetapi ketika Nona mengalami kekerasan mental dia mulai tertutup dan memilih orang-orang tertentu untuk bergaul. Nona hidup dalam keluarga Kristen yang aktif dalam persekutuan, walaupun memang masalah yang dialami oleh orangtua Nona, adalah hal yang tidak dikehendaki oleh Tuhan. Namun Nona selalu bersekutu dengan Tuhan dan sangat rajin mengikuti kegiatan remaja. Saat Nona mengalami kekerasan secara verbal, Nona mulai tidak aktif lagi berkegiatan di gereja. Namun rasa percaya serta iman Nona tidak goyah, Nona tetap bersekutu dan selalu berdoa kepada Tuhan secara pribadi. Dan menyadari dia tidak lagi aktif seperti dahulu.

Dalam 2 Timotius 1:7 mengatakan jangan takut dengan pergumulan yang dialami, tetaplah mengasihi. Di ayat ini Paulus mau mengatakan pada Timotius bahwa Allah tidak memberikan roh ketakutan, yang artinya tidak boleh merasa takut dengan apa yang akan dialami. Ayat ini juga mau memberikan penguatan dan penegasan bahwa Allah memberikan roh yang membangkitkan kekuatan, kasih dan ketertiban. Ketiga roh yang dianugerahkan Allah, bermaksud agar percaya mampu melewati semua gumul dan proses kehidupan, baik dalam kondisi suka maupun duka. Dapat dilihat dari penjelasan di atas bahwa sebagai umat Tuhan, Ia mau umat-Nya bangkit dari situasi yang buruk dan tetap memiliki kasih kepada musuh atau pelaku yang melakukan kekerasan mental. Karena dengan melakukan kehendak-Nya maka pasti akan mendapatkan sukacita dan memenangkan pergumulan yang dihadapi.

Kekerasan mental yang dialami oleh Nyong, membuat awalnya dia merasa terganggu dan sedih, namun itu hanya terjadi sementara. Selanjutnya Nyong tenang, menguatkan dan memotivasi diri serta tidak menghiraukan lagi perkataan orang. Walaupun orangtuanya berpisah, namun tetap memberikan tanggung jawab kepada Nyong dan kakak-kakaknya. Nyong masih bisa bersekolah dan mendapat kebutuhannya. Pribadi yang *easy going* membuat Nyong bergaul dengan baik dan diterima dalam masyarakat dan jemaat. Walaupun Nyong mengalami kekerasan mental dia membawa itu sebagai penyemangatnya dalam hidup agar dia boleh lebih kuat dan kelak dia bisa hidup lebih baik. Pasca perceraian orangtuanya, keluarga Nyong lebih rajin lagi menjalin relasi yang baik dengan Tuhan. Nyong tetap rajin beribadah, dan aktif dalam kegiatan di gereja dan masyarakat. Walaupun Nyong mengalami kekerasan mental, Nyong tetap memelihara imannya kepada Tuhan yang selalu menguatkannya melewati segala permasalahan hidup.

Kasihilah sesamamu, jangan saling menyakiti. Itulah yang dikatakan dalam 1 Petrus 3:8. Dalam kehidupan berjemaat dan bermasyarakat keluarga berperan penting dalam membina dan menolong anak untuk bertumbuh. Karena keluarga adalah tempat pendidikan awal dan permulaan yang penting. Dalam pendidikan pertama yang berperan sebagai guru yang menuntun, yang mengajar dan pemimpin yang memberikan teladan. Han menganugerahkan keluarga agar dapat saling menyayangi dan hidup sehidup semati. Demikian juga dengan kehidupan dari pelaku yang telah melakukan tindakan kekerasan mental, terlebih bagi seorang remaja jika tidak memahami arti sebenarnya dari kasih tersebut maka tidak dipungkiri manusia akan selalu melakukan tindakan yang tidak berkenan di hadapan Tuhan. Tetapi jika dia telah mengenal firman dan mau taat serta hidup dalam kasih, dengan tuntunan Roh Kudus juga dia pasti bisa sadar dan dengan perubahan sikap dan tindakan kepada korban kekerasan mental pun akan membawa dampak yang positif dan terlebih kehidupan akan semakin bertumbuh dalam iman kasih dan pengharapan kepada Tuhan.

Dari kedua percakapan pastoral dengan Konseli I dan Konseli II, peneliti menyimpulkan keduanya mengalami kekerasan mental sehari-hari. Kekerasan mental yang dialami oleh konseli 1 dan konseli 2 tampak sama, karena mereka mendapat hinaan, bentakan, dan makian dari para pelaku yang dapat menghancurkan mental mereka sehingga emosional mereka sebagai seorang remaja menjadi tidak terarah. Para pelakunya pun sama, yakni dari dalam rumah dan dari lingkungan sekitar. Para konseli merasa rumah bukan sebagai tempat yang nyaman untuk mereka pulang, tetapi teman-temanlah yang membuat mereka nyaman untuk bercerita masalah yang mereka alami. Perbedaan yang peneliti dapati adalah cara konseli 1 dan konseli 2 menanggapi masalah mereka, Konseli 1 lebih menjadi tertutup dan tidak melakukan interaksi dengan lingkungannya lagi. Sedangkan konseli 2 menjadikan apa yang ia alami lewat kekerasan mental yang orang lain berikan itu sebagai motivasi dirinya untuk lebih kuat menjalani kehidupannya. Mereka mendapatkan kasih sayang dari keluarga mereka, namun mungkin caranya yang tidak sesuai dengan apa yang mereka harapkan. Juga mereka memiliki teman-teman yang setia menjadi pendengar yang baik. Menurut peneliti, dengan pendampingan pastoral kepada kedua konseli ini membuat mereka semakin kuat dan menjadi pribadi yang lebih terbuka.

SIMPULAN

Allah yang kita kenal dan imani adalah Kasih. Kasih merupakan salah satu hakikat Allah, sehingga tindakan kasih adalah hal mutlak yang Ia lakukan. Kasih Allah itu mencapai puncaknya dalam sejarah keselamatan manusia melalui inkarnasi dari Yesus Kristus untuk menyelamatkan setiap orang percaya. Sekali lagi bahwa Allah adalah Kasih, sehingga semua yang dipikirkan dan dilakukan Allah semata-mata lahir dari kasih-Nya. Dengan demikian jelas bahwa Kasih yang sejati adalah dari Allah, bukan hasil konsepsi dari manusia. Namun manusia turut terhisap di dalamnya melalui konsep *Imago Dei* itu, sehingga semua manusia pada dasarnya bisa membagikan kasih kepada sesama, melalui pikiran, perkataan, dan perbuatannya. Sehingga harusnya kasih Allah akan menjadi dasar ketaatan setiap umat manusia, yang kemudian akan mendasari kehidupan kasih terhadap sesama, dan konsekuensi selanjutnya adalah kasih Allah ini akan menjadi teladan dalam menjalani kehidupan dalam kasih dengan sesama.

Pendampingan Pastoral akan menjadi medium yang paling efektif untuk merangkul, dan mengarahkan Nyong dan Nona, untuk meletakkan *point of view* yang baru, atau mem*framing* kembali, permasalahan hidup mereka secara berbeda dan positif. Saat lingkungan sekitar mereka mengejek dan menjauhi mereka, konselor hadir dengan fungsinya untuk menopang dan menyokong mereka. Saat mereka mulai mempersalahkan keluarga, atau pihak-pihak tertentu yang mengakibatkan mereka jadi seperti saat ini, konselor hadir dengan fungsinya untuk mendamaikan, mengutuhkan dan memperbaiki hubungan. Saat mereka merasa terlalu pahit, terlalu sakit, dan terlalu kejam realita yang harus mereka hadapi, konselor hadir dengan fungsinya untuk menyembuhkan. Dan di saat mereka merasakan kebuntuan hidup, tak tahu arah langkah lagi, konseling pastoral hadir untuk membimbing dan mengarahkan berdasarkan kebenaran firman Tuhan.

Yang pertama bahwa pendampingan pastoral bagi remaja yang mengalami kekerasan mental itu penting. Peran dari pelayan khusus yang masih kurang dalam melakukan pendampingan kepada remaja korban kekerasan mental. Khususnya dalam bentuk percakapan pastoral atau perkunjungan rumah tangga bagi remaja. Peran orangtua juga sangat berpengaruh penting dalam memberikan pendampingan, dukungan dan perhatian, tapi juga agar lebih “mengetahui” anak. Namun yang tidak kalah penting, lingkungan tempat tinggal dan tempat bergaul yang sangat mempengaruhi perilaku dari remaja. Sehingga teman sebaya, yang akan menjadi tempat untuk berbagi cerita dan obat penawar luka. Terlebih dahulu harus mengenal, kemudian membuat pendekatan, sehingga bisa mengetahui lebih dalam kepribadian bahkanpun masalah pribadi yang dialami. Jika tidak, maka akan terlihat baik-baik saja, karena sakit yang dialami akibat kekerasan mental, tidak akan terlihat layaknya sakit fisik. Namun jika sudah mengenal kepribadian remaja tersebut, akan dengan mudah mengetahuinya, seperti perubahan perilaku.

Saat melaksanakan pendampingan bagi korban kekerasan mental, yang dalam hal ini adalah remaja, perlu untuk tidak memaksa menjawab pertanyaan, namun biarlah percakapan terus mengalir dengan kalimat yang bisa menenangkan, bahkan sentuhan fisik, seperti usapan, belaian ataupun pelukan sehingga remaja merasa nyaman dan mempercayai sang konselor, konselor harus menjadi layaknya teman dari konseli lalu bisa terbuka untuk berbicara. Setelah konseli berbicara, biarlah konselor terus mendengar dan memperhatikan. Lalu menanggapi dengan rasa simpati, tanpa men*judge* namun dengan nasihat.

Remaja yang mengalami kekerasan mental akan menjadi lebih sensitif dan takut. Oleh sebab itu peneliti memilih salah satu fungsi untuk dipakai dalam pendampingan pastoral bagi remaja yang mengalami kekerasan mental, yakni Fungsi Membimbing. Dengan fakta-fakta masalah yang terjadi kepada konseli, fungsi membimbing yang peneliti pakai, memiliki kesempatan untuk mendampingi Konseli 1 maupun Konseli 2 untuk menyelesaikan masalah yang dialami.

Pendampingan pastoral bisa dilakukan oleh setiap orang, bukan hanya seorang pendeta atau pelayan khusus tetapi kita sebagai orang yang percaya dapat membantu seseorang dalam menghadapi suatu masalah yang terjadi dalam kehidupannya. Dengan adanya pelayanan pendampingan pastoral yang dilakukan dapat memberikan solusi dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi dengan adanya pertolongan yang merupakan bentuk saling menolong dan peduli antar sesama manusia. Karena dengan memberikan suatu pelayanan lewat pendampingan bagi remaja, mereka dapat membentuk sikap mereka ke arah yang lebih baik dari sebelumnya, dan membantu pertumbuhan mereka untuk mencari jati diri menjadi lebih dewasa dalam iman, pengharapan dan kasih di dalam Tuhan, untuk berakar, bertumbuh dan berbuah bagi Kristus.

Harus ada perhatian lebih dari gereja, dalam hal ini pelayan khusus tentang bagaimana merangkul anak-anak remaja dengan perkunjungan di rumah-rumah, tapi juga pendekatan dengan orangtua. Gereja memberi perhatian secara konkrit dengan membuat Komisi Pastoral di Kolom, Jemaat, Wilayah dan Sinode. Dan membuat Pelatihan CPE (Clinical Pastoral Education). Selain itu pastoral pula tidak hanya dijadikan sebagai medium penanganan, yang berupaya “mengobati” dan menyembuhkan para korban penderita kekerasan mental,

namun bagaimana kehadiran pastoral dapat mengupayakan langkah-langkah preventif untuk menangkal, meminimalisir, bahkan berusaha memastikan supaya tidak terjadi lagi praktek-praktek kekerasan mental dengan alasan apapun. Upaya pengembalaan tidak hanya dilakukan kepada mereka yang disebut “korban”, tetapi terlebih dahulu kepada semua warga jemaat, yang nantinya berpotensi menjadi “pelaku” bahkan “korban” itu sendiri.

Pastoral akan menyentuh bidang pengajaran, uraian refleksi ini pula hendaknya bisa menjadi bahan pengajaran yang mampu membuka kerangka berpikir setiap warga jemaat, sehingga tidak mengabaikan dan menganggap enteng kesehatan mental setiap orang melalui tindakan kekerasan mental. Tema-tema seperti ini dirasa perlu menjadi salah satu usulan topik dalam setiap kegiatan yang berkaitan dengan pengajaran dan pembinaan iman setiap warga gereja seperti katekisasi, workshop, *spritual formation*, *ret-ret*, *Bible Camp*, dll. Orangtua harus lebih mengenal dan memberi perhatian secara psikis bagi anak sesuai dengan tanggungjawab, menegur dengan kasih dan memperhatikan lingkungan sekitar. Gereja melalui komisi pelayanan remaja, harus lebih peka dengan perubahan perilaku dari remaja. Juga bisa membuat seminar atau kegiatan yang menjelaskan tentang pentingnya kesehatan mental bagi remaja.

Bagi lembaga pendidikan teologi untuk membuat Institut Pastoral atau Jurusan Pastoral agar hendaknya terus dikembangkan untuk menghasilkan teolog yang bermutu dan mempunyai hati seorang gembala yang melayani. Masyarakat harus membantu pelayan khusus dan orang tua untuk mengawasi perilaku remaja sebagai korban, tapi juga para pelaku kekerasan mental bagi remaja. Bagi para korban kekerasan mental untuk selalu mengampuni pelaku, terbuka dengan perasaan yang dialami, melarikan diri dalam hal positif, memotivasi diri, berani untuk berbicara dan bangkit dari keterpurukan serta jangan membuat orang lain merasakan hal yang sama. Untuk para peneliti lainnya yang tertarik untuk melakukan penelitian di bidang ini, besar harapan penelitian ini menjadi gambaran dan informasi yang membantu.

DAFTAR PUSTAKA

- Abineno, J. L. Ch. *Pedoman Praktis Untuk Pelayanan Pastoral* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2010).
 Campbell, Alstair. *Profesionalisme dan Pendampingan Pastoral* (Yogyakarta: BPK Gunung Mulia, 1994).
 Engel, Jacob Daan. *Pendampingan Keindonesiaan* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2020).
 Fauzi, *Menguatkan Peran Keluarga dalam Ekosistem Pendidikan* (Purwokerto: STAIN Press, 2021).
 GMIM, Badan Pekerja Majelis Sinode. *Tata Gereja 2021* (Tomohon: BPMS GMIM, 2021).
 Gunarsa, Gunarsa, Y. Singgih D. dan Singgih D. *Psikologi Remaja* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 1991).
 Prastowo, Andi. *Memahami Metode-Metode Penelitian* (Jogjakarta: AR-Ruzz, Media, 2016).
 Singgih, Emmanuel Gerrit. *Teologi dan Praksis Pastoral* (Yogyakarta: Kanisius, 1992).
 Storm, M. Bons. *Apakah Pengembalaan Itu?* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 1979).
 Van Beek, Aart. *Pendampingan pastoral* (Jakarta: Gunung Mulia, 2001).
 Evo Templates, Tim redaksi. *Pengertian dan Bentuk Kekerasan Sosial* <https://rangkumanmateriips.blogspot.com/2014/10/pengertian-dan-bentuk-kekerasan-sosial.html>.
 Rabbani, Aletheia. *Pengertian Kekerasan Menurut Ahli* <https://www.sosiologi79.com/2017/04/pengertian-kekerasan-menurut-ahli.html>.
 Salma, *Penelitian Studi Kasus* <https://www.duniadosen.com/penelitian-studi-kasus/>.
 Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset dan Teknologi Republik Indonesia, Pengembangan dan Pembinaan Bahasa. *Kamus Besar Bahasa Indonesia Daring* <https://kbbi.kemdikbud.go.id/entri/sehat.com>