

TELAAH BUKU KE-3
LPP SINODE GKJ-GKI SW JATENG
4 Maret 2022 – Zoom Meeting

Judul Buku:

Pendampingan Pastoral bagi Anak-anak yang Berduka

Penulis:

Dr. Rini Handayani, S.SiTheol, MEd

Penerbit / Tahun Terbit

BPK Gunung Mulia, Jakarta / 2022

Penelaah:

Pdt. Murtini Hehanussa (LPP Sinode)



PENDAHULUAN

Tidak banyak buku yang ditulis khusus untuk anak-anak, termasuk buku-buku pastoral. Oleh karena itu kita patut bersyukur kepada Tuhan dan memberikan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada penulis atas terbitnya buku ini. Kiranya buku ini memberikan inspirasi bagi penulis dan kita semua untuk menulis buku-buku selanjutnya yang memberikan perhatian kepada anak-anak. Penulis menyatakan kiranya buku ini “dapat menjadi Langkah awal untuk menolong para orang dewasa menghadapi anak yang sedang berduka” (vii).

Masa kanak-kanak adalah masa yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Masa kanak-kanak adalah saat di mana seorang manusia dibentuk dalam keutuhannya, baik secara fisik, mental maupun spiritual. Masa anak-anak adalah masa emas (*golden ages*) bagi setiap orang. Apa yang dialami oleh seseorang di masa kanak-kanak akan memberikan dampak yang sangat besar bagi tahapan kehidupan selanjutnya. Oleh karena itu mengintervensi hidup kanak-kanak dengan cinta adalah salah satu tugas panggilan kita semua, secara khusus tatkala mereka sedang mengalami duka.

Oleh Penulis, buku ini diperuntukkan bagi para orangtua, mahasiswa teologi yang dipersiapkan untuk terjun ke dalam pelayanan jemaat, orang dewasa dan anggota gereja yang peduli kepada anak-anak yang berduka dan masyarakat secara umum (4-5). Oleh karena itu buku ini sengaja ditulis dalam kalimat yang sangat sederhana dan mudah dipahami oleh siapa pun, dan tidak memakai kaidah-kaidah akademis pada umumnya (daftar Pustaka, rujukan pada buku-buku ilmiah yang sudah ada). Buku ini tampaknya adalah buah dari pengalaman karya konseling pastoral yang selama ini telah digeluti penulis (8), serta pengamatan penulis atas kehidupan anak-anak yang berduka.

POKOK-POKOK ISI BUKU

Pendampingan pastoral juga perlu dilakukan untuk anak-anak. Pendampingan pastoral adalah upaya seseorang untuk hadir secara utuh, agar orang yang didampingi dapat mengalami perjumpaan batin dengan Tuhan dan mampu mengambil keputusan hidup yang membuatnya jauh lebih dari situasi sebelumnya (v).

Ada beberapa tantangan yang dihadapi tatkala melayani anak-anak. Pertama, tidak semua orang dewasa memahami hati anak-anak. Kedua, terdapat stigma bahwa anak-anak itu “tidak tahu apa-apa”. Ketiga, anak-anak tidak mudah mengatakan tentang apa yang sedang ia rasakan, apa penyebab kesedihan yang ia rasakan. (v)

Kedukaan

Kedukaan adalah perasaan sedih yang mendalam, perasaan kehilangan karena sesuatu yang sebelumnya ada, kemudian secara tiba-tiba tidak lagi ada (vi, 2). Setiap orang bisa mengalami duka karena kehilangan benda kesayangan, binatang kesayangan, kehilangan kesempatan, kehilangan kesehatan, kehilangan harapan bahkan kehilangan orang yang dicintai karena kematian. Hal tersebut juga bisa dialami oleh anak-anak. Anak bayi sekalipun sudah bisa merasakan duka. Itulah sebabnya seorang bayi menangis saat dilahirkan atau saat dipaksa berhenti minum saat sedang asyik menikmati ASI. Orang dewasa perlu memahami bahwa dalam keadaan tidak nyaman itulah anak-anak merasakan kedukaan dan membutuhkan penjelasan mengenai situasi yang mereka alami.

Kehilangan melalui kematian yang disaksikan anak tentu juga akan meninggalkan banyak pertanyaan yang hampir tidak terdeteksi oleh orang dewasa (3). Dalam kondisi seperti itu anak-anak butuh penjelasan secara jujur. Sejak usia 1 tahun, anak-anak sudah bisa menerima informasi jujur dari orang dewasa mengenai peristiwa kematian yang mereka lihat (4).

Kedalaman duka yang dialami anak-anak mungkin saja tidak terlihat, tetapi kita tidak boleh mengabaikannya. Kita perlu mengenal kedukaan anak, mendampingi, dan membimbingnya untuk mengenali rasa duka yang ia rasakan (vi), dan untuk memberikan pengertian yang tepat tentang rasa kehilangan, tentang kematian manusia, tentang surga dan tentang kehidupan (68).

Orang yang mengalami dukacita membutuhkan perhatian khusus. Anak yang mengalami kedukaan membutuhkan kehadiran orang dewasa secara utuh dan penuh cinta sehingga dampak negatif dari perasaan kehilangan dapat diminimalisir. Pendampingan semacam itu tidak hanya bermanfaat bagi anak-anak tetapi juga menolong orang dewasa yang melakukan pertolongan tersebut untuk mengatasi duka yang pernah dialami. Kalau semua itu bisa dilakukan dengan baik, maka anak-anak akan mampu mengerti dan mampu mengolah rasa duka dengan baik sehingga mereka akan bertumbuh menjadi pribadi yang sehat dan tangguh, yang mampu menemukan kebaikan Tuhan di tengah situasi hidup yang tidak selalu baik. Mereka pun akan tumbuh menjadi pribadi yang peduli, yang mampu berempati kepada orang lain.

Alvi & Proses Pendampingan Pastoral

Dalam membahas bagaimana proses dan pendampingan kedukaan itu terjadi, penulis membagikan pengalaman seorang anak bernama Alvi, seorang anak perempuan berusia 2 tahun. Akhir Maret 2017 Alvi berduka karena ditinggal oleh mamanya (mama Ghek) karena

kanker yang didiagnosa 3 bulan sebelumnya. Mama Ghek pergi begitu sangat cepat dan membuat segenap keluarganya tidak siap menghadapi kehilangan. Mereka sangat berduka dan bingung harus mengatakan apa kepada Alvi. Kata yang mereka ucapkan kepada Alvi adalah bahwa mama sedang bobok. Perkataan tersebut ternyata membuat Alvi terus menunggu mamanya bisa bangun dan beraktivitas bersamanya lagi.

Melihat realitas seperti itu keluarga tersadar bahwa mereka perlu menyampaikan pengertian yang benar kepada Alvi. Satu Minggu setelah kematian Mama Ghek dan hampir semua keluarga pulih dari kedukaan, keluarga memutuskan untuk menceritakan yang sesungguhnya. Ada beberapa proses yang mereka jalankan ketika memberikan pemahaman tentang konsep kematian:

Tahap I: Bercerita tentang rumah di dunia

- a. Persiapan keluarga yang akan melakukan pendampingan – doa
- b. Keluarga (papa atau anggota keluarga lainnya) menyampaikan kepada Alvi pengertian tentang rumah di dunia dalam bentuk cerita dialogis minimal 2 kali seminggu.
- c. Tidak dianjurkan mengulangi cerita setiap hari berturut-turut, tapi dengan jeda (misalnya Senin dan Rabu). Tujuannya: agar anak bisa mengendapkan cerita tersebut melalui proses kerja otaknya.
- d. Waktu yang tepat untuk menyampaikan cerita: sebelum tidur atau sesaat setelah bangun tidur (?) karena kedua waktu tersebut tepat bagi anak untuk menerima pengajaran. Yang penting: berceritalah dengan penuh cinta agar anak menganggap bahwa setiap yang disampaikan oleh orang dewasa adalah penting dan berharga untuk didengarkan.
- e. Berceritalah dengan gaya bahasa yang dipakai anak.

Penulis memberikan contoh bagaimana bercerita secara dialogis tentang rumah di dunia (15).

Tahap II: Bercerita tentang rumah di surga

1. Pendamping (diutamakan: papa, atau yang lainnya) mempersiapkan diri berdoa sebelum bercerita.
2. Waktu bercerita: pada pagi setelah bangun tidur atau pada sore hari saat bersantai sambil minum teh.
3. Berceritalah dengan gaya bahasa yang dipakai anak.
4. Berikan jeda satu hari sebelum mengulang cerita

Penulis memberikan contoh bagaimana bercerita secara dialogis tentang rumah di surga (18-20)

Penulis juga memberikan Saran Jadwal Pendampingan (21-24)

Dalam saran tersebut ada pengamatan yang mesti dilakukan terhadap anak yang didampingi, yaitu pengamatan perilaku yang mungkin muncul: menangis, rewel, berteriak-teriak, tiba-tiba diam, mencari keluarga yang meninggal. Catatan: Kalau anak menangis atau berteriak, maka peluklah anak itu agar tenang, jangan memintanya berhenti menangis atau berhenti berteriak. Pahami bahwa anak itu sedang melampiaskan kedukaan yang tidak bisa ia ungkapkan dengan kata-kata.

Pemberian pemahaman tentang kematian tersebut bisa diulangi minimal selama 2 bulan sambil terus mengamati kondisi dan perilaku anak.

Ketika Anak Bertanya

Ketika seorang anak berhadapan dengan peti jenazah di mana di situ terbaring orang yang disayanginya, maka ada banyak tanya yang bergelayut di benaknya. Orang dewasa mesti memberikan jawaban/penjelasan yang jujur mengenai apa yang terjadi. Hindari untuk memberikan penjelasan yang mengalihkan pertanyaan atau jawaban yang asal-asalan atau menolak memberikan penjelasan. Hadapilah pertanyaan anak-anak dengan hati lapang bahwa pertanyaan mereka merupakan satu bentuk rasa percaya kepada orang dewasa.

Penulis memberikan beberapa contoh pertanyaan yang mungkin ditanyakan seorang anak dan jawaban orang dewasa tatkala si anak berhadapan dengan jenazah di peti mati, saat peti jenazah dikuburkan, saat hujan turun setelah pemakaman usai, saat anak bertanya lagi tentang penguburan, dan tentang surga (29-32). Misalnya tatkala Alvi melihat mamanya terbaring di peti jenazah, Alvi bertanya: “Mama cantik banget, tetapi kog tidur? Papa: “... .. Iya Nak, mama mau pergi ke rumah di surga. ... Mama baru saja meninggal...”

Jawaban yang harus dihindari saat anak bertanya tentang kematian:

1. Mama sedang bobok (di tempat lain) karena dampaknya:
 - Anak akan terus menunggu kapan mama bangun dan pulang
 - Anak akan trauma tatkala melihat anggota keluarga lain tidur
 - Ketika suatu saat anak sudah mengerti tentang kematian, ia akan merasa telah dibohongi. Akibatnya: tidak mudah percaya kepada perkataan anggota keluarga terdekat.
 - Anak tumbuh menjadi orang yang kesepian dan merasa tidak diperhatikan karena menganggap sang mama tidur terlalu lama dan tidak mau menemaninya bermain.
2. Mama pergi ke langit naik pesawat, dampaknya:
 - Tiap kali melihat pesawat melintas, anak berharap ibunya segera turun dari pesawat. Atau anak akan terus di luar rumah menunggu pesawat melintas tatkala ia sangat merindukan ibunya.
 - Anak akan mengira semua orang di pesawat pernah dimakamkan.
 - Anak bisa mengalami fobia pesawat atau halusinasi, misalnya menutup telinga rapat-rapat saat pesawat melintas sebab ia berpikir bahwa pesawat sudah memakan mamanya.

Anak Tatkala Orang Dewasa Berduka

Ketika semua orang dewasa sedang berduka dengan berbagai macam ekspresi mereka, sedang apakah Alvi?

Anak-anak relatif belum mampu mengungkapkan perasaan mereka. Namun orang dewasa bisa mengamati kedalaman kedukaan anak melalui perilakunya. Dalam suasana duka, Alvi bisa jadi sangat bingung dan muncul pertanyaan dalam hatinya, „Ada apa ini? Mengapa banyak orang di rumahku. Kenapa mamaku ada di dalam kotak? Kenapa banyak orang menangis?

Dalam kondisi seperti itu kondisi Alvi pun mulai terabaikan: waktu makan, asupan minum dan susu mulai berkurang. Bisa jadi ia tidak rewel dan asyik bermain sendiri atau duduk tenang di pangkuan sanak saudara. Mungkin juga ia akan rewel dan bertingkah merepotkan. Itu sangat wajar. Orang dewasa hendaknya mengolah emosi dan memberikan perhatian kepada Alvi (39).

Beberapa hari setelah pemakaman biasanya orang yang berduka mengalami halusinasi: seolah melihat bayangan orang yang telah meninggal, mencium aroma parfum yang biasa digunakan, mendengar suara memanggil, dll. Halusinasi tersebut menurut ilmu konseling, lahir dari rasa rindu dan kedukaan yang mendalam. Makin berduka, makin mudah halusinasi muncul (41). Hal seperti ini tidak perlu dikhawatirkan dan akan pelan-pelan hilang dalam kurun waktu maksimal 3 tahun.

Tradisi Jawa, yang kemudian diadopsi oleh gereja, memberikan ruang bagi kedukaan ini, yaitu melalui peringatan 7 hari, 40 hari, 100 hari, 1 tahun, 2 tahun, 3 tahun. Ini sangat membantu keluarga untuk lepas dari rasa duka. Penulis memakai contoh maksud 40 hari penampakan Tuhan Yesus kepada para murid. Semua itu adalah untuk mempersiapkan para murid untuk sungguh-sungguh melepaskan kepergian-Nya, yaitu naik ke surga.

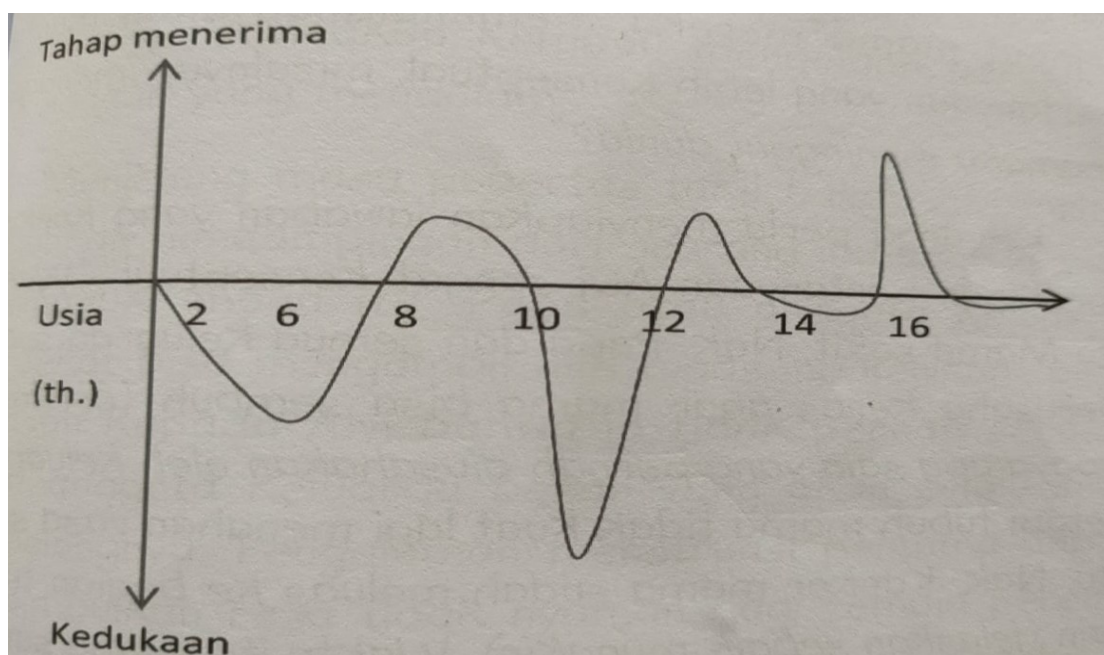
Teman Sebaya

Kehadiran teman sebaya berperan penting di tengah kedukaan Alvi. Keluarga dapat merencanakan kegiatan yang memungkinkan Alvi bermain bersama teman sebaya. Semua itu akan membuat perasaan Alvi lebih positif. Keluarga mesti terus memerhatikan dan mengamati perilaku Alvi dan mengupayakan agar Alvi bisa bermain dengan teman sebaya. Setiap selesai bermain, keluarga perlu menanyakan perasaan Alvi. Jika anak berusia 2-5 tahun, mintalah anak untuk mengidentifikasi perasaannya dengan menunjuk symbol yang mewakili perasaan tersebut: sedih, senang, biasa saja.

Alvi Tumbuh Tanpa Mama

Seiring dengan perkembangan usia Alvi, akan ada pertanyaan dan analisa baru yang muncul dalam pikirannya. Oleh karena itu proses kedukaan seorang anak akan timbul tenggelam mengikuti perkembangan fisik, mental, sosial dan spiritualnya. Kedukaan anak tidak akan bisa hilang seumur hidupnya (50). Yang penting: Alvi bisa sampai pada tahapan menerima dan mampu mengelola perasaannya dengan baik.

Tahapan-tahapan kedukaan Alvi bisa dikenali sbb.: (51)



Meski Alvi sudah berada dalam tahapan menerima, namun pada usia 6 tahun ia juga bisa mengalami kembali kedukaan, yaitu ketika ia melihat teman-teman sekolahnya diantar jemput mama mereka. Mungkin ia akan bertanya, “Mengapa mamaku meninggal dunia?” Dalam kondisi seperti itu keluarga perlu menyiapkan jawaban yang konkret tentang sakit yang dialami mamanya meskipun pertanyaan Alvi sangat konseptual.

Usia berikutnya yang rentan terhadap munculnya kembali kedukaan anak adalah pada usia pubertas, dimana ia membutuhkan pendampingan dari seorang ibu. Misalnya pada waktu pengalaman menstruasi pertama. Selain itu faktor hormonal bisa menjadikan emosi anak naik turun. Kerinduan terhadap ibu yang sudah pergi untuk selamanya akan sangat terasa pada masa ini.

Alvi Sang Penolong

Alvi tidak akan tumbuh menjadi anak yang terus-menerus dirundung kedukaan jika orang dewasa terdekat menolongnya untuk pulih dari dukacita tersebut (56). Keluarga bisa secara rutin mengajak Alvi ke panti asuhan dan berinteraksi dengan anak-anak di sana. Orang dewasa mesti membantu anak-anak untuk mengekspresikan kedukaannya melalui menulis puisi, menggambar, olah raga. Dll. Baik juga jikalau Alvi diajak berlatih bercerita di depan teman-teman Sekolah Minggu atau orangtuanya (contohnya ada di halaman 57). Dengan begitu, Alvi bisa menjadi penolong/berkat bagi anak lain yang berduka.

Jika suatu saat Alvi beranjak besar dan kembali dilanda kedukaan, maka keluarga dapat mengatakan bahwa keluarga memahami kepedihannya dan membesarkan hati Alvi untuk mengisi waktu dan mengembangkan talentanya dengan baik.

Memulihkan rasa duka karena orang yang dicintai memang tidak mudah. Namun cinta kasih Tuhan akan menguatkan setiap orang menemukan jalan untuk menyembuhkan lukanya (59). Perhatian dan kedekatan orang-orang di sekitar anak yang berduka sangat membantu anak untuk mengelola kedukaannya.

Di akhir tulisannya, penulis mengajak pembaca untuk mengajarkan konsep kematian di dalam Tuhan Yesus sedini mungkin agar mereka tangguh menghadapi kedukaan. Kematian bukanlah hal yang tabu untuk dipercakapkan (66-67). [Tentu percakapan tersebut mesti mengambil momen-momen yang pas, misalnya tatkala ada tetangga atau warga gereja yang meninggal dunia.]

TANGGAPAN:

1. Buku ini memberikan contoh-contoh yang detil dan aplikatif dan sangat berguna bagi pengguna yang akan mempraktikkan pendampingan kepada anak (siapa pun) yang berduka.
2. Buku ini patut diapresiasi karena telah memberikan insight yang penting tentang hal-hal yang selama ini seringkali belum terpikirkan oleh banyak pegiat/pelayan pastoral

3. Selain itu, buku ini juga telah membuka cakrawala berpikir kita untuk melihat keluasan dampak kematian orang terdekat yang dialami oleh anak.
4. Buku ini akan menjadi lebih sempurna ketika ada rujukan buku-buku ilmiah di dalamnya, misalnya untuk halaman 41: “Dalam ilmu konseling pastoral”; halaman 42, “Berdasarkan penelitian”; halaman 51: “Tahapan-tahapan kedukaan”
5. Bagus kala ditambahi: tradisi Jawa memberikan ruang bagi keluarga yang berduka untuk mendapatkan penghiburan dan penguatan (7 hari, 40 hari, 100 hari, 1 tahun, 2 tahun, 3 tahun) yang kemudian diadopsi oleh gereja. Namun sayangnya ritual tersebut belum menyapa/menyentuh anak-anak. Ini menjadi PR bagi gereja ke depan. Baik kalau ibadah-ibadah memperingati orang yang meninggal tersebut diselenggarakan dalam bentuk ritual yang juga menyapa anak-anak.
6. Hal menarik dari buku ini adalah bahwa tatkala pendamping mendampingi anak yang berduka maka ia pun akan sembuh dari duka yang juga dialaminya (56). Mekanisme resiprokal ini adalah mekanisme alamiah dalam relasi antar manusia yang mesti dikembangkan terus-menerus dalam kehidupan bersama agar bisa saling membangun satu sama lain.

PENUTUP

Buku ini mengajarkan betapa pentingnya memberikan kepedulian dan pendampingan kepada anak yang berduka. Kiranya buku ini terus menginspirasi kita untuk tidak mengabaikan anak-anak dalam pelayanan kedukaan. Selamat bertumbuh dan melayani.