

# PASTORAL KELUARGA DALAM UPAYA MEMBANGUN *FAMILY RESILIENCY*<sup>1</sup>

Oleh: Laurensius Laka<sup>2</sup>

## Abstrak

Setiap keluarga adalah suatu sistem-suatu kesatuan yang dibentuk oleh bagian-bagian yang saling berhubungan dan berinteraksi. Hubungan itu tidak hanya berlangsung satu arah. Setiap keluarga Katolik adalah Gereja rumah tangga (*Ecclesia Domestica*) yang hadir di tengah-tengah masyarakat, dengan kewajiban utamanya adalah membangun Kerajaan Allah. Dalam dinamikanya, keluarga Katolik tidak hanya menerapkan kasih Allah di dalam dirinya, namun juga memantulkan kasih Allah itu ketika berinteraksi dengan masyarakat di luar dirinya, sebagai perwujudan garam dan terang bagi lingkungan sosialnya. Berkaitan dengan “penguatan” Gereja kecil inilah sehingga dibutuhkan campur tangan gereja yang disebut Pastoral Keluarga.

**Kata kunci:** *peran keluarga, ketahanan keluarga, dan gereja.*

## Pendahuluan

Menurut Undang-Undang Perkawinan No.11/1974, pasal 1 ayat 1, disebutkan bahwa perkawinan ialah ikatan lahir batin antara seorang pria dengan seorang wanita sebagai suami isteri dengan tujuan membentuk keluarga (rumah tangga) yang bahagia dan kekal berdasarkan Ketuhanan Yang Maha Esa. Dalam pandangan Gereja Katolik, makna perkawinan “lebih mengikat” dari pengertian itu, sebab perkawinan dalam pandangan Gereja Katolik berciri satu (*monogam*) untuk selama-lamanya, serta tidak terceraiakan (*indissolubile*) kecuali oleh kematian. Oleh sebab itu, keluarga dalam pandangan Gereja Katolik khususnya, merupakan suatu komunitas pribadi-pribadi yang menunjukkan relasi dan membentuk suatu ikatan. Relasi itu tidak hanya antara “aku” dengan “kamu”, tetapi harus diwujudkan dalam satu bingkai yang disebut “kita”. Keluarga sebagai komunitas diawali dan dibentuk dari sebuah persekutuan antara seorang pria dan seorang wanita. Keluarga sebagai komunitas tidak akan pernah

---

<sup>1</sup> Artikel ini merupakan sumbangan pemikirannya yang “menjembatani” antara berpastoral - yang diterjemahkan melalui karya dan pandangan Romo Paul Janssen, CM. - dengan dunia psikologi yang menjadi konsentrasi keilmuannya, pada Dies Natalis ke-50 STP IPI Malang tahun 2018.

<sup>2</sup> Dosen Program Sarjana Strata Dua (S2) Program Studi Pastoral, STP-IPI Malang.

ada, tanpa adanya persekutuan yang disahkan oleh gereja melalui sakramen perkawinan.

Pilihan bebas antara seorang pria dan seorang wanita menuju hidup saling menyerahkan dan menerima, tentu melalui proses yang tidak selalu mudah. Proses *attraction* yang kemudian bergulir ke arah *intimate relationship* – dalam konteks ketertarikan terhadap lawan jenis, berpacaran hingga saling berteguh hati mengambil keputusan untuk memasuki mahligai perkawinan, tentu memiliki dinamika yang relatif sulit. Akan tetapi, proses yang terjadi dalam mempertahankan keintiman hubungan setelah janji perkawinan diikrarkan (baca: gereja mengesahkan), pada umumnya akan jauh lebih sulit. Di sinilah letak pentingnya peran Pastoral Keluarga sebagai inti dari tulisan ini.

Penulis tidak berpretensi bahwa tulisan ini dapat menjawab semua masalah yang terkait dengan Pastoral Keluarga, sebab bingkai pembahasan tentang Pastoral Keluarga dapat sangat luas dan mendalam. Kegiatan-kegiatan Pastoral Keluarga berkaitan erat dengan segenap upaya gereja dalam mengarahkan keluarga kepada idealisme hidup sebagai keluarga kristiani, membimbing Gereja rumah tangga (*Ecclesia Domestica*) agar dirasakan hidup oleh anggota-anggota keluarga, dan mampu mempengaruhi secara positif kehidupan masyarakat di sekelilingnya. Tulisan ini berusaha menyoroti Pastoral Keluarga dari sudut pandang psikologi, sebagai bagian dari upaya penulis berkontribusi dalam menyingkap beragam masalah yang dihadapi oleh gereja dewasa ini. Pendekatan psikologi juga dipandang cukup relevan dengan tema Dies Natalis ke-50 STP IPI Malang tahun 2018 ini, yakni, “Berpastoral di era globalisasi”.

### **Ketahanan Keluarga**

Keutuhan atau ketahanan keluarga adalah kondisi yang diidam-idamkan oleh setiap orang, sebab keluarga merupakan satuan terkecil dan bersifat dasar bagi tercapainya kehidupan sosial masyarakat. Bagi anak, dalam statusnya sebagai anggota keluarga baru, keluarga merupakan lingkungan pertama dan utama, baik dalam proses pertumbuhan maupun perkembangannya. Oleh sebab itu, keluarga adalah “sekolah

pertama”, yang membuka ruang pengetahuan bagi anak. Pada saat yang sama, orang tua adalah “guru pertama” yang mengajarkan banyak hal, terutama tentang doa, kebajikan, dan cinta kasih, sebab keluarga Katolik mempresentasikan persekutuan Gereja, yaitu persekutuan iman, harapan dan kasih; sebagaimana yang telah dicantumkan di dalam Perjanjian Baru (Bdk. Ef 5:21 – 6:4; Kol 3:18-21; 1 Ptr 3:1-7).

Kehidupan keluarga yang harmonis cenderung berdampak positif bagi tumbuh kembang anak, sebab orang tua pada keluarga yang harmonis selalu dapat menjalankan fungsi edukatif terkait dengan penanaman nilai-nilai kejujuran, keadilan, kerja keras, kebersamaan, kesetiakawanan, rela berkorban untuk kepentingan bersama, dan seterusnya, sungguhpun itu mungkin “diestafetkan” melalui cara-cara yang amat sangat sederhana. Menurut Baron & Byrne (2005:8) hubungan yang menyenangkan dan memuaskan di dalam keluarga diasosiasikan dengan kemampuan untuk mengalami empati, rasa percaya diri yang tinggi, dan kepercayaan interpersonal. Maknanya, apabila interaksi yang terjadi di dalam keluarga tersebut memuaskan, maka akan berdampak positif terhadap kemampuan individu berempati, percaya diri, dan kepercayaan interpersonal. Baron & Byrne menambahkan bahwa interaksi di dalam keluarga tidak hanya dipengaruhi oleh faktor genetik dan karakteristik kepribadian, tetapi juga oleh budaya.

Sayangnya, kondisi ideal (harmonis) itu tidak dapat diramalkan “pasti terjadi” dalam dinamika kehidupan keluarga tiap-tiap pasangan. Banyak faktor yang dapat mempengaruhinya, baik internal maupun eksternal. Terlebih dalam era globalisasi yang dampaknya menyusup ke berbagai aspek kehidupan umat manusia. Sebuah era yang hadir bagaikan koin yang memiliki dua muka. Di satu sisi menyajikan kemakmuran, namun di sisi lain menyajikan ancaman, karena berefek merebaknya pergaulan bebas, konsumerisme, materialisme, hedonisme, dan semacamnya. Bagi perkembangan Gereja Katolik khususnya, era globalisasi menyediakan tantangan tersendiri, dan Pastoral Keluarga sudah seharusnya memainkan peran sentral dalam mengantisipasi dan menemukan solusi terhadap ketidakutuhan keluarga. Pelaksana peran ini utamanya adalah Bapak uskup, para imam, serta biarawan-biarawati.

Ketidakutuhan dalam keluarga akan menghasilkan berbagai macam dampak negatif bagi anggota keluarga tersebut. Dampak itu dapat menghilangkan harapan, bahkan dapat meruntuhkan bangunan iman, terutama pada anak-anak dalam sistem keluarga atau rumah tangga itu. Meningkatnya jumlah kenakalan remaja dan berbagai permasalahan anak, salah satunya adalah bersumber dari ketidakharmonisan yang terjadi dalam dinamika kehidupan keluarga tersebut.

### **Beberapa Faktor Penyebab Ketidakutuhan Keluarga**

Perkembangan teknologi informasi dan komunikasi serta derasnya arus globalisasi yang merasuk ke pelbagai aspek kehidupan manusia, telah membawa perubahan besar pada dinamika kehidupan keluarga. Tuntutan terhadap adanya persamaan hak asasi manusia, sebagai nilai universal, tak ayal membuat kedudukan wanita dan pria menjadi sama, atau “dipaksakan” harus sama. Berkesempatan sama dalam menggali potensi diri, baik dalam pendidikan maupun berkarier dalam dunia kerja. Berbagai alasan mendasarinya, dan faktanya, kini semakin banyak pasangan dalam Keluarga Katolik khususnya, yang kedua-duanya (suami-istri) bekerja. Rumah lebih sering hanya menjadi tempat istirahat sementara di malam hari, sementara siang harinya dipercayakan kepada pengasuh atau pembantu rumah tangga.

Di balik nilai universal itu, sebagian besar masyarakat masih menempatkan proporsi wanita yang lebih tinggi untuk urusan kerumah tanggaaan, sehingga pada pasangan yang sama-sama bekerja, kondisi seperti itu cenderung membuat tanggung jawab menjadi timpang. Menurut Grote & Clark (2001; dalam Baron & Byrne, 2005:38), ketidakadilan yang dipersepsikan mengenai pembagian tugas diasosiasikan dengan konflik dan ketidakpuasan pernikahan. Umumnya pada masyarakat modern seperti sekarang ini, peran masing-masing anggota keluarga seringkali timpang atau tumpang tindih. Ketidakjelasan hubungan peran (*role relation*) di dalam struktur keluarga juga dapat menjadi sumber masalah yang dapat mengancam keutuhan keluarga di era globalisasi ini.

Selain permasalahan hubungan peran dalam keluarga, optimisme yang dibangun di awal pernikahan juga tidak selalu stabil. Optimisme yang dirasakan

pasangan di awal pernikahan adalah mudah untuk dijelaskan - sebab pada masa itu, hubungan kedua insan masih kental dengan paduan antara keintiman (*intimacy*), nafsu (*passion*), dan komitmen (*commitment*). Pada masa itu pula, khayalan dan ilusi positif secara kuat mempengaruhi kognisi dan afeksi, sehingga menguatkan energi untuk melanjutkan ke jenjang pernikahan. Namun seiring dengan berjalannya waktu dan bergulirnya peristiwa demi peristiwa, optimis itu pun sangat mungkin meredup, menguji kekuatan janji perkawinan yang sudah diikrarkan di hadapan Tuhan. Hubungan romantis penuh cinta di awal pernikahan dapat berubah menjadi suatu hubungan yang memiliki karakteristik ketidakbahagiaan, bercirikan ketidakpuasan, dan seringkali berbuah benci.

Faktor penyebab lainnya adalah anggapan bahwa “rumput tetangga lebih hijau”. Padahal, tidak ada pasangan suami – istri di dunia ini, yang “bebas” dari masalah, yang individunya tidak memiliki kualitas positif sekaligus negatif, atau dipandang sebagai pasangan yang sungguh sempurna, itu hanya ada dalam cerita. Banyak faktor yang dapat menyebabkan anggapan ini keliru, sebab jika seorang lajang berbuat tanpa perlu melibatkan dan mempertimbangkan individu lain, maka berbeda halnya ketika lajang tersebut hidup bersama orang lain, yang diikat oleh lembaga yang disebut keluarga. Dalam hidup bersama di dalam keluarga itu keputusan-keputusan yang dibuat haruslah melibatkan dan mempertimbangkan pasangan hidup. Pentingnya mempertimbangkan kebutuhan orang lain (pasangan) berarti menyimpan potensi konflik - yang pasti akan dialami oleh setiap pasangan -antara keinginan untuk bebas dan kebutuhan akan kedekatan. Maknanya adalah di manapun rumput itu tumbuh, kualitasnya tidaklah berbeda secara signifikan. Seberapa besar daya beda diasumsikan, akan cenderung sama dengan besarnya deviasi anggapan yang melenceng dari kenyataan yang sesungguhnya-sungguhnya.

Kualitas dan kuantitas kesamaan juga mempengaruhi pola hubungan yang terjadi di dalam keluarga. Penelitian Sillars et al. (1994; dalam Baron & Byrne, 2005:40) menemukan bahwa kesamaan antara pasangan hidup “yang sebenarnya” lebih sedikit dari kesamaan “yang diasumsikan” dapat menimbulkan kekecewaan.

Dengan berjalannya waktu, karakteristik pribadi negatif cenderung tidak dapat ditoleransi. Bahkan karakteristik yang pada awalnya tampak lucu dan “berbeda” dapat berubah menjadi mengganggu dan tidak disukai. Temuan Felmlee (1998; dalam Baron & Byrne, 2005:40), menunjukkan bahwa jika pada awalnya Anda tertarik pada seseorang karena ia sangat berbeda bahkan unik, maka besar kemungkinannya di kemudian hari kekecewaan Anda akan muncul.

Dari sekelumit faktor-faktor penyebab ketidakutuhan keluarga sebagaimana telah dipaparkan di atas, isu yang mengemuka adalah mengapa bermunculan pasangan yang gagal untuk saling mengingatkan kembali janji perkawinannya. Lalu apa yang dapat dilakukan gereja melalui Pastoral Keluarga, baik dalam tindakan preventif maupun kuratifnya? Persiapan menghadapi dinamika kehidupan baru (berkeluarga) membutuhkan persiapan yang matang. Terkait hal ini, perenungannya adalah bagaimana gereja membantu pasangan menyiapkan peran serta mencari solusi manakala Keluarga Katolik berada diambang ketidakutuhan?

### **Membangun Kekuatan Perkawinan & Ketahanan Keluarga**

Lazimnya cinta membara (*infatuation love*) antara dua insan yang sudah dibaptis, oleh gereja dikuatkan bangaunnya melalui sakramen perkawinan. Perkawinan yang terjadi membentuk sistem keluarga adalah bagian penting dari sebuah masyarakat. Secara umum, fungsi keluarga adalah melakukan proses sosialisasi sosial, yaitu proses yang dilalui manusia untuk memperoleh nilai-nilai dan pengetahuan mengenai kelompoknya maupun belajar mengenai peran sosialnya. Wanita dan pria memiliki tugas sosialisasi sosial yang seimbang, sebab wanita memiliki kelebihan pada aspek sensitivitas emosional, sedangkan pria memiliki kelebihan pada aspek rasionalitas. Oleh sebab itu, jika pria dan wanita dapat memainkan perannya secara optimal dalam sebuah rumah tangga, maka hasilnya pun akan mewujudkan dalam keharmonisan. Dalam melaksanakan kewajiban sosialisasi sosial, keluarga memiliki fungsi ideal dalam membentuk kepribadian anak dibandingkan dengan lembaga-lembaga pendidikan lainnya.

Selain sosialisasi sosial, berfungsinya seks pada fase seksualitas dewasa bagi pasangan perkawinan juga penting. Tujuan seks mencakup tiga hal, yakni prokreatif (reproduksi), rekreatif (hiburan), dan *well-being* (ketika kedua insan merasa bahagia dalam kebersamaannya, karena tercapainya tujuan prokreatif sekaligus rekreatif). Tidak terpenuhinya kebutuhan seks (prokreatif, rekreatif, dan *well-being*) berpotensi menimbulkan disharmoni dalam keluarga.

Apabila sebuah keluarga mampu menjalankan perannya dalam sosialisasi sosial dan kebutuhan seks dapat terpenuhi secara memuaskan, maka konstruksi perkawinannya pun cenderung menguat, dan ketahanannya pun akan relatif stabil. Kondisi inilah yang menyangga konsep *family resiliency*, sebuah gambaran tentang kondisi keluarga, dimana keluarga tersebut tetap dapat merespons secara sehat dan produktif, ketika berhadapan dengan berbagai persoalan hidup yang dialaminya. Daya lentur (*resilience*), terhadap berbagai permasalahan atau berbagai tekanan hidup, memungkinkan keluarga tersebut untuk lekas pulih kembali dari suatu keadaan, setelah diuji (dibengkokkan, ditekan, atau diregangkan) oleh masalah, sehingga keluarga tersebut dapat sungguh-sungguh mampu mempertahankan ketahanan atau keutuhannya. Menurut Goode (1985), ketahanan keluarga akan memudar, apabila terjadi hal-hal sebagai berikut:

- a. Kegagalan anggota keluarga untuk menjalankan kewajiban dan perannya.
- b. Salah satu anggota keluarga memutuskan untuk meninggalkan keluarga sehingga ia tidak dapat melaksanakan kewajiban atas perannya.
- c. Anggota keluarga tidak saling menyapa atau tidak ada yang bekerja sama, atau dengan kata lain tidak ada dukungan secara emosional terhadap sesama anggota keluarga yang lain, dalam hal ini sering diistilahkan sebagai “keluarga selaput kosong”.
- d. Ketiadaan dari salah satu pasangan karena sesuatu yang tidak diinginkan, seperti meninggal, dipenjara, sakit, atau karena sebab lainnya.
- e. Kegagalan peran penting yang sangat tidak diinginkan. Misalnya, anak-anak yang cacat, pasangan yang menderita abnormalitas atau yang lainnya.

Bagi Keluarga Katolik, *family resiliency* cenderung mudah dibangun, apabila relasi antarpribadi sungguh-sungguh membentuk suatu ikatan. Relasi itu tidak hanya terjadi antara “aku” dengan “kamu”, tetapi juga mewujud dalam satu bingkai yang disebut “kita”. Pada gilirannya, keluarga yang demikian, dalam menghadapi krisis pun, akan lebih mampu memilih dan menggunakan cara-cara yang positif pula. Menurut DeFrain & Asay (2007), penelitian terhadap keluarga yang kuat (*strong families*) menunjukkan sejumlah pendekatan yang berguna untuk mengatasi stres dan krisis. Ide-ide di bawah ini, berasal dari penelitian di seluruh dunia tentang keluarga yang kuat, yang melibatkan lebih dari 24.000 anggota keluarga, di 35 negara. Berikut adalah beberapa pendekatan, yang dapat diterapkan keluarga, selama menghadapi masa-masa sulit, yaitu:

- a. Carilah sesuatu yang positif, lalu berfokuslah pada unsur yang positif itu dalam menghadapi situasi-situasi yang sulit.
- b. Ambillah sudut pandang “kebersamaan” bukan bagian-bagian yang terpisah. Jangan melihat masalah sebagai masalah individu, tetapi pandanglah sebagai tantangan bersama bagi “seluruh” anggota keluarga.
- c. Apabila dibutuhkan, dalam upaya menyelesaikan sebuah krisis, jika itu tidak dapat dipecahkan oleh keluarga inti, maka usahakanlah untuk mendapatkan bantuan di luar keluarga inti tersebut. Misalnya, dengan cara mencari bantuan anggota keluarga besar, teman-teman yang mendukung, tetangga, kolega, tenaga profesional di masyarakat, anggota komunitas religius - yang ada di paroki misalnya - atau orang lain yang dipandang memiliki kemampuan untuk itu.
- d. Buatlah saluran komunikasi secara terbuka, sebab tantangan tidak akan dapat terpenuhi ketika komunikasi dimatikan.
- e. Bertahanlah dalam perspektif, "hal ini pun akan berlalu."
- f. Berani menerapkan peran baru secara fleksibel. Krisis sering menuntut agar kita mempelajari pendekatan baru dalam hidup dan mengambil tanggung jawab yang berbeda.

- g. Fokus pada “apa yang paling penting” dan berusaha meminimalkan fragmentasi.
- h. Berhentilah mengkhawatirkan atau menaruh perhatian Anda hanya terhadap sebuah kotak. Khawatir biasanya menyebabkan orang lebih menderita daripada kejadian sebenarnya yang dikhawatirkan.
- i. Upayakan makan dengan tetap berselera, olahraga, saling mencintai, dan upayakan untuk tidur dalam takaran yang cukup. Sering orang dewasa lupa bahwa mereka adalah makhluk biologis.
- j. Ciptakan hidup yang penuh makna dan bertujuan. Semua orang pernah menghadapi krisis berat dalam hidup, kita pun tidak akan bisa menghindari tantangan ini.
- k. Secara aktif menghadapi tantangan, dan melakukannya secara langsung. Bencana dalam kehidupan kita, tidak hilang saat kita melihat ke arah lain.
- l. Melangkahlah dengan mengalir sampai tingkat tertentu. Terkadang kita relatif tidak berdaya menghadapi krisis. Kadangkala, cara seperti ini dapat berguna untuk mengatakan pada diri kita sendiri agar "mengikhlaskannya."
- m. Persiapkan terlebih dahulu untuk menghadapi tantangan dalam hidup. Hubungan keluarga yang sehat ibarat saldo bank yang cukup. Jika kita menyimpan akun relasional dalam bank kehidupan, kita pun akan dapat menghadapi badai yang paling sulit secara bersama-sama.
- n. Ketahuilah bagaimana tertawa dan ketahuilah pula bagaimana menangis, karena keduanya sangat penting untuk menjaga keseimbangan emosional dalam hidup kita.
- o. Jangan menyalahkan orang lain atas takdir yang menimpa diri kita, tetapi bekerjasamalah dengan orang lain untuk membangun dunia yang lebih baik, yang memuaskan bagi semua orang.
- p. Sediakan suatu kesempatan untuk menuntaskan sebuah tantangan.
- q. Sadarilah bahwa penderitaan bisa menjadi katalis bagi pertumbuhan diri kita yang positif. Krisis, menurut definisi, adalah masa sulit dalam kehidupan kita. Namun,

krisis juga bisa menjadi titik balik, yang memungkinkan diri kita menanam benih untuk masa depan, untuk mencapai keberhasilan yang memuaskan.

- r. Coba kenalilah secara spiritual prosesi kehidupan yang agung, yang penting, yang pernah kita alami - baik itu masa-masa indah atau yang buruk, ketika kita sendirian atau bersama orang lain - ada sesuatu yang memuaskan dan cenderung menenangkan dengan jalan berpikir seperti itu.

Keluarga yang kuat, *family resiliency*, dapat diketahui dari bagaimana keluarga itu mengelola kesulitan-kesulitan yang dihadapinya secara kreatif. Menghadapi masalah secara “lentur”, dan memandang setiap masalah secara positif. Tidak ada jaminan tiap-tiap pribadi menilai kesulitan masalah dengan mempersepsinya secara sama, tetapi memelihara komunikasi dan menilai kesulitan sebagai “tantangan bersama” merupakan potensi pembentukan keluarga yang kuat (*strong families*).

## **Kesimpulan**

Apabila keluarga mampu melihat situasinya tidak hanya sebagai “kesulitan serius” tetapi juga kesempatan untuk memperkuat ikatan satu sama lain, tantangannya bisa terpenuhi, permasalahan yang dihadapi cenderung mudah dipecahkan. Kuncinya adalah komunikasi positif satu sama lain. Intinya, jika kita bisa menemukan keberanian untuk saling berbicara tentang suatu masalah, kita bisa menemukan cara untuk mengatasinya.

Menyadari begitu rumit (*complicated*) permasalahan yang dihadapi Gereja Kecil (*Ecclesia Domestica*) di era globalisasi ini, terutama dalam membangun dan mengembangkan *family resiliency*, maka tugas Pastoral Keluarga pada akhirnya juga semakin kompleks, tidak saja harus “menjemput bola”, tetapi juga membutuhkan pendekatan multidisipliner.

## **Daftar Rujukan**

- Lembaga Alkitab Indonesia. 1993. Alkitab, Edisi II, cetakan pertama. (Jakarta: LAI).
- Baron, R.A. & Byrne, D. 2004. Psikologi Sosial, Jilid 1. Edisi Kesepuluh, Terjemahan oleh Ratna Djuwita, Melania M.P., Dyah Yasmina, & Lita P. Lunanta. (Jakarta : Erlangga).
- Baron, R.A. & Byrne, D. 2005. Psikologi Sosial, Jilid 2. Edisi kesepuluh. Terjemahan oleh Ratna Djuwita, Melania M.P., Dyah Yasmina, & Lita P. Lunanta. (Jakarta: Erlangga).
- DeFrain, J., & Asay, S. (Eds.). 2007. Strong Families Around the World: Strengths-Based Research and perspectives. (New York and London: The Haworth Press/Taylor & Francis).
- Goode, W.J. 1985. Sosiologi Keluarga. (Jakarta: Bina Aksara).