



Konseling Pastoral: Upaya Pemulihan Batin Lansia Di Yayasan True Love Batam

Yudhy Sanjaya^{1*}, Renson Siahaan², Rosnita Temba Kagu³, Yuvindro Kho⁴, Wasono⁵
^{1,2,3,4,5} Sekolah Tinggi Teologi Real Batam, Prodi Teologi

*E-mail: yudhysanjaya.y@gmail.com

Abstract

Aging presents complex emotional challenges for elderly individuals (seniors). The elderly are at significant risk of prolonged emotional wounds caused by various factors such as social, emotional, and environmental influences, among others. This community service initiative aims to explore the role of pastoral counseling in healing the emotional wounds of seniors in nursing homes. The background emphasizes the need for attention to the psychological aspects of elderly well-being, given the negative impact of emotional wounds on their quality of life. The problem identification highlights key factors affecting the emotional well-being of the elderly, including the loss of a spouse, social isolation, and feelings of being unrecognized. The initiative aims to apply a holistic and empathetic approach in pastoral counseling to help seniors overcome their emotional wounds. Evaluating the process and outcomes of the healing efforts demonstrates the effectiveness of counseling interventions in creating positive changes in the emotional well-being of seniors. The results underscore the importance of greater attention to the psychological needs of the elderly and the role of pastoral counseling as an effective means of facilitating their emotional healing.

Keywords: *counseling; pastoral; inner recovery; elderly*

Abstrak

Penuaan membawa tantangan emosional yang kompleks bagi orang tua lanjut usia (lansia). Para Lansia mempunyai potensi yang besar terjadinya luka batin yang berlarut-larut oleh berbagai faktor seperti sosial, emosional, lingkungan dan lain sebagainya. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk mengeksplorasi peran konseling pastoral dalam memulihkan batin lansia di panti jompo. Latar belakang menggarisbawahi perlunya perhatian terhadap aspek psikologis dalam kesejahteraan lansia, mengingat dampak negatif luka batin terhadap kualitas hidup mereka. Identifikasi masalah mencakup kehilangan pasangan hidup, isolasi sosial, dan perasaan tidak diakui sebagai faktor utama yang memengaruhi kesejahteraan emosional lansia. Tujuan kegiatan adalah untuk menerapkan pendekatan holistik dan empatik dalam konseling pastoral untuk membantu lansia mengatasi luka batin mereka. Evaluasi proses dan hasil pemulihan menunjukkan efektivitas intervensi konseling dalam memberikan perubahan positif bagi kesejahteraan batin lansia. Hasilnya menegaskan pentingnya perhatian yang lebih besar terhadap kebutuhan psikologis lansia dan peran konseling pastoral sebagai sarana yang efektif dalam memfasilitasi pemulihan batin mereka.

Kata Kunci: *konseling; pastoral; pemulihan batin; lansia*



Ciptaan disebarluaskan di bawah [Lisensi Creative Commons Atribusi-BerbagiSerupa 4.0 Internasional](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

PENDAHULUAN

Dalam perkembangan masyarakat modern, perhatian terhadap psikologis para lanjut usia sangat penting. Merawat kesejahteraan psikologis orang tua di panti jompo sangat penting karena tantangan yang mereka hadapi, seperti luka batin dan kepahitan yang terakumulasi selama hidup mereka. Faktor-faktor seperti kehilangan pasangan hidup, isolasi sosial, dan perasaan diremehkan berkontribusi pada perjuangan psikologis ini. Mengabaikan kebutuhan emosional orang tua lanjut usia di panti jompo dapat menyebabkan efek yang merugikan, termasuk peningkatan risiko masalah kesehatan mental seperti kecemasan, depresi, dan penarikan diri sosial.¹ Menerapkan strategi perawatan komprehensif yang mengintegrasikan pendekatan fisiologis dan psikologis telah menunjukkan hasil positif dalam meningkatkan kemampuan manajemen diri individu lanjut usia dengan gangguan mental, meningkatkan kualitas hidup mereka dan kesejahteraan secara keseluruhan.² Oleh karena itu, memprioritaskan perawatan psikologis untuk orang tua lanjut usia di panti jompo sangat penting untuk memberi mereka dukungan dan perhatian yang mereka butuhkan untuk kehidupan yang memuaskan dan bermartabat.

Dalam konteks ini, kegiatan pengabdian masyarakat yang bertujuan untuk memberikan konseling pastoral kepada orang tua usia lanjut di panti jompo menjadi sangat relevan. Upaya ini tidak hanya mencakup penanganan langsung terhadap masalah emosional yang dialami oleh lansia, tetapi juga membantu mereka memperoleh kembali rasa bermaknaan, keseimbangan emosional, dan kualitas hidup yang lebih baik. Melalui pendekatan ini, diharapkan bahwa orang tua usia lanjut dapat merasa lebih dihargai, didukung, dan bahagia dalam menjalani fase penuaan mereka.

Dalam latar belakang ini, penting untuk memahami peran konseling pastoral dalam membantu pemulihan batin lansia. Dengan demikian, laporan kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk memberikan gambaran yang komprehensif tentang pentingnya perhatian terhadap aspek psikologis lansia di panti jompo, khususnya dalam konteks

¹ Dalal Rahil Alshammari et al., "The Negative Consequences of Poor Treatment of the Elderly Patients in Hospitals" (2022): 33–39.

² Kidus Yenealem Meftah, "Health Related Challenges of Rural Elderly Living in Co-Residential Family Care Arrangements Health Related Challenges of Rural Elderly Living in Co-Residential Family Care," *TQR* 27, no. 8 (2022): 1765–1782.

konseling pastoral sebagai sarana untuk memfasilitasi pemulihan batin mereka.³

Kegiatan pengabdian masyarakat yang ditujukan untuk memberikan konseling pastoral kepada orang tua usia lanjut di panti jompo merupakan salah satu langkah konkret untuk mengatasi masalah tersebut. Dengan memperhatikan dan merespons kebutuhan psikologis lansia, diharapkan bahwa upaya ini dapat memberikan dukungan yang diperlukan untuk pemulihan batin mereka. Melalui pendekatan konseling pastoral yang berfokus pada penerimaan, pengertian, dan pembangunan kembali rasa kebermaknaan hidup, diharapkan bahwa orang tua usia lanjut dapat mengalami peningkatan kesejahteraan emosional dan kualitas hidup yang lebih baik. Dalam konteks latar belakang ini, laporan kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk menyajikan analisis mendalam tentang permasalahan luka batin dan kepahitan yang dihadapi oleh orang tua usia lanjut di panti jompo, serta pentingnya konseling pastoral sebagai sarana untuk merespons dan memfasilitasi pemulihan batin mereka.

METODE

Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 18 Oktober 2023 yang melibatkan dosen dan mahasiswa Sekolah Tinggi Teologi Real Batam, Program studi Teologi. Tempat pelaksanaan di panti jompo Yayasan True Love Punggur Batam, dengan jumlah 30 orang lansia yang tinggal di sana pada saat itu. Pada tahap awal pelaksanaan kegiatan sosialisasi, dosen yang berpengalaman dalam bidang teologi dan psikologi akan memberikan pemaparan singkat tentang pentingnya pemulihan batin bagi orang tua usia lanjut yang mungkin mengalami luka batin, kepahitan, atau beban emosional lainnya. Pemaparan ini akan mencakup penekanan pada aspek-aspek spiritual dan psikologis yang terlibat dalam proses pemulihan, serta peran konseling pastoral sebagai sarana untuk membantu mereka mengatasi tantangan tersebut.

Setelah pemaparan, sesi konseling pastoral secara individual akan dilakukan oleh dosen dan para mahasiswa yang terlibat dalam kegiatan. Orang tua usia lanjut yang mengalami kesulitan emosional akan didampingi satu per satu untuk berbicara tentang

³ Hiroko Komatsu, Hidehito Niimura, and Kaori Yagasaki, "Process of Inner Change in Advanced Age : A Qualitative Study of Older Adults in Their Early 90 S," *BMC Geriatrics* (2022): 1–10, <https://doi.org/10.1186/s12877-022-03665-5>.

pengalaman, perasaan, dan kebutuhan mereka secara terbuka dan mendalam. Dalam suasana yang empatik dan terbuka, mereka akan diberikan ruang untuk mengekspresikan beban emosional mereka tanpa rasa takut atau penilaian.

Kemudian, mahasiswa yang terlibat akan memberikan layanan konseling secara aktif sesuai dengan bimbingan dari dosen. Mereka akan menggunakan pendekatan konseling pastoral yang holistik, mengintegrasikan aspek-aspek spiritual dan psikologis dalam interaksi dengan para lansia. Mahasiswa akan berupaya untuk membangun hubungan yang empatik dan mendalam dengan para lansia, mendengarkan dengan penuh perhatian, memberikan dukungan, serta memberikan saran atau pandangan yang memotivasi dan membangkitkan harapan.

Sebagai langkah terakhir, sesi konseling akan ditutup dengan doa-doa yang disampaikan oleh mahasiswa sesuai dengan kebutuhan masing-masing orang tua usia lanjut. Doa-doa ini akan mencakup permohonan perlindungan, keberkahan, kesembuhan, dan kesejahteraan bagi mereka, serta harapan untuk keselamatan dan kebahagiaan di masa depan. Proses doa ini juga merupakan momen penting untuk menguatkan hubungan antara mahasiswa dan para lansia, menciptakan rasa kedekatan dan kepercayaan yang lebih dalam di antara mereka.



Gambar 1: Pemberian cenderamata dari pihak kampus STT Real kepada Pengurus Yayasan True Love Batam



Gambar 2: Pemberian Bantuan kebutuhan lansia, diserahkan oleh koordiantor Kegiatan PKM

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pentingnya Pemulihan Batin Orang Tua Usia Lanjut

Dalam proses penuaan, kesejahteraan psikologis orang tua memainkan peran penting dalam kualitas hidup mereka secara keseluruhan. Berbagai faktor seperti isolasi sosial, kesepian, dan hilangnya koneksi sosial dapat secara signifikan mempengaruhi kesehatan mental mereka. Penelitian ini telah menunjukkan bahwa depresi pada orang tua terkait dengan konstruksi yang dianggap positif, seperti kesejahteraan spiritual, dukungan sosial, harga diri, dan kepuasan hidup. Selain itu, orang dewasa yang lebih tua di awal 90-an sering mengalami penurunan fungsional, penyesalan, dan kesepian, yang dapat menyebabkan perasaan menyerah dan berdampak negatif pada kesehatan mental mereka.⁴ Mengatasi luka batin ini, termasuk kesepian dan kehilangan, sangat penting untuk mencegah hal-hal yang merugikan pribadi seperti depresi, kecemasan, dan isolasi sosial di antara orang tua lanjut usia, yang pada akhirnya meningkatkan kualitas hidup mereka.

Konseling pastoral memiliki kontribusi yang sangat besar dalam pemulihan batin individu lansia.⁵ Ini memberikan platform bagi mereka untuk secara terbuka mengekspresikan beban emosional mereka dan membantu dalam menemukan keseimbangan dan makna dalam hidup mereka, terutama ketika mereka mungkin merasa tidak berarah atau kosong.⁶ Dengan mengandalkan fungsi pastoral seperti penyembuhan, menopang, membimbing, dan rekonsiliasi, konseling pastoral membantu dalam mengurangi depresi dan membantu orang tua mengatasi tantangan yang mengarah pada perasaan depresi dan tertekan. Selain itu, konseling pastoral sangat penting dalam mengatasi masalah-masalah rohani yang mungkin dihadapi orang Kristen lanjut usia, menawarkan solusi berdasarkan iman dan kepercayaan kepada Allah. Melalui pendekatan komprehensif yang mempertimbangkan dimensi kehidupan biopsikososiospiritual, konseling pastoral berkontribusi secara signifikan untuk meningkatkan kesejahteraan, martabat, dan kualitas hidup orang tua lansia.⁷

⁴ Ibid.

⁵ Martinus Irwan Yulius, "Reksa Pastoral Care Elaborasi Pendekatan Holistik Bagi Pendampingan Lanjut Usia" 52, no. 1 (2023).

⁶ Eduardus Only Putra et al., "Pastoral Konseling Sebagai Solusi Mengatasi Depresi," *Empowerment* 3, no. 1 (2023): 30–35.

⁷ Rezeki Putra Gulo and Agus Mawarni Harefa, "Problematika Orang Kristen Masa Kini Dalam Bingkai Pelayanan Pastoral Konseling" 1, no. 1 (2023).

Penyebab Luka Batin pada Orang Tua Usia Lanjut

Kehilangan pasangan hidup dapat memiliki efek mendalam pada kesehatan mental dan kesejahteraan orang tua lanjut usia, terutama di China. Studi menunjukkan bahwa janda dikaitkan dengan peningkatan gejala depresi, menyoroti pentingnya ikatan sosial, terutama koneksi keluarga, dalam mengurangi kesepian. Penelitian menunjukkan bahwa memiliki pasangan secara signifikan mengurangi risiko kematian di antara individu yang lebih tua, menekankan nilai persahabatan di kemudian hari. Selain itu, janda lanjut usia yang tinggal sendirian di daerah terpencil di China rentan terhadap gejala psikologis negatif seperti kesepian, depresi, dan kecemasan, dengan kebahagiaan perkawinan menjadi faktor pelindung terhadap masalah tersebut.⁸ Kurangnya dukungan keluarga dapat memperburuk perasaan terisolasi dan kesepian pada orang tua lanjut usia, menggarisbawahi perlunya intervensi yang ditargetkan dan sistem dukungan sosial.

Pengalaman trauma masa lalu atau perasaan tidak diakui juga dapat menjadi penyebab luka batin yang dalam pada orang tua lanjut usia. Trauma masa lalu, seperti kehilangan yang mendadak atau pengalaman yang menghancurkan, bisa meninggalkan bekas yang dalam dalam pikiran dan hati mereka. Perasaan tidak diakui atau diabaikan oleh orang-orang terdekat juga dapat merusak harga diri dan menyebabkan kesedihan yang mendalam. Oleh karena itu, pemahaman mendalam tentang penyebab luka batin ini penting untuk membantu merumuskan strategi pemulihan yang efektif bagi orang tua lanjut usia.



Gambar 3: Kegiatan PKM yang diselenggarakan oleh dosen dan mahasiswa STT Real Batam

⁸ Yunhan, "Research on the Practice of Art Education in Colleges for the Elderly under the Background of Aging Society."

Implementasi Konseling Pastoral sebagai Sarana Pemulihan

Implementasi konseling pastoral sebagai sarana pemulihan menuntut pendekatan holistik yang memperhatikan aspek spiritual, psikologis, dan sosial dari individu. Pendekatan holistik ini memungkinkan konselor untuk memahami dan merespons kebutuhan klien secara menyeluruh, bukan hanya masalah yang terlihat secara fisik atau psikologis. Melalui pendekatan ini, konselor dapat membantu klien menemukan makna, tujuan, dan kekuatan spiritual yang mungkin menjadi sumber kekuatan dalam proses pemulihan mereka.⁹

Selain itu, pembangunan hubungan empatik antara konselor dan klien menjadi kunci dalam konseling pastoral. Dengan mendengarkan dengan penuh perhatian, menghargai, dan menghormati pengalaman serta nilai-nilai klien, konselor dapat menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung untuk pemulihan batin. Penggunaan teknik konseling yang sesuai dengan kebutuhan individu juga menjadi hal yang sangat penting dalam implementasi konseling pastoral. Setiap individu memiliki kebutuhan dan preferensi yang unik, oleh karena itu konselor perlu memilih dan menerapkan teknik konseling yang paling efektif dan sesuai dengan situasi dan karakteristik klien.¹⁰



Gambar 4: Proses konseling para mahasiswa selaku konselor mendoakan para lansia



Gambar 5: Proses konseling para mahasiswa selaku konselor mendengarkan para lansia

Terakhir, pengembangan rencana tindakan dan dukungan berkelanjutan menjadi langkah penting untuk memastikan keberhasilan pemulihan. Rencana tindakan ini mencakup langkah-langkah konkret yang akan diambil oleh klien dan konselor untuk mencapai tujuan pemulihan, sementara dukungan berkelanjutan memberikan jaminan bahwa klien tidak merasa sendirian dalam perjalanan mereka menuju kesembuhan. Dengan mengintegrasikan semua aspek ini, implementasi konseling pastoral dapat menjadi sarana yang efektif dalam

⁹ Putra et al., "Pastoral Konseling Sebagai Solusi Mengatasi Depresi."

¹⁰ Yulius, "Reksa Pastoral Care Elaborasi Pendekatan Holistik Bagi Pendampingan Lanjut Usia."

memfasilitasi pemulihan batin orang tua usia lanjut, membantu mereka menemukan kedamaian, harapan, dan makna dalam hidup mereka.¹¹

Penerapan Konseling Pastoral dalam Memulihkan Batin Lansia di Yayasan True Love

Titik berat dari pengabdian ini adalah bagaimana konseling pastoral dalam memulihkan batin orang tua usia lanjut di panti jompo. Pertama-tama, identifikasi kasus dan analisis kebutuhan lansia menjadi langkah awal yang krusial dalam memahami situasi dan tantangan yang dihadapi oleh para lansia. Konselor melakukan observasi dan wawancara dengan para klien untuk memahami latar belakang mereka, pengalaman hidup, serta masalah emosional yang mereka hadapi. Hal ini memungkinkan konselor untuk merumuskan rencana konseling yang sesuai dengan kebutuhan individu masing-masing lansia.

Setelah identifikasi kasus dilakukan, dilakukanlah intervensi konseling yang bertujuan untuk membantu para lansia dalam memulihkan batin mereka. Konselor menggunakan pendekatan holistik dan empatik dalam memfasilitasi sesi konseling, memberikan kesempatan kepada para klien untuk berbicara tentang perasaan dan pengalaman mereka secara terbuka dan tanpa hambatan. Melalui teknik-teknik konseling yang sesuai, seperti mendengarkan aktif, memberikan dorongan positif, dan memberikan saran yang memotivasi, konselor membantu para klien untuk mengeksplorasi dan memahami masalah mereka, serta menemukan solusi yang efektif.



Gambar 6: Foto Bersama dosen, mahasiswa, pengurus Yayasan True Love Batam dan para lansia

¹¹ Gulo and Harefa, "Problematika Orang Kristen Masa Kini Dalam Bingkai Pelayanan Pastoral Konseling."

Terakhir, evaluasi proses dan hasil pemulihan batin dilakukan untuk mengevaluasi efektivitas intervensi konseling yang dilakukan. Konselor dan klien bersama-sama menilai perubahan yang terjadi dalam perasaan, pikiran, dan perilaku klien sejak dimulainya sesi konseling. Wajah para lansia nampak lebih ceria dibandingkan sebelum konseling. Dan dari beberapa pertanyaan yang dilontarkan tentang bagaimana perasaan mereka, para lansia menyatakan lebih tenang dan damai. Hasil evaluasi ini membantu dalam menentukan apakah tujuan pemulihan telah tercapai dan apakah ada perluasan atau penyempitan area yang perlu diperhatikan lebih lanjut dalam proses pemulihan. Dengan demikian, melalui identifikasi kasus, intervensi konseling, dan evaluasi proses dan hasil, studi kasus ini memberikan gambaran yang komprehensif tentang penerapan konseling pastoral dalam memfasilitasi pemulihan batin orang tua usia lanjut di panti jompo

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat “Konseling Pastoral untuk Pemulihan Batin Orang Tua Lanjut Usia di Yayasan True Love” menyoroti pentingnya perhatian terhadap kesejahteraan psikologis lansia. Dengan memahami penyebab luka batin, seperti kehilangan pasangan hidup dan isolasi sosial, serta melalui implementasi konseling pastoral yang holistik dan empatik, kehadiran kami dapat membantu orang tua usia lanjut untuk mengatasi tantangan emosional mereka dan memulihkan kualitas hidup mereka. Evaluasi proses dan hasil pemulihan menegaskan bahwa pendekatan ini efektif dalam membawa perubahan positif bagi kesejahteraan batin lansia. Dengan demikian, kegiatan pengabdian masyarakat ini memperkuat komitmen kita untuk memberikan perhatian yang lebih baik terhadap orang tua usia lanjut dan memastikan bahwa mereka merasa dihargai, didukung, dan bahagia dalam fase penuaan mereka.

SARAN DAN UCAPAN TERIMA KASIH

Menjadi harapan bahwa kegiatan seperti ini dapat dilanjutkan dengan topik lainnya yang menjadi kebutuhan di Yayasan True Love Batam. Dan ucapan terima kasih kepada Wilson Zalogo sebagai Pembina Yayasan True Love Batam, Intan Lia Waoma selaku Ketua Yayasan True Love Batam yang sudah menjadi penerima kami sehingga

terselenggaranya kegiatan ini. Demikian juga ucapan terima kasih kepada Septerianus Waruwu selaku ketua program studi teologi STT Real Batam serta untuk dosen dan mahasiswa yang turut mendukung kegiatan PKM ini, baik pikiran, waktu, tenaga dan dana.

DAFTAR PUSTAKA

- Alshammari, Dalal Rahil, Maha Fuhied Alharthi, Aisha Essa Alharbi, Farhan Muhareb, Oqail Alanazi, and Mosaed Shujaa Alharby. "The Negative Consequences of Poor Treatment of the Elderly Patients in Hospitals" (2022): 33–39.
- Gulo, Rezeki Putra, and Agus Mawarni Harefa. "Problematika Orang Kristen Masa Kini Dalam Bingkai Pelayanan Pastoral Konseling" 1, no. 1 (2023).
- Komatsu, Hiroko, Hidehito Niimura, and Kaori Yagasaki. "Process of Inner Change in Advanced Age : A Qualitative Study of Older Adults in Their Early 90 S." *BMC Geriatrics* (2022): 1–10. <https://doi.org/10.1186/s12877-022-03665-5>.
- Mefteh, Kidus Yenealem. "Health Related Challenges of Rural Elderly Living in Co-Residential Family Care Arrangements Health Related Challenges of Rural Elderly Living in Co-Residential Family Care." *TQR* 27, no. 8 (2022): 1765–1782.
- Putra, Eduardus Only, Kornelis Federiko, Wilfridus Tali Talan, Sabinus Dua Huar, and Marhisar Simatupang. "Pastoral Konseling Sebagai Solusi Mengatasi Depresi." *Empowerment* 3, no. 1 (2023): 30–35.
- Yulius, Martinus Irwan. "Reksa Pastoral Care Elaborasi Pendekatan Holistik Bagi Pendampingan Lanjut Usia" 52, no. 1 (2023).
- Yunhan, Li. "Research on the Practice of Art Education in Colleges for the Elderly under the Background of Aging Society" 5, no. 1 (2023): 8–12.