

Konseling Krisis Pernikahan Kristen Studi Kasus Dampak Perselingkuhan Isteri

Naumi Kadarsi M.Th (STT Imanuel Pacet)

nkadarsi@gmail.com

Abstract: The household will not always run in harmony. Sometimes there is a phenomenon that ends with each other's competing egos feeling right. It is at these times that the role of the counselor is important to provide assistance so that non-conducive situations can be resolved.

A crisis situation experienced by a husband and wife requires assistance. In the Bible, one example of the crisis that Esther experienced was becoming queen without her having thought of being an exile in Persia. But due to the failure of Queen Vashti to maintain her role as queen, Esther changed her fate from exile to queen. But the problems of his people awaited him to act, the policy of King Ahasuerus wanting to crush the Jews. A crisis situation is similar, when David faced the death of his first child, the result of his affair with Bathsheba.

The phenomenon that is discussed in this study is related to infidelity. Husband and wife relationship that has been built for more than 25 years, must run aground because of infidelity. The length of the marriage does not guarantee. The survey data states that some women have an affair because they feel that their partner is no longer giving complete attention. Meanwhile, the men admit to having an affair because they meet a woman whose appearance is more beautiful and attractive than their legal partner.

This phenomenon is part of qualitative research. By using certain steps, namely describing the results of observations, analyzing the results of observations or trying to understand existing phenomena and then interpreting them to provide responses. As a result of answering the why and how environment can occur in the family. In addition, the researchers carried out the counseling stages in describing the research being carried out.

Basic research that makes counselees aware of the sanctity of marriage. Then try to understand the problem, namely the occurrence of an affair. Followed by phases in dealing with separation and crisis counseling approach techniques. The results obtained were that an affair occurred because the husband and wife had lost their love, communication in the family had involved a third party, and it was too easy to decide decisions without careful consideration, including without being based on the rules of God's word.

Key words: crisis counseling, infidelity and its impact

Abstrak : Tidak selamanya rumah tangga itu akan berjalan harmonis. Terkadang ada fenomena yang berujung dengan ego masing-masing yang saling bersaing merasa benar. Di saat-saat inilah peran konselor penting untuk memberikan pendampingan agar situasi yang tidak kondusif dapat diatasi.

Situasi krisis yang dialami pasangan suami isteri membutuhkan pendampingan. Dalam Alkitab, salah satu contoh krisis yang dialami oleh Ester menjadi ratu tanpa pernah terpikirkan olehnya sebagai orang buangan di Persia. Tetapi karena kegagalan ratu Wasti mempertahankan perannya sebagai ratu, Ester berubah nasibnya dari orang buangan menjadi ratu. Tapi masalah bangsanya menantinya untuk bertindak, kebijakan raja Ahasyweros mau menumpas orang-orang Yahudi. Situasi krisis sama halnya, ketika Daud menghadapi kematian anak pertama, hasil hubungan gelapnya dengan Betsyeba.

Fenomena yang menjadi pembahasan dalam penelitian ini berkaitan dengan perselingkuhan. Hubungan suami isteri yang telah terbina 25 tahun lebih, harus kandas karena perselingkuhan. Lamanya pernikahan tak menjamin. Data survei menyatakan ada beberapa wanita berselingkuh karena merasa pasangannya tidak lagi memberikan perhatian yang utuh. Sementara para pria mengaku selingkuh karena bertemu wanita yang penampilannya lebih cantik dan menarik dibandingkan pasangan sahnya. Fenomena merupakan bagian dari penelitian kualitatif. Dengan menggunakan langkah tertentu yakni mendeskripsi hasil pengamatan, menganalisis dari hasil pengamatan atau mencoba memahami fenomena yang ada dan kemudian menafsirkan untuk memberikan tanggapan. Sebagai hasil jawaban mengapa dan bagaimana perselingkuhan dapat terjadi dalam keluarga. Selain itu peneliti melakukan tahapan konseling dalam melakukan pendeskripsian penelitian yang dilakukan.

Dasar penelitian bahwa menyadarkan konseli tentang kekudusan pernikahan. Kemudian mencoba memahami permasalahan yakni terjadinya perselingkuhan. Dilanjutkan dengan fase-fase dalam menghadapi perpisahan dan teknik pendekatan konseling krisis. Hasil yang didapat, perselingkuhan terjadi karena suami dan isteri sudah pudar rasa cintanya, komunikasi dalam keluarga sudah melibatkan pihak ketiga, dan terlalu mudah memutuskan keputusan tanpa pertimbangan yang matang termasuk tanpa didasari aturan firman Tuhan.

Kata kunci: konseling krisis, perselingkuhan dan dampaknya

Pendahuluan

Keluarga yang harmonis adalah keluarga yang berjalan dengan selaras, serasi, disiplin, tolong menolong, saling memaafkan dan saling menghargai.

Tetapi kecenderungan seseorang mempertahankan ego masing-masing. Sebagai wujud mempertahankan ego, salah satunya mencari pelampiasan dengan melakukan tindakan menyimpang seperti berselingkuh.¹ Hubungan yang tidak semestinya, dilakukan oleh seseorang yang sudah berkeluarga ataupun belum dengan orang lain yang bukan pasangannya. Hal ini menjadi rusaknya keharmonisan keluarga yang seharusnya selaras dan serasi, menjadi timpang karena adanya orang ketiga.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Lailil Husna dalam judul Motif Istri Melakukan Perselingkuhan Studi Kasus di Jorong Unggan Bukit Negeri Unggan Kecamatan Sumpar Kudus kabupaten Sijunjung menghasilkan adanya faktor ekonomi, napsu yang kuat, kurangnya komunikasi dan juga pengaruh lingkungan dalam hal ini adalah teman.²

Berdasarkan artikel karya Hestianingsih Alisa Kintan dalam tulisannya berjudul Ini Penyebab 77% Orang Selingkuh Menurut Survei – Wolipop <https://wolipop.detik.com>, terbit 19 Jan 2018 menuliskan alasan seseorang melakukan perselingkuhan, berdasarkan The Journal of Sex Research melakukan penelitian terhadap 495 orang. Dari hasil penelitian tersebut menyebutkan faktor yang paling banyak jadi alasan orang berselingkuh. karena kurangnya rasa cinta. Sebanyak 77% partisipan mengaku berselingkuh karena rasa cinta yang sudah berkurang.

Data tersebut sangatlah memprihatinkan, artinya sebagian besar orang selingkuh karena sudah tidak cinta lagi dengan pasangannya Sedangkan 70% responden lainnya mengatakan bahwa perselingkuhan terjadi karena merasa diabaikan, dan ada 70% responden mengatakan perselingkuhan terjadi ketika sedang mabuk atau di luar kesadaran karena terpengaruh alkohol atau obat terlarang. Sementara itu beberapa responden mengaku selingkuh karena marah

¹Setiadi M. Elly dan Kolip Usman, Pengantar Sosiologi, Jakarta: Kencana Prenada Media, 2011, hal.219.

²Lailil Husna, Motif Istri Melakukan Perselingkuhan (Studi Kasus di Jorong Unggan Bukit Negeri Unggan Kecamatan Sumpar Kudus kabupaten Sijunjung), Sumatera Barat, STKIP PGRI, 2016.

kepada pasangannya. Penyebab lainnya berselingkuh demi mengatasi rasa rendah diri.

Penemuan tersebut mendukung hasil temuan sebelumnya yang dilakukan Superdrug Online Doctor. Dikutip dari This Is Insider, menyatakan ada beberapa wanita berselingkuh karena merasa pasangannya tidak lagi memberikan perhatian yang utuh. Sementara para pria mengaku selingkuh karena bertemu wanita yang penampilannya lebih cantik dan menarik dibandingkan pasangan sahnya.³

Dari hasil survey tersebut dapat disimpulkan bahwa pria berselingkuh karena penampilan fisik lawan jenisnya. Sedangkan perempuan berselingkuh karena masalah perasaan hatinya. Dalam hal ini tidak dipengaruhi oleh lamanya pernikahan ataupun lawan jenis tersebut sudah berkeluarga ataupun belum. Tetapi yang pasti berselingkuh itu melakukan hubungan dengan seseorang yang berbeda jenis kelamin dengannya dan bukan pasangannya dalam ikatan yang telah atau belum sah secara hukum negara maupun agama tetapi melebihi pertemanan biasa dengan lawan jenisnya.

Penelitian ini terjadi pada saat kunjungan atau visitasi ke rumah keluarga untuk melakukan konseling keluarga. Istilah konseling dari kata *counsel* yang berarti bersama atau berbicara bersama.⁴ Konseling adalah hubungan timbal balik antara individu, yaitu konselor yang berusaha menolong atau membimbing dan konseli atau pasangan konseli yang membutuhkan pengertian untuk mengatasi persoalan yang dihadapi.⁵ Konseling keluarga dirancang dan difokuskan pada masalah-masalah keluarga dalam usaha untuk membantu memecahkan masalah yang dialami oleh pribadi konseli.

³Hestianingsih Alisa Kintan dalam tulisannya berjudul Ini Penyebab 77% Orang Selingkuh Menurut Survei – Wolipop <https://wolipop.detik.com>, terbit 19 Jan 2018

⁴Dra., Faizah Noer Laela, M. Si, Bimbingan konseling Keluarga dan Remaja, Surabaya: UIN Sunan Ample press, 2017, hal.16.

⁵Dr. Gary R. Collins, Pengantar Pelayanan Konseling Kristen, (Malang: Seminar Alkitab Asia Tenggara, 1989), hal.8-9.

Awalnya pihak isteri meminta konseling atau bimbingan atas pernikahannya yang telah hambar. Peneliti menemukan sesuatu yang janggal dengan jawaban-jawaban saling menyalahkan dari suami isteri. Selain jawaban yang diberikan, peneliti melihat tingkah laku maupun candaan yang dilakukan keluarga tersebut dengan teman yang berbeda lawan jenis.

Sesuatu yang janggal dengan teman laki-laki suami konseli dan juga dengan yang wanita teman perempuan dari konseli. Suami isteri sama akrabnya dengan lawan jenis teman-teman masing-masing, apabila berkunjung di rumah keluarga tersebut. Jadi kedua belah pihak, baik suami dan isteri ada teman lawan jenis yang sering berkunjung. Kelihatan diawalnya hanya sekedar teman tetapi perhatian maupun canda dari suami isteri dengan lawan jenis teman yang berkunjung itu berbeda. Terlihat akrab dan melebihi batas kunjungan seorang teman yang berkunjung, yakni ada perhatian satu sama lainnya dan juga kedekatan yang melebihi seorang teman.

Ketika peneliti mengkonfirmasi mengenai kedekatan suami isteri dengan keberadaan teman yang berbeda lawan jenis tersebut, kedua belah pihak menjawab bahwa hubungannya hanyalah sebatas teman dekat saja tetapi berbeda dengan teman-teman lainnya karena lebih akrab dan sudah seperti saudara saja. Bahkan setiap permasalahan yang ada dalam keluarga tersebut terkadang teman-teman tersebut ikut memutuskan atau bahkan terlibat mengambil tindakan. Misal anak sakit, yang mengurus teman-teman tersebut. Panggilan akrabpun telah disematkan bagi mereka yang juga disebut papa dan mama. Peneliti berasumsi bahwa ada sesuatu yang tidak wajar dalam hubungan suami istri maupun teman dekat keluarga tersebut.

Pengumpulan data dari hasil konseling dan pengamatan ini, peneliti tuliskan dalam suatu jurnal penelitian guna memberikan paparan tahapan konseling maupun untuk pembelajaran bersama mengenai perselingkuhan yang terjadi dalam hubungan pernikahan. Oleh karena itu peneliti tertarik dengan memberi judul konseling krisis pernikahan studi kasus perselingkuhan.

Studi kasus dikaitkan dengan fenomena saat ini. Rusaknya hubungan keluarga bahkan hingga terjadi perceraian karena adanya pihak ketiga dalam hubungan suami isteri. Menurut harian Jawa Pos.com bahwa 82% selingkuh dilakukan bersama teman dekat atau rekan kerja. Menurut survei, seseorang berselingkuh kemungkinan besar dengan seorang teman, rekan kerja, atau bahkan tetangga dekatnya. Bahkan istri lebih mungkin berselingkuh dengan seseorang di lingkungan dekat keluarga tersebut.⁶

Metodelogi

Penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif dengan metode fenomenologi. Rancangan penelitian model kualitatif diaplikasikan pada bidang keilmuan humaniora, psikologi, sosiologi, ilmu politik, antropologi dan juga ilmu teologi⁷ Walaupun tidak dapat dipastikan hasilnya, pendekatan kualitatif lebih fleksibel dengan menggunakan langkah tertentu yakni mendeskripsi dengan mengamati, menganalisis dengan mencoba memahami dan menafsirkan untuk memberi tanggapan.

Rancangan penelitian menggunakan metode fenomenologi dengan mencoba memahami berbagai perilaku manusia diawali dari suatu fenomena. Pendekatan fenomenologi ini meneliti, mengamati suatu pengalaman yang dialami secara sadar oleh seseorang atau sekelompok orang. Pengalaman tersebut diamati, diteliti dan juga diperiksa melalui penjelasan terperinci dari orang yang diamati.⁸

Subjek dalam penelitian ini berjumlah satu orang dengan karakteristik berjenis kelamin perempuan berusia 45 tahun, sudah menikah, memiliki 4 anak,

⁶Nurul Adriyana Salbiah, 3 Juni 2020, 82 Persen Selingkuh Dilakukan Bersama Teman Dekat atau ...<https://www.jawapos.com> lifestyle, diakses, Kamis, 29 April 2021

⁷John W. Creswell, *Research Design: Qualitative & Quantitative, Approaches* (Thousand Oaks: Sage Publications, 1994)11-12.

⁸Andreas B. Subagyo, *Pengantar Riset Kuantitatif dan Kualitatif*, Bandung: Yayasan Kalam Hidup, 2014, hal. 112.

bekerja di salah satu konveksi tetapi bisa dikerjakan di rumah dan dituduh telah melakukan perselingkuhan yang berujung dengan terpisah dari keluarganya. Seorang ibu yang sedang mengalami despresi karena tuduhan tak beralasan dan juga berpisah dengan anak-anaknya.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik wawancara, observasi dan dokumentasi. Peneliti melakukan pengumpulan data dengan melakukan pengamatan, observasi maupun wawancara dengan kedua belah pihak yakni suami dan isteri. Peneliti datang atau berkunjung ke keluarga yang diteliti.

Pembahasan Konseling Krisis

Lika liku dalam berumah tangga merupakan serentetan krisis yang silih berganti. Ada beberapa krisis yang dapat diramalkan dan diantisipasi tetapi ada yang betul-betul merupakan kejutan-kejutan yang berkembang dari situasi kondusif berubah menjadi situasi tidak kondusif. Di saat-saat inilah peran konselor penting untuk memberikan pendampingan agar situasi yang tidak kondusif dapat diatasi.

Salah satu contoh krisis yang dialami oleh Ester. Sebagai seorang ratu Persia yang baru saja menggantikan ratu Wasti, bukanlah hal yang mudah ketika mendengar berita bahwa bangsanya yakni Yahudi akan ditumpas dari Persia. Satu-satunya jalan hanya menemui sang raja di luar waktu yang ditentukan raja. Kendala yang akan dihadapinya adalah kemarahan raja Ahasyweros dan akibatnya hukuman mati, Ester 4: 11. Tetapi Ester mampu menemui raja tanpa menghadapi amarah raja karena Ester mendapatkan perkenan raja Ester 5:2.

Bahkan Ester mengadakan perjamuan makan dengan raja beserta lawannya tanpa nampak kegundahan hati karena masalah yang dihadapinya. Bukan hal yang mudah bagi Ester untuk melakukan pertemuan tanpa amarah raja dan juga bukan hal yang mudah bagi Ester untuk mengendalikan perasaannya

dengan makan semeja dengan lawannya yang ingin memusnahkan kaum Yahudi dari Persia.

Mordekhai mengasuh dan membesarkan Ester, anak dari kemenakannya yang telah meninggal. Sebagai anak yang dibesarkan Mordekhai, Ester selalu menuruti nasihat Mordekhai. Bahkan ketika memasuki istana Ahasyweros, Ester tidak menunjukkan identitas bangsanya atas permintaan Mordekhai, yang adalah pamannya Ester 2:10, 20. Dari hal ini jelas bahwa Mordekhai selain sebagai paman bagi Ester tetapi juga penasihatnya. Mordekhai yang mengingatkan Ester untuk peduli dengan bangsanya Ester 4:13-14.

Kisah di atas sebagai penggambaran krisis yang dialami oleh seseorang ratu. Ester secara tiba-tiba mengalami perubahan dari orang biasa dalam pembuangan Yahudi di Persia menjadi seorang ratu dan belum lama mengikuti aturan undang-undang dalam istana raja, ada orang lain yakni kepercayaan rajanya yakni Haman ingin memusnahkan bangsanya. Pengertian krisis dalam buku *Konseling Krisis* karya Norman Wright bahwa krisis disebabkan oleh beberapa factor yang menyebabkan kehilangan atau ancaman kehilangan sesuatu yang penting dalam hidupnya.⁹

Situasi tersebut sering menimbulkan suatu reaksi dari dalam diri seseorang terhadap suatu bahaya dari luar. Hilangnya kemampuan untuk mengatasi selama sementara waktu menjadi krisis yang terjadi dalam dirinya. Gangguan fungsi emosi dalam situasi tersebut dapat kembali seperti semula dan dapat terjadi pemulihan apabila orang tersebut dapat menangani krisis yang terjadi secara efektif maupun efisien.

Bila digambarkan dengan seseorang yang sedang sakit, timbulnya dua kemungkinan perubahan yang diharapkan yakni sembuh atau tidak. Perubahan yang terjadi dalam pernikahan, menuju dua arah yakni bahagia atau menderita karena berbagai hal tanpa penyelesaian. Perubahan yang terjadi dalam rumah tangga pada usia awal tahun-tahun pernikahan terjadi pada usia pernikahan yang

⁹H. Norman Wright, *Konseling Krisis: Membantu Orang Dalam Krisis Dan Stres*, Malang, Gandum Mas, 1993

telah ditempuh lebih dari 5 tahun. Data Kompas.com bahwa wanita dengan usia pernikahan 6-10 tahun lebih rentan terhadap perselingkuhan dibanding pernikahan baru atau sudah lama menikah. Sedangkan pada pria, semakin lama usia pernikahan, semakin rentan pula untuk selingkuh.¹⁰

Salah satu ciri khas seseorang dapat mengatasi suatu krisis tergantung dari kondisi iman dan pengenalannya akan Tuhan. Situasi krisis itu mampu menghancurkan apabila tidak dapat ditangani dengan baik. Tetapi saat situasi krisis yang menghancurkan itu sering kali dapat juga memurnikan, mentahirkan dan membawa orang tersebut kepada penyerahan kepada Allah. Saat kehancuran itu dapat dipakai Roh Kudus untuk memberikan penghiburan dan pengajaran.¹¹

Bukan berarti menunggu kehancuran seseorang itu dipulihkan, tetapi Tuhan bisa memakai orang yang hancur hati dan berniat berbalik dari kehancuran yang dipilih. Sebagaimana Daud ketika ditegur Natan karena telah berselingkuh istri Uria dan melakukan siasat licik menghabisi Uria di medan perang. Penyesalan Daud dengan merantap dan berpuasa telah mendapatkan kasih Tuhan dengan melahirkan anak lagi setelah kutuk anak pertamanya meninggal 2 Samuel 12:9-25.

Tahapan orang yang sedang mengalami krisis yakni konseli menghadapi kejadian yang lebih dari biasanya, akan menimbulkan pengaruh atas kesadarannya. Dampaknya konseli memerlukan kondisi untuk bertahan. Walaupun pengaruh dari despresinya telah membuat lesu ataupun tak berdaya. Kemudian konseli akan menarik diri bahkan mengalami kebingungan, dalam kondisi ini konseli melakukan penyangkalan atas perasaan yang dialaminya. Setelah tahapan emosi, konseli kembali menyesuaikan diri atas perubahan yang dialaminya. Selanjutnya membangun kembali dan melakukan perdamaian.

¹⁰Iwan Supriyatna, 8 September 2017, Kapan Pria dan Wanita Memiliki Kecenderungan Selingkuh Tinggi? <https://lifestyle.kompas.com>., diakses Kamis, 29 April 2021.

¹¹Charles R. Swindoll, *Growing Strong in The Seasons of Life* Portland, Ore: Multnomah, 1983.

Fase-fase orang menghadapi krisis biasanya terlalu singkat tetapi ada dampak yang dihasilkan dalam krisis tersebut. Pastinya menimbulkan suatu perubahan baik keadaan, sikap ataupun cara pandang hidupnya. Keadaan emosi yang dihasilkan oleh seseorang yang mengalami suatu krisis harus diatasi dan dikembalikan agar menjadi terkandali dan tidak menimbulkan krisis yang baru. Untuk itulah pendampingan diperlukan bukan karena saat krisis terjadi tetapi pada saat usai dari krisis tersebut selesai. Dengan demikian konseli mampu untuk menjalani kehidupan lebih lanjut dan lebih baik lagi sebelum terjadinya krisis.

Pendampingan krisis mengenai suatu keluarga yang awalnya bahagia dan harmonis dengan dikaruniai 4 anak, usaha wiraswasta yang sudah dijalani mengalami perkembangan yang cukup maju. Telah dijalani selama 22 tahun, usia pernikahan yang telah cukup berjalan dengan baik. Tetapi terjadilah permasalahan yang mengubah suasana Bahagia, timbulnya tuduhan maupun kecurigaan antara suami istri yakni adanya perselingkuhan di antara keduanya yang berujung dengan perpisahan.

Krisis terjadi karena dampak dari kekeringan atau kesuaman hubungan suami isteri. Pernikahan telah berjalan 22 tahun bahagia, walaupun terkadang ada kerikil-kerikil kecil permasalahan keluarga yang nampaknya dapat teratasi dengan baik. Misal konflik membesarkan anak yang usia kelahirannya memiliki jarak yang cukup dekat. Tetapi bila sesungguhnya tidak terselesaikan dengan baik benar akan menimbulkan bom pada akhirnya.

Dan konflik dari krisis yang terjadi, telah menimbulkan kecemasan terlihat dalam perilakunya di luar dari kebiasaan sehari-harinya. Misal konsentrasi dan daya ingat menurun, kondisi fisik menurun (pusing-pusing, diare, jantung berdebar-debar, frigid, ataupun impoten), tidak dapat tidur dengan nyenyak, dan perasaan berdosa yang tidak dapat diampuni, kelihatan bingung dan lain sebagainya.

Perselingkuhan

Victoria Milan merupakan situs kencan Eropa didirikan oleh Sigurd Vedal, menjelaskan alasan wanita yang sudah menikah selingkuh. Menurutnya kemungkinan karena pihak suami tidak memberi perhatian dan rasa hormat yang pantas. Walaupun ada asumsi bahwa pihak isteri masih mencintai pasangannya, tapi percikan itu telah lenyap dari pernikahan, seperti dilansir dari laman Your Tango.

Vedal menambahkan apa pun alasannya, berselingkuh dapat membantu wanita yang sudah menikah menemukan kembali semangat hidup, sensualitas, dan gairah fisik yang mungkin telah dilewatkan. Dalam pernikahan, semangat hidup, sensualitas maupun gairah fisik adalah kebutuhan universal. Termasuk mendambakan kenikmatan seksual adalah sesuatu yang diinginkan untuk dimiliki, tidak peduli bagaimana caranya dan walaupun banyak perbedaan lain yang mungkin dimiliki oleh kedua belah pihak yakni suami dan isteri.¹²

Selingkuh menurut KBBI adalah suka menyembunyikan sesuatu untuk kepentingan sendiri, tidak berterus terang, tidak jujur, curang, serong, menyeleweng.¹³ Bird dan Melville memberikan suatu penjelasan bahwa perselingkuhan dilakukan oleh salah satu pasangan yang telah menikah dengan melakukan hubungan melebihi batasan pertemanan dengan orang lain yang bukan pasangannya.¹⁴

Jadi perselingkuhan terjadi dalam satu pasangan, tanpa diketahui pasangan lainnya, berhubungan dengan lawan jenis tetapi melebihi hubungannya dengan

¹²Wida Kriswanti, 16 April 2021, Waduh, wanita cenderung Kepikiran Selingkuh di Umur Segini, *Tabloidbintang.com*, diakses 29 April 2021.

¹³Arti kata selingkuh - Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) ...<https://kbbi.web.id>, diakses 29 April 2021

¹⁴Bird, E & Melville, K. *Families and Intimate Relationship*. New York: Mc. Graw Hill, Inc, 1994

teman sewajarnya teman dan tidak jujur atau menyembunyikan dari pasangannya yang sesungguhnya.

Pendampingan Krisis Akibat Kecurigaan Adanya Perselingkuhan

Pendampingan dalam konseling pernikahan membantu konseli menghadapi permasalahan-permasalahan yang sering timbul dalam pernikahan, tetapi dalam hal ini khususnya perselingkuhan. Terlebih dahulu didasari dengan hakekat dari pernikahan kudus, rancangan Allah atas keluarga.

A. Pernikahan Lembaga Allah Pertama

Dalam penciptaan di Kej. 2:18-25 dituliskan bahwa keluarga suatu lembaga awal yang dibentuk oleh Allah dari persatuan antara Adam dan Hawa dan Allah tidak menghendaki perceraian, Maleakhi 2:16 nyata tertulis bahwa Allah membenci perceraian. Sama halnya Yesus ketika dihadapkan oleh orang-orang Farisi tentang perceraian, apa yang dipersatukan Allah tidak boleh diceraikan manusia Mat.19:3-6.

Walaupun Yesus tidak menikah tetapi dengan jelas Ia menyetujui pernikahan dan keluarga adalah lembaga yang diciptakan Allah pertama kali pada awal penciptaan, tertulis di kitab injil Matius 19:6-9. Walaupun jawaban Yesus telah tegas melarang perceraian, orang-orang Farisi masih tetap mencobainya dengan berkata: "Jika demikian, apakah sebabnya Musa memerintahkan untuk memberikan surat cerai jika orang menceraikan isterinya?". Respon Yesus bahwa karena ketegaran hati bangsa Israel, Musa mengizinkan perceraian terjadi di zamannya, tetapi sejak semula tidaklah demikian. Dan Yesus menegaskan kembali: Barangsiapa menceraikan isterinya, kecuali karena zinah, lalu kawin dengan perempuan lain, ia berbuat zinah.

Paulus dalam suratnya kepada jemaat Korintus juga menegaskan bahwa Tuhan menolak perceraian walaupun Paulus sendiri tidak menikah 1 Kor. 7:10.

Bahkan dalam surat-suratnya mengenai kehidupan rumah tangga antara suami dan istri jelas dituliskan untuk saling mengasihi, menghormati dan tunduk seperti kepada Allah. Bahkan digambarkan pernikahan mengandung rahasia Allah dalam hubunganNya dengan jemaat Efesus 5: 22-33, Kolesse 3:18-19. Paulus juga memberikan nasehat kepada Timotius dan Titus bahwa rumah tangga yang sehat menjadi dasar atau syarat seorang penilik jemaat ataupun kehidupan seorang pelayan Tuhan.

Petrus juga memberikan nasehatnya bahwa seorang suami harus bijaksana dan lembut terhadap istrinya dan seorang istri harus tunduk kepada suaminya I Pet. 3:5-7. Kebijakan, kelembutan dan penundukan diri merupakan gambaran kehidupan rumah tangga yang diharapkan oleh Petrus. Petrus merupakan salah satu contoh murid Yesus yang memiliki keluarga Matius 8:14.

Pemahaman gereja mengenai pernikahan, menurut Martin Luther maupun Yohanes Calvin sama-sama memahami bahwa pernikahan merupakan sebuah institusi sosial yang kudus, yang melibatkan lelaki dan perempuan yang diteguhkan dan diberkati oleh Allah. Dalam bahasa Calvin, pernikahan merupakan “sebuah tatanan yang baik dan kudus dari Allah.”¹⁵

Pernikahan untuk merasakan kasihNya yang tanpa syarat dalam melayani Allah dan sesama dengan motivasi yang benar Yoh. 21:15-17 dan juga melanjutkan misi Allah di bumi Kej. 1:28.¹⁶ Bahwa pernikahan juga memiliki keunikan karena ada rahasia Allah dalam keluarga. Suami sebagai kepala merupakan gambaran Allah dalam jemaat. Dalam hal ini penundukan diri harus ada dalam kedua belah pihak karena keduanya memiliki peranan yang berbeda untuk satu kesatuan dalam Kristus.

Tuhan menghendaki pasangan yang telah dipersatukan dalam pernikahan, meninggalkan ayah dan ibunya Kej. 2: 4. Bukan alasan karena ketidaksukaan terhadap orang tua masing-masing tetapi maksudnya kedua orang tua dari

¹⁵Johanes Calvin, *Institio: Pendidikan Agama Kristen*,

¹⁶Yakub B. Susabda, *Pastoral Konseling* jilid 2, Malang: Gandum Mas, 1981

pasangan tersebut, tidak lagi atau mengurangi campur tangan orang tua dalam masalah rumah tangga anak-anaknya.¹⁷ Perbedaan paham dan karakter akan mengakibatkan perselisihan yang ujungnya melibatkan anak-anak mereka masing-masing. Menjadi satu daging berarti menjadi satu kesatuan antar suami istri dalam roh maupun dalam daging bukan bersama orang tua masing-masing.

Pernikahan merupakan interaksi suami istri yang didalamnya mengandung hubungan yang seimbang, Untuk itu, komunikasi dan saling percaya adalah dasar untuk menjalin interaksi agar tetap seimbang. Walaupun hubungan suami isteri atau sex, pada dasarnya merupakan hal yang berharga tetapi dapat juga membahayakan. Interaksi dalam hal ini mesti menjadi *conjoint union* yakni dengan cara saling memahami dengan jelas satu sama lain.¹⁸

Oleh karena itu dalam pernikahan saling menghargai dan toleransi satu sama lain. Relasi dalam interaksi ini bukan hal yang statis tetapi relasi dalam interaksi itu selalu menghadapi perubahan, dan dengan demikian dibutuhkan kesediaan masing-masing untuk menghadapi perubahan tersebut dengan bersama sampai akhir hayat. Dengan tetap menjaga komitmen pernikahan tetap satu hingga maut yang memisahkan.

B. Kasus Permasalahan Krisis Yang Dihadapi Konseli

Konseli pada waktu itu menelepon dan memberitahukan bahwa konseli akan pergi dari rumah karena telah dituduh melakukan hutang dan berselingkuh tanpa dasar. Kondisi pada waktu menelepon, konseli dalam keadaan kacau karena menangis, bingung, dan marah. Pada tahap awal ini konselor melakukan tindakan, yakni mendengarkan dan memberikan motifasi menghibur dan menuntunnya agar tidak salah mengambil keputusan. Konseli diharapkan untuk mengambil tindakan

¹⁷Benny Santoso, M.Th., Rumah tangga dan Perkawinan dalam rancangan Allah, Yogyakarta, Andi offset, 1986

¹⁸Julianto Simanjutak, Perlengkapan seorang Konselor, Jakarta: layanan Konseling Keluarga dan Karir (LK3), 2007.

dan berpikir ke hal yang positif yakni tenang dan tidak memutuskan suatu keputusan yang akan lebih berakibat fatal.

Konseli mengikuti saran konselor untuk tenang dan tetap melakukan aktifitas rumah tangganya. Tahap awal ini konselor mengharapkan pertemuan lanjut dengan konseli. Dari pertemuan yang dilakukan secara tatap muka, data awal adalah permasalahan tentang pinjaman yang disertai dengan kecurigaan suami terhadap penggunaan uang yang boros. Alasan pihak isteri, yang pasti tuduhan boros tersebut disanggahnya, menurut konseli pinjaman yang dilakukan digunakan untuk kebutuhan ekonomi dan biaya sekolah karena memiliki 4 anak (satu anaknya telah bekerja sebagai pramuniaga di salah satu toko tetapi baru menikah beberapa bulan sebelum konflik, sedangkan 3 anaknya masih sekolah yakni, SD, SMA dan SMP).

Suami konseli bekerja sebagai wiraswasta kuliner yang cukup. Intinya tidak mungkin konseli berhutang untuk kesenangan pribadinya karena terpenuhi walaupun pas-pasan. Usia pernikahan telah memasuki usia ke 25 tahun, bukan waktu yang singkat untuk saling mengenal satu sama lain dalam memenuhi kebutuhan rumah tangga dan telah terbukti dapat dijalani dengan bahagia bersama.

Perubahan sikap hidupnya, timbul saat tak ada permasalahan, yakni menjadi orang mudah marah dan tertekan. Sering keluhkan sakit perut, pusing bahkan sesak nafas. Padahal sebelum keluhkan sakit konseli kelihatan berbahagia bersama-sama keluarganya. Kemudian setelah peristiwa tuduhan tersebut, terjadi perubahan kegiatan, yakni di hari atau jam itu mulai keluhkan sakit dan pusing.

Pendampingan dalam menyelesaikan masalah, tidak semudah membalikkan tangan. Selang beberapa hari kemudian konseli memberitahukan bahwa konseli tidak tahan lagi dengan sindiran-sindiran yang diterima dari suami maupun dari anaknya yang telah menikah dalam hal keborosan maupun tuduhan telah berselingkuh.

Terlebih lagi dalam tuduhan yang ditujukan kepadanya yakni perselingkuhan tanpa dasar atau bukti. Akhirnya konseli mengambil tindakan

dengan berpisah. Konseli meninggalkan keluarganya tanpa ijin dari suami ataupun orang tuanya, kembali ke orang tua kandung konseli. Dalam hal ini konselor mengetahui ketika konseli menghubungi sudah berada di rumah orang tua kandungnya.

Kemudian selang beberapa hari kemudian, suaminya datang ke rumah orang tua konseli dan menyerahkan konseli kepada pihak keluarga konseli. Dengan memberitahukan permasalahan keluarganya dan keputusannya untuk berpisah tetapi bukan perceraian sah secara hukum negara. Dasar yang diambil oleh suami konseli adalah karena konseli sebagai isteri tidak menghormatinya sebagai suami ataupun kepala keluarga, pergi meninggalkan keluarga tanpa sepengetahuannya dan tidak ada pesan apapun juga dan menuduh bisa juga pergi dengan pacar selingkuhan konseli.

Perubahan-perubahan yang tidak semestinya mulai dialami yakni despresi karena merasa terlepas dari keluarga terutama anaknya yang paling bungsu, masih berumur 8 tahun dan atas rumah tangga yang telah lama dibina bersama berantakan. Harapan atau mimpinya akan masa depannya buyar dan juga mulai timbul kecurigaan maupun tuduhan tak mendasar di antara suami isteri terhadap teman terdekat dan lingkungannya. Muncul juga saling memberi teror melalui sms, telepon tengah malam, maupun diawasi segala gerak gerak konseli.

C. Tujuan Pendampingan Konseling Krisis Menunjukkan Permasalahan dan Perasaan Yang Sebenarnya

Menurut Jean Staplepton, Richard Bright dalam bukunya *Equal Marriage* berpendapat perkawinan bukanlah suatu lembaga yang mati. Konsep pernikahan telah berubah. Pada masa kini lebih banyak orang yang menikah pada waktu tertentu daripada sebelumnya. Dan juga lebih banyak bercerai pada waktu tertentu. Hal ini bukan karena perceraian lebih mudah sekarang tetapi karena orang lebih banyak mengharapkan beberapa hal dari suatu pernikahan.¹⁹ Misal

¹⁹Jean Staplepton, Richard Bright, *Equal Marriage*, Nashville Abigdon, 1976.

memutuskan menikah agar meningkat derajat hidupnya, ingin lepas dari kesulitan hidup, tidak ingin sendiri atau tidak mau kesepian, dan lain sebagainya.

Oleh karena itu pentingnya pendampingan ataupun penyuluhan pernikahan. Bimbingan konseling pernikahan dilakukan agar tidak terjadi atau tidak mudah memutuskan pernikahan ataupun memutuskan perceraian. Dasar pernikahan harus sesuai dengan dasar teologi pernikahan yakni lembaga yang dibentuk oleh Allah pada waktu penciptaan dan apa yang dipersatukan oleh Allah tidak dapat dipisahkan oleh apapun kecuali maut.

Pendampingan yang diharapkan adalah konseli mampu menunjukkan permasalahan sesungguhnya dari keputusan yang telah diambilnya. Pendampingan pastoral menyadarkannya atas tujuan pernikahan bukannya untuk menyenangkan orang tua ataupun kepuasan diri. Karena tujuan pernikahan dalam Kristus melebihi alasan apapun yakni bukan untuk mendapatkan kebahagiaan, ekspresi seksual, mendapatkan keturunan, saling memperhatikan dan menyediakan, atau apapun alasan lainnya. Tujuan pernikahan adalah menyenangkan Tuhan dengan mengorbankan kepentingan diri sendiri dengan dasar Kristus telah mati untuk semua orang, supaya mereka yang hidup, tidak lagi hidup untuk dirinya sendiri, tetapi untuk Dia, yang telah mati dan telah dibangkitkan untuk mereka, 2 kor. 5:15.²⁰

Konseli mengalami depresi karena kehilangan masa depan, harapan, keluarga yang dicintainya. Penanganan awal adalah mengatasi depresi akibat perubahan yang dialami konseli. Konseling awal ini akan membantu penyelesaian permasalahannya yakni membimbing konseli untuk merasa tenang dan menceritakan kembali tentang perubahan-perubahan ataupun hal-hal yang dialaminya dengan relaks tanpa tekanan.

Dengan demikian membantu konseli untuk mengembalikan konsep diri terlebih dahulu. Ketegangan yang telah dialami konseli perlu dinetralkan, pikiran

²⁰Garry Thomas, *Sacred Marriage: Bagaimana Seandainya Tuhan Merencanakan Pernikahan Lebih Untuk Menguduskan Kita Daripada Untuk Menyenangkan Kita?*, Yogyakarta : Yayasan Gloria, 2015

tenang atau rileks dengan mengatur pernafasan atau meditasi (doa perenungan dalam keheningan untuk mengalami kehadiran Allah yang penuh kasih di dalam Yesus Kristus)²¹.

Penerimaan atas diri sendiri, apa adanya dan menerima kenyataan yang telah terjadi membantu konseli untuk memandang masa depan lebih baik. Konseli dimungkin kembali menemukan kemungkinan-kemungkinan baru dan tetap berpegang atas impiannya yang telah rusak.²² Keputusan meninggalkan rumah dan kegoan masing-masing telah memisahkan konseli dengan anak-anaknya, diharapkan sudah dapat diterima dengan keiklasan konseli.

Pendampingan dilakukan untuk menyadarkan permasalahan yang sesungguhnya dengan menyusun dan melakukan pertanggungjawaban atas keputusannya. Pendampingan membawanya kembali pada konsep berpikir dan kepribadiannya yang sesungguhnya. Konseli menyadari atas keputusannya yakni berpisah tidaklah baik bila diambil pada saat kedua belah pihak emosi. Untuk itu konselor, melakukan mediasi antar keduanya tetapi masih pada keputusan bersama yakni berpisah tanpa ikatan hukum yang sah.

D. Fase-fase Dalam Menghadapi Perpisahan

Tahapan-tahapan ini menjadi dasar dalam mengadakan konseli pernikahan yang telah berujung kepada perpisahan sementara waktu. Tahapan-tahapan dalam perpisahan yakni penyangkalan. Konseli mengalami despresi karena kehilangan, kemarahan dan perasaan yang bertentangan. Perlunya peninjauan sikap maupun gaya hidup dan identitas dari harga diri, serta menerima dan mencapai tingkat fungsi yang baru.²³

²¹William F. Eckert, dkk, *The Prayer Of The Priest: Meditasi dan Hidup Imamat*, Jakarta : Kanisius, 1990

²²Judith & Michael Murray, *Dikala Impian Itu Sirna*, Jakarta : BPK Gunung Mulia, 1990.

²³H. Norman Wright, *Konseli Krisis; Membantu orang Dalam Krisis dan Stres*, Malang: Gandum Mas, 1996

Tahapan pertama ataupun fase pertama yang dihadapi konseli adalah penyangkalan. Konseli menyangkali bahwa sesungguhnya rumah tangganya tidak mengalami masalah apapun. Suami isteri merasa selama pernikahan berlangsung permasalahan yang terjadi telah selesai dan berakhir selalu baik.

Dalam komunikasi yang diadakan antara suami isteri tersebut, sesungguhnya setiap permasalahan dalam rumah tangga yang terjadi, tidak sampai kepada titik penyelesaian. Tetapi berakhir dengan kesimpulan isteri atau konseli harus menyesuaikan diri akan adanya perubahan yang ada, dari akibat permasalahan yang ditimbulkan yakni pinjaman atau hutang dan kecurigaan suami atas perselingkuhan yang dilakukan konseli. Yakni konseli sebagai istri hanya bisa menerima keputusan suami untuk tidak bekerja di tempat lain kecuali membantunya bekerja di wira usaha yang dijalani suami konseli dan konseli diminta memutuskan pertemanan dengan teman suami konseli atau berpisah tanpa ada tindakan hukum yang sah. Jadi suami konseli memutuskan tanpa mau mendengarkan sanggahan ataupun bukti fakta dari isterinya atau konseli.

Fase kedua adalah kehilangan dan despresi. Fase ini telah dialami oleh konseli yakni merasakan despresi akan adanya perubahan yang dialami. Perasaan kehilangan harapan, masa depan dan keluarga yang dicintainya. Konseli merasakan kekacauan yang amat sangat karena suami konseli masih menuduh adanya perselingkuhan dan pinjaman uang yang dilakukan konseli untuk bersenang-senang dengan selingkuhan isteri atau konseli.

Tahapan ketiga adalah kemarahan dan perasaan yang bertentangan. Hal ini terjadi ketika pernikahan yang dialami di ujung tanduk. Kedua belah pihak ketika diadakan mediasi saling menuding, marah bahkan berperilaku kasar. Konseli menuduh suaminya telah memiliki atau wanita idaman lain, begitu pula kebalikannya. Konseli dituduh suaminya telah memiliki pria idaman lain yakni teman suami konseli sendiri. Tuduhan dilontarkan dengan keras bahkan beradu mulut saling membalas. Koselor melakukan tindakan dengan memisahkan dan juga pada akhirnya menghentikan pertemuan mediasi karena suasana sudah tidak lagi kondusif.

Tahapan keempat adalah timbulnya perubahan gaya hidup dan identitas diri yang pudar, mengakibatkan perasaan harga diri dinodai. Timbulnya perasaan tidak layak bahkan untuk membangun hubungan pertemanan dengan yang lain. Konseli merasa tertolak bukan hanya dengan suami, anak-anaknya ataupun orang lain. Konseli merasa berdosa dan tidak layak hidup.

Konselor memberikan motifasi untuk menunjukkan kemampuannya bahwa konseli mampu dan layak bahkan konseli menunjukkan permasalahan yang terjadi dalam keluarganya bukan masalah ketidakmampuan mengurus rumah tangganya. Tetapi kegagalan terjadi bukan tanggung jawab satu pihak saja, konseli atau suami konseli tetapi kedua belah pihak. Apabila konseli telah menyadari kesalahannya yang mendasar, maka konseli diyakinkan untuk tidak mengulang kembali dan berusaha untuk memperbaiki kegagalannya.

Tahapan kelima ialah menerima dan mencapai fungsi yang baru. Dalam tahapan ini yang dialami oleh konseli masih belum seratus persen menerima. Masih terjadi pertentangan antara anak-anaknya. Ada yang bisa menerima dan ada yang belum mampu menerima. Masih terjadi pertentangan belum menemukan damai di antara kedua belah pihak. Keseimbangan belum didapat dari kedua belah pihak.

E. Teknik Pendekatan Dalam Konseling Krisis

Ada beberapa pendekatan yang digunakan dalam penanganan konseling krisis ini. Langkah awal adalah intervensi langsung.²⁴ Langkah awal ini diperlukan karena konseli dalam kondisi kacau dan sangat susah akibat tuduhan suaminya tentang adanya perselingkuhan dalam rumah tangga konseli. Saat itu konseli menelepon dalam kondisi galau.

Anjuran konselor yakni tidak melakukan tindakan yang hanya menurut emosi tanpa memikirkan akibat yang akan ditimbulkan kemudian yakni

²⁴Douglas A Paryear, *Helping People in Crisis*, San Fransisco: Jussey Bass, 1979.

melarikan diri dari rumah. Sebagai salah satu tujuan krisis adalah mencegah kehancuran dengan terpisahnya ikatan emosi dalam suatu keluarga.²⁵ Oleh karena itu diadakan pertemuan agar komunikasi dua arah lebih baik lagi dan memahami keberadaannya yang sesungguhnya.

Langkah kedua dalam melakukan pendampingan adalah melakukan tindakan komunikasi lebih lanjut. Hal ini dilakukan karena konseli merasa ragu dan memahami krisis yang sedang dihadapi. Konseli merasa putus asa terhadap peristiwa yang dialaminya. Oleh karena itu konseli diharapkan untuk mengisahkan kembali tindakan yang telah dilakukan sebelum terjadi tuduhan perselingkuhan tersebut.

Konsili juga dibawa atas pemahaman peristiwa maupun tindakan yang pernah menggoncang kehidupan keluarganya. Konseli diminta untuk merenungkan tentang adanya perubahan sikap atau kebiasaan yang telah mengubah dirinya dari kebiasaan sehari-hari. Selain itu konseli diberikan pemahaman letak kelemahan-kekuatannya dari hasil refleksi diri konseli,

Dari hasil pembicaraan awal, adanya kisah tentang pinjaman beberapa uang tanpa sepengetahuan suaminya. Menurut konseli, hal tersebut dilakukan untuk kebutuhan keluarga. Dua kali peristiwa meminjam uang dilakukannya tanpa sepengetahuan suami danitupun telah terbayarkan. Tetapi respon yang diterima konseli, dituduh berselingkuh dengan teman dekat suami konseli.

Dari wawancara yang dilakukan, konseli memiliki kelemahan mudah mengeluarkan uang tanpa perhitungan lebih lanjut selain itu cepat melakukan tindakan putusan tanpa pikir panjang dan juga mudah bergaul akrab dengan siapapun baik itu lawan jenisnya. Jadi konseli dikenal dalam lingkungan keluarga tempat tinggalnya adalah orang yang mudah bergaul akrab serta ramah dengan siapapun. Keakraban dan keramahan memang kelihatannya baik tetapi keakraban dan keramahan yang berlebihan hingga masalah keluarga tetangga pada tahu menjadi tidak wajar.

²⁵H. Norman Wright, *Konseling Krisis*, Malang: Gandum Mas, 1993.

Kelebihannya konseli dari pengamatan yang dilakukan, konseli adalah seorang pekerja keras, mudah mencari tambahan tetapi tidak memperdulikan resikonya yakni meninggalkan pekerjaan utamanya mengurus suami dan anak-anaknya. Pikir konseli bahwa konseli melakukan apapun untuk kebahagiaan keluarganya dengan memenuhi kebutuhan keluarganya. Oleh karena itulah, konseli sering kali keluar rumah bekerja srabutan selain menjahit di rumah.

Ada masalah yang mesti diselesaikan dengan segera yakni pinjaman dan rekonsiliasi dengan suaminya tanpa emosi dan curiga antar kedua belah pihak. Untuk masalah pinjaman, konseli dibimbing untuk bekerja sesuai dengan bidang yang diminati dan dikuasai yakni menjahit akhirnya selain menjahit baju di rumah, konseli melakukan dagang dengan cara *online* pakaian. Dan diharapkan konseli untuk mengurangi sikap akrab dan ramahnya terkhususnya dengan lawan jenis walaupun itu adalah teman baik suaminya.

Konseli diberikan pemahaman untuk melakukan perubahan yang baik sebagai bentuk ketidakbersalahannya. Yakni bertanggungjawab mengembalikan atas pinjaman yang telah dilakukannya tanpa menuntut dan melemparkan pertanggungjawaban kepada suami konseli. Karena menyadari bahwa tindakannya melakukan pinjaman tanpa sepengetahuan suami walaupun alasannya untuk mencukupi kebutuhan keluarga adalah salah. Dalam hal ini suaminya tetap diberitahukan walaupun tidak direspon dengan baik.

Konseli tetap dibimbing untuk setiap tindakan atau keputusan yang diambil setiap harinya, mesti memberitahu suaminya. Dalam hal ini konseli dibimbing untuk melakukan komunikasi terlebih dahulu. Karena kelemahan yang mendasar adalah kurangnya komunikasi antar kedua belah pihak.

Perubahan yang mendasar lainnya adalah keramahan dan keakraban dengan lawan jenis walaupun itu adalah teman baik suaminya tidak lagi dilakukan. Tidak ada curahan hati kepada orang lain walaupun itu adalah teman baik suaminya. Konseli diarahkan untuk melakukan tugas dan tanggung jawabnya sebagai isteri mengurus rumah tangga adalah yang utama bukan mencari kebutuhan tambahan.

Sedangkan rekonsiliasi dengan suaminya diadakan pertemuan lebih lanjut. Karena perasaannya masih saling terluka, emosi dan saling kecewa. Kehilangan kontrol antar kedua belah pihak disadari telah berujung dengan perasaan hancur. Konselor memberikan bimbingan perasaan yang hancur tersebut tidak berujung dengan kehancuran yang lebih lanjut. Dalam hal ini konseli dibimbing ke dalam langkah ketiga yakni mencegah suatu kehancuran dengan memulihkan keadaan konseli dalam keseimbangan.

Keseimbangan ini dapat dilakukan dengan memberikan konseli pemahaman agar emosi maupun prasangkanya tersebut merupakan hal yang normal saat menghadapi krisis. Kemudian konseli dibimbing dengan melakukan tindakan ataupun keputusan yang dapat diambilnya sesuai dengan kepentingan mendesak ataupun tidaknya. Dalam hal ini konseli yang telah bekerja, dibimbing untuk mengadakan rekonsiliasi dirinya sendiri dan dengan suaminya. Konseli dibimbing untuk membangun harapan dan kemungkinan harapan yang lebih positif lagi.

Konseli didukung memberikan keyakinan bahwa konseli tidak sendiri bahwa dirinya didukung, saat mengadakan mediasi dengan suaminya. Walaupun dalam pertemuan mediasi, untuk melakukan rekonsiliasi penuh dengan emosi, saling curiga dan saling menganggap benar. Upaya mediasi ini dilakukan beberapa kali. Dengan didasari bahwa dalam tiap pertemuan diharapkan, jauh dari rasa curiga maupun emosi. Dan tidak kalah pentingnya upaya yang dilakukan bukan untuk menambah kehancuran jadi tidak melakukan keputusan apapun di saat emosi dan curiga masih ada dalam setiap pertemuan.

Pendampingan mediasi yang dilakukan konselor juga dengan pihak orang tua konseli. Konselor mengingatkan kepada kedua belah orang tua untuk tidak ikut campur permasalahan anaknya. Karena keputusan yang diambil dikuatirkan, berat sebelah dan tidak dewasa. Begitu juga dengan ketiga anak konseli diberikan pemahaman dengan tidak ikut campur masalah orang tuanya. Sedangkan dengan suami istri tersebut diberikan pemahaman, untuk tidak melibatkan anak-anak maupun orang tua masing-masing dalam masalah rumah tangga. Usia pernikahan

yang sudah cukup matang, diharapkan lebih bijaksana dan dewasa dalam bertindak.

F. Atasi Masalah Dengan Cara Yang Berbeda Dalam Melihat Dan Merumuskan Masalah Serta Pertanggungjawabannya.

Konselor membimbingnya kembali untuk mengatasi masalah dengan cara pandang yang berbeda. Kemungkinan-kemungkinan yang berlainan dengan nilai-nilai yang diharapkannya. Misal dengan bekerja bersama suaminya, untuk menutup pinjaman yang telah dilakukan dan untuk menjalin komunikasi rekonsiliasi lebih baik lagi. Hal ini dilakukan agar konseli sebagai ibu rumah tangga dan hanya membantu usaha dagang suaminya. Karena wira usaha suaminya sebenarnya sudah cukup untuk memnuhi keperluannya pribadi misal membeli baju, perawatan salon kecantikan atau kebutuhan lainnya di luar kebutuhan keluarga.

Kemungkinan yang di luar penilaiannya adalah kemungkinan untuk rujuk atau rekonsiliasi ke arah penyatuan keluarga. Karena keegoan masing-masing suami isteri merasa benar dan tidak melakukan perselingkuhan. Konseli akhirnya hanya mampu berkata bahwa waktu nanti yang membuktikan kebenaran dari kedua belah pihak. Tetapi tetap konselor mengingatkan bahwa pernikahan itu kudus dan standart Tuhan tidak ada perceraian.

Tuduhan perselingkuhan yang telah berujung dengan perpisahan berdampak kehancuran yang lebih lagi. Misal anak-anaknya telah memiliki citra buruk atas keluarga orang tuanya. Anakanya yang paling bungsu mengalami kegoncangan perasaan hingga sakit. Hilangnya kepercayaan diri atas ibunya karena merasa bahwa tuduhan tersebut benar karena ibunya atau konseli telah meninggalkannya.

Keputusan yang telah diambil yakni perpisahan. Solusi untuk masalahnya diambil setelah mengetahui tujuan pernikahan bukan untuk kepentingan pribadi melainkan Tuhan. Konseli dibimbing juga untuk mempertanggungjawabkan

dengan berkomunikasi dengan pihak keluarga dan suami untuk menyamakan tujuan pernikahan.

Kebahagiaan itu pilihan melalui kasih Allah kepada manusia.²⁶ Kembali pada hubungan yang benar dengan Allah. Memutuskan perpisahan karena sakit hati karena adanya tuduhan bertentangan dengan kasih Allah. Konseli dibimbing untuk mengadakan rekonsiliasi dengan Allah kemudian berkomunikasi dengan keluarga dan suaminya dengan jujur dan terbuka untuk menemukan solusi bersama untuk kebaikan bersama dengan dasar sesuai kebenaran iman Kristen.

Berdasarkan langkah-langkah yang telah disusun konseli dengan pemahaman yang telah diberikan yakni konsep tujuan pernikahan Kristiani dan atas kehendak Allah atas hidupnya. Konseli telah memahami dengan jelas dan telah menemukan konsep berpikir yang benar.

Terjadinya krisis akibat komunikasi yang dibangun di antara keduanya disadarinya telah mengalami pemahaman konsep yang salah. Dalam kondisi yang tegang sesungguhnya komunikasi yang disampaikan adalah ketidakjelasan.²⁷ Oleh karena itu pengambilan keputusan saat komunikasi yang tegang sangat tidaklah etis. Dan dalam hal ini, konseli juga telah berani mempertanggungjawabkan atas perilakunya yang salah selama ini.

Konseli juga telah memberikan penjelasan dengan benar dan takut akan Tuhan atas alasannya melakukan pinjaman keuangan maupun tuduhan perselingkuhannya. Konseli melakukan pengakuan dihadapan Tuhan itu hanya Tuhan yang tahu kebenarannya. Penyangkalan kebenaran akan dihadapi oleh konseli sendiri apabila menyangkalinya.

Penyingkapan membantu konseli untuk menyadari kondisi permasalahan yang dihadapi konseli dengan berbagai sisi. Kecenderungan konseli mengarah

²⁶Frank B. Minirth, M.D. & Paul D. Meier, M.D., *Kebahagiaan Sebuah Pilihan: Gejala, Penyebab Dan Pengobatan Despresi*, Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2001.

²⁷R. Garry R. Collins, *Konseling Kristen yang efektif*, Malang: Literatur SAAT, 1989.

kepada penyingkapan diri yang negatif. Oleh karena itu pembimbingan membantu konseli untuk memahami sisi positifnya agar dapat bertindak lebih berhati-hati lagi dalam menjalani kehidupan. Penyingkapan permasalahan atau tentang konsep diri membantu strategi dalam memberikan pembimbingan kepada konseli.²⁸

Konseli juga diberikan bimbingan untuk memberikan pengampunan terhadap tuduhan yang telah ditujukan kepadanya. Tahapan dalam pengampunan yang diberikan adalah konseli diberikan pemahaman untuk menyadari dan menerima sakit hati yang ditimbulkan akibat tuduhan yang telah diterimanya. Kemudian diberikan pemahaman alasan suaminya menuduhkan adanya perselingkuhan tersebut.

Dengan menyadari keberadaan diri bahwa diri terluka dan tidak sanggup membuka peluang untuk sayang diri tetapi bila hal ini tidak berlebihan akan membantu membuka pintu pengampunan. Pengampunan itu membuka dan membangun hubungan yang sudah rusak dan telah retak tersebut.²⁹

Tahapan terbesar dalam pendampingan adalah membantu konseli untuk mampu melepaskan despresi, kemarahan, dukanya maupun kekecewaannya. Setelah tahapan melepaskan segala emosinya inilah yang akan memungkinkan konseli untuk mengampuni pasangannya dan juga dirinya sendiri. Mengampuni menjadi hal yang penting karena dengan mengampuni akan mengakhiri suatu kisah dengan baik yang akan melahirkan damai. Mengampuni membantu konseli untuk tidak menimbulkan akar pahit.

Hal pertama dalam mengampuni adalah memaafkan orang yang menyakitinya konseli. Menyingkirkan orang dari sakit hati yang dialami konseli, dengan cara mengungkapkan segala hal-hal yang menyakitkan hatinya atas orang tersebut tanpa perasaan tertekan melainkan ketulusan. Dalam hal ini konseli dibimbing untuk mengakui sakit hatinya dan memberitahukan perasaannya yang terluka dan

²⁸Fredric F. Flach and Suzanne C. Draughi, *The Nature and Treatment of Depression*, New York. Wiley, 1975

²⁹Julianto Simanjutak, *Perlengkapan seorang Konselor*, Jakarta: layanan Konseling Keluarga dan Karir (LK3), 2007.

akhirnya bisa untuk saling menerima. Inilah tahapan akhir yang sulit untuk dilakukan tetapi dalam hal ini konselor masih dalam proses membimbing agar mampu untuk saling mengakui dan akhirnya dapat bersama-sama menemukan jalan damai.

Langkah awal untuk dapat mengampuni dengan cara mengakui sakit hati yang dialami. Memberikan maaf kepada orang yang menyakiti bukan hanya sebagai simbol melainkan dengan ketulusan yang timbul dari hati. Diawali dengan mengakui kebencian ataupun emosi yang ditimbulkannya. Walaupun hal ini tidaklah mudah tetapi secara pelan dan pasti bila ada kesungguhan hati pastilah hal itu menjadi mudah.

Kesimpulan

Konseling Krisis yang dialami oleh seorang ibu rumah tangga yang telah dituduh telah melakukan perselingkuhan dan akhirnya diputuskan untuk meninggalkan keluarga kembali ke orang tuanya. Dalam penyingkapan konseling telah disimpulkan adanya permasalahan ekonomi yang mendasari tuduhan tersebut karena adanya lilitan hutang atau kebutuhan ekonomi keluarga,

Sedangkan masalah tuduhan perselingkuhan. Dari konseli disimpulkan tidak adanya perselingkuhan, tuduhan itu hanya akibat kecemburuan dan tekanan kebutuhan ekonomi keluarga dan kecurigaan suami yang melihat isterinya terlalu akrab dengan teman laki-lakinya walaupun itu adalah teman baiknya.

Gejala krisis yang dialami konseli menjadi trauma karena tuduhan, pamarah, mudah tersinggung, pemurung dan kecewa. Uring-uringan hingga akhirnya diputuskan untuk kembali ke rumah orang tuanya membuat konseli semakin terpuruk dengan sakit hatinya. Belum lagi tagihan pinjaman yang telah melilitnya menjadi tanggungjawabnya. Dengan peristiwa tuduhan tersebut menimbulkan krisis dalam hidupnya.

Ada beberapa tahapan orang yang sedang mengalami krisis yakni konseli menghadapi kejadian yang lebih dari biasanya akan menimbulkan pengaruh atas

kesadarannya yang dampaknya konsili akan memerlukan kondisi bertahan walaupun pengaruhnya membuat lesu ataupun tak berdaya. Kemudian konsili akan menarik diri bahkan mengalami kebingungan, dalam kondisi ini konsili melakukan penyangkalan atas perasaan yang dialaminya. Setelah tahapan emosi, konsili kembali menyesuaikan diri atas perubahan yang dialaminya. Selanjutnya membangun kembali dan melakukan perdamaian.

Setelah melakukan pendampingan ditemukanlah alasan sesungguhnya atas tuduhan yang ditujukan kepada ibu tersebut yakni kecurigaan atas pinjaman yang melilit keluarga tersebut dan juga kedekatan ibu tersebut dengan teman lawan jenisnya walaupun itu teman baik suaminya. Karena pikir konsili laki-laki itu adalah teman baik suaminya, konsili ingin menjalin kekeluargaan.

Tetapi ada alasan sesungguhnya yang paling mendasar, yakni akibat undurnya kasih di antara suami istri tersebut. Pudarnya kasih, rasa percaya dan komunikasi yang jarang dilakukan. Serta kebutuhan hidup yang tidak dibicarakan bersama.

Pendampingan mengembalikan konsep tujuan pernikahan kristen bukan untuk kebahagiaan diri melainkan untuk menyenangkan Tuhan berarti keinginan pribadi tidak melebihi kehendak Allah sendiri atas pernikahan tersebut. Pernikahan adalah lembaga Allah yang perubahan pribadi di dalamnya bukan untuk kepuasan sendiri. Kebahagiaan adalah pilihan untuk memperbaiki hubungannya dengan Allah dan suami beserta anak-anaknya.

Dengan melakukan pendampingan pastoral, konsili mulai memahami konsep pernikahan Kristen dan mulai melakukan rekonsiliasi dengan keluarga dan suaminya untuk mengadakan hubungan yang sesuai dengan kehendak Allah. Keluarga adalah lembaga Allah ada rahasia besar dalam tujuan pernikahan itu yakni konsep hubungan Allah dengan jemaat. Oleh karena itu rekonsiliasi dan mengampuni menjadi dasar agar hubungannya kembali benar,

Daftar Pustaka

- Andreas B. Subagyo, Pengantar Riset Kuantitatif dan Kualitatif, Bandung: Yayasan Kalam Hidup, 2014, hal. 112.
- Benny Santoso, M.Th., Rumah tangga dan Perkawinan dalam rancangan Allah, Yogyakarta, Andi offset, 1986 Bird, E & Melville, K. Families and Intimate Relationship. New York: Mc. Graw Hill, Inc, 1994
- Charles R. Swindoll, Growing Strong in The Seasons of Life Portland, Ore: Multnomah, 1983
- Dra., Faizah Noer Laela, M. Si, Bimbingan konseling Keluarga dan Remaja, Surabaya: UIN Sunan Ampel press, 2017, hal.16.
- Dr. Gary R. Collins, Pengantar Pelayanan Konseling Kristen, (Malang: Seminar Alkitab Asia Tenggara, 1989), hal.8-9
- Douglas A Paryear, Helping People in Crisis, San Fransisco: Jussey Bass, 1979.
- Frank B. Minirth, M.D. & Paul D. Meier, M.D., Kebahagiaan Sebuah Pilihan: Gejala, Penyebab Dan Pengobatan Despresi, Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2001.
- Fredric F. Flach and Suzanne C. Draughi, The Nature and Treatment of Depression, New York. Wiley, 1975
- Garry Thomas, Sacred Marriage: Bagaimana Seandainya Tuhan Merencanakan Pernikahan Lebih Untuk Menguduskan Kita Daripada Untuk Menyenangkan Kita?, Yogyakarta : Yayasan Gloria, 2015
- H. Norman Wright, Konseling Krisis: Membantu Orang Dalam Krisis Dan Stres, Malang, Gandum Mas, 1993
- H. Norman Wright, Konseling Krisis, Malang: Gandum Mas, 1993.
- H. Norman Wright, Konseli Krisis; Membantu orang Dalam Krisis dan Stres, Malang: Gandum Mas, 1996
- Hestianingsih Alisa Kintan dalam tulisannya berjudul Ini Penyebab 77% Orang Selingkuh Menurut Survei – Wolipop <https://wolipop.detik.com>, terbit 19 Jan 2018

- Iwan Supriyatna, 8 September 2017, Kapan Pria dan Wanita Memiliki Kecenderungan Selingkuh Tinggi? <https://lifestyle.kompas.com>., diakses Kamis, 29 April 2021.
- John W. Creswell, *Research Design: Qualitative & Quantitative, Approaches* (Thousand Oaks: Sage Publications, 1994)11-12.
- Johanes Calvin, *Institio: Pendidikan Agama Kristen*,
- Julianto Simanjutak, *Perlengkapan seorang Konselor, Jakarta: layanan Konseling Keluarga dan Karir (LK3), 2007*
- Jean Stapleton, Richard Bright, *Equal Marriage, Nashville Abigdon, 1976*
- Judith & Michael Murray, *Dikala Impian Itu Sirna, Jakarta : BPK Gunung Mulia, 1990.*
- Julianto Simanjutak, *Perlengkapan seorang Konselor, Jakarta: layanan Konseling Keluarga dan Karir (LK3), 2007.*
- Lailil Husna, *Motif Istri Melakukan Perselingkuhan (Studi Kasus di Jorong Unggan Bukit Negeri Unggan Kecamatan Sumpar Kudus kabupaten Sijunjung), Sumatera Barat, STKIP PGRI, 2016.*
- - Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI ...<https://kbbi.web.id>), diakses 29 April 2021
- Nurul Adriyana Salbiah, 3 Juni 2020, 82 Persen Selingkuh Dilakukan Bersama Teman Dekat atau ...<https://www.jawapos.com>› lifestyle, diakses, Kamis, 29 April 2021
- R. Garry R. Collins, *Konseling Kristen yang efektif, Malang: Literatur SAAT, 1989.*
- Setiadi M. Elly dan Kolip Usman, *Pengantar Sosiologi, Jakarta: Kencana Prenada Media, 2011, hal.219.*
- William F. Eckert, dkk, *The Prayer Of The Priest : Meditasi dan Hidup Imamat, Jakarta : Kanisius, 1990*
- Wida Kriswanti, 16 April 2021, Waduh, wanita cenderung Kepikiran Selingkuh di Umur Segini, Tabloidbintang.com, diakses 29 April 2021
- Yakub B. Susabda, *Pastoral Konseling jilid 2, Malang: Gandum Mas, 1981*