

## **PENDAMPINGAN KONSELING PASTORAL BAGI ISTRI YANG MENGALAMI KELELAHAN EMOSIONAL AKIBAT SUAMI PENGGUNA NARKOBA: SEBUAH STUDI DI PERSEKUTUAN DOA EL-SHADDAI BANDUNG**

**Charles Yermias Boimau<sup>1</sup>, Lita Rahayu<sup>2</sup>**

Sekolah Tinggi Teologi Efata Salatiga

**Email:** [bycharles204@gmail.com](mailto:bycharles204@gmail.com)<sup>1</sup>, [litarahayu1003@gmail.com](mailto:litarahayu1003@gmail.com)<sup>2</sup>

### **Abstract**

*The lives of wives who accompany husbands struggling with drug addiction are often marked by emotional pressure, psychological burden, family conflict, social stigma, and profound spiritual struggles. These conditions frequently lead to emotional burnout, resulting in loss of motivation, difficulty in managing emotions, and a decline in spiritual life. In this context, the church is called to provide restoration through pastoral counseling services. This study aims to examine the forms of emotional burnout experienced by wives of drug-addicted husbands, the contributing factors, and the impact of pastoral counseling accompaniment on their recovery process. This research employs an action research method conducted at the El-Shaddai Bandung Ecumenical Prayer Fellowship. Data were collected through observation, in-depth interviews, and documentation involving two participants who received pastoral counseling services. The counseling approach was holistic, addressing emotional, psychological, social, economic, and spiritual aspects. The findings indicate that prior to the counseling intervention, participants experienced severe emotional burnout, social isolation, family conflict, and a decline in spiritual life. After receiving consistent pastoral counseling, participants demonstrated significant improvement in emotional regulation, healthier family communication, wiser household economic management, and the restoration of their relationship with God. The implications of this study underscore the importance of the church in developing empathetic and contextual pastoral counseling ministries as a means of holistic restoration for congregants experiencing hidden and profound struggles.*

**Keywords:** *Emotional burnout, Pastoral counseling, Addiction recovery*

### **Abstrak**

Kehidupan istri yang mendampingi suami pecandu narkoba sering diwarnai tekanan emosional, beban psikologis, konflik keluarga, stigma sosial, serta pergumulan rohani yang mendalam. Kondisi ini kerap memicu kelelahan emosional (*emotional burnout*) yang berdampak pada hilangnya motivasi, ketidakmampuan mengelola emosi, serta penurunan kehidupan rohani. Dalam konteks tersebut, gereja dipanggil untuk menghadirkan pemulihan melalui layanan konseling pastoral. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji bentuk kelelahan emosional yang dialami istri dari suami pengguna narkoba, faktor penyebabnya,

serta dampak pendampingan konseling pastoral terhadap proses pemulihan mereka. Penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan (*action research*) yang dilaksanakan di Persekutuan Doa Oikumene El-Shaddai Bandung. Data dikumpulkan melalui observasi, wawancara mendalam, dan dokumentasi terhadap dua partisipan yang menerima layanan konseling pastoral. Pendekatan konseling dilakukan secara holistik, mencakup aspek emosional, psikologis, sosial, ekonomi, dan spiritual. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum pendampingan, partisipan mengalami kelelahan emosional berat, isolasi sosial, konflik keluarga, serta kemerosotan kehidupan rohani. Setelah pendampingan konseling pastoral yang konsisten, terjadi peningkatan kemampuan mengelola emosi, komunikasi keluarga yang lebih sehat, pengelolaan ekonomi yang lebih bijak, serta pemulihan relasi dengan Tuhan. Implikasi penelitian ini menegaskan pentingnya gereja mengembangkan pelayanan konseling pastoral yang empatik dan kontekstual sebagai sarana pemulihan menyeluruh bagi jemaat yang mengalami pergumulan tersembunyi.

**Kata kunci:** Kelelahan emosional, Konseling pastoral, Pemulihan dari kecanduan

## **PENDAHULUAN**

Kasih merupakan dasar utama dalam pelayanan Kristen, bukan hanya sebagai nilai moral, tetapi sebagai panggilan nyata untuk bertindak. Mengasihi berarti hadir bagi sesama, mengulurkan tangan kepada mereka yang terluka, dan berjuang agar orang lain mengalami kebaikan sejati dalam hidupnya. Kasih inilah yang menjadi inti pelayanan Yesus Kristus di sepanjang hidup-Nya. Dalam kitab Injil Matius 9:36 dikisahkan bahwa Yesus melihat orang banyak dan tergerak oleh belas kasihan karena mereka lelah dan terlantar, seperti domba yang tidak bergembala. Kisah ini menjadi gambaran kuat bagi gereja masa kini, bahwa pelayanan sejati bukan hanya tentang berkhotbah atau menyelenggarakan ibadah, tetapi juga menjangkau jiwa-jiwa yang sedang mengalami kelelahan secara emosional, spiritual, maupun sosial. Dalam dunia yang semakin kompleks dan penuh tekanan, kehadiran gereja yang peka terhadap pergumulan pribadi dan keluarga menjadi semakin penting. Pelayanan yang peduli terhadap penderitaan emosional, terutama dalam situasi keluarga yang sulit harus menjadi bagian yang tak terpisahkan dari tugas gereja saat ini. Jadi kehadiran gereja ditengah masyarakat sangat penting untuk menyatakan kasih Allah kepada umat manusia khususnya dalam keluarga yang sedang menghadapi pergumulan. Dari sinilah gereja perlu bergerak lebih dalam lagi, menyentuh realitas konkret umat, seperti yang dihadapi oleh komunitas di Persekutuan Doa El-Shaddai Bandung yang bergumul dengan persoalan keluarga dan kecanduan.

Realitas kehidupan jemaat di Persekutuan Doa Oikumene El-Shaddai Bandung mencerminkan tantangan tersebut. Sejak berdiri pada tanggal 30 November 2007, komunitas ini telah menjadi wadah bagi pertumbuhan iman dan persekutuan rohani. Dalam Persekutuan Doa Oikumene El-Shaddai dilaksanakan berbagai kegiatan kerohanian, seperti

doa bersama, pelayanan firman Tuhan, serta pelayanan konseling pastoral. Di dalam persekutuan ini terdapat beberapa istri yang mengalami pergumulan berat karena suami mereka merupakan pecandu narkoba. Ketika para istri tersebut mendampingi suami dalam kondisi kecanduan, mereka mengalami tekanan psikologis, emosional, dan spiritual yang cukup berat, sehingga memerlukan pendampingan melalui layanan konseling pastoral. Jadi masalah ini bukan hanya menyangkut individu pengguna, melainkan berdampak besar pada seluruh keluarga, terutama pasangan hidupnya. Para istri yang hidup bersama suami pengguna zat terlarang sering kali menghadapi tekanan emosional yang sangat berat. Istri yang memiliki suami yang demikian, hidup dalam situasi penuh kecemasan, ketidakpastian, serta beban ganda secara fisik dan mental. Beberapa di antaranya bahkan mulai bergantung pada obat tidur dan antidepresan untuk menghadapi tekanan harian. Penelitian menunjukkan bahwa pasangan dari pengguna zat sering mengalami kondisi yang disebut "burnout hubungan", yaitu kelelahan yang disebabkan oleh stres berkelanjutan dalam relasi yang tidak sehat dan penuh beban emosional. Dengan demikian, kondisi ini menunjukkan bahwa masalah yang dihadapi tidak dapat dipandang ringan, apalagi diabaikan. Jika tidak ditangani dengan tepat, maka tentunya tekanan emosional yang dialami para istri dapat berkembang menjadi gangguan kesehatan mental seperti depresi berat, gangguan kecemasan, bahkan trauma psikologis. Dalam kaitan ini, dampak dari masalah psikologis tidak hanya dirasakan oleh individu, tetapi juga bisa memengaruhi perkembangan anak, keharmonisan keluarga, dan relasi sosial di lingkungan sekitar. Selain itu, dari perspektif iman, perempuan yang mengalami tekanan berkepanjangan dapat kehilangan semangat rohani, menjauh dari persekutuan, dan mengalami krisis spiritual. Dalam hal inilah, gereja dipanggil untuk bertindak, tidak hanya memberikan nasihat rohani, tetapi juga menjadi komunitas yang hadir secara nyata bagi mereka yang mengalami masalah emosional. Pelayanan konseling pastoral yang menggabungkan pendekatan iman, pendampingan personal, dan empati yang mendalam menjadi sangat relevan dalam menjawab kebutuhan ini. Konseling pastoral juga menekankan bahwa dukungan spiritual yang diberikan dalam suasana aman dan penuh kasih dapat membantu individu mengolah emosinya secara sehat dan menemukan kembali makna hidup serta pengharapan dalam Kristus.

Memperhatikan uraian di atas, maka, penelitian ini berangkat dari keyakinan bahwa pendampingan konseling pastoral bagi para istri yang mengalami kelelahan emosional akibat mendampingi suami pengguna narkoba merupakan kebutuhan yang nyata dan mendesak dalam pelayanan gereja. Dengan melakukan penelitian tindakan (action research) dalam konteks Persekutuan Doa El-Shaddai Bandung, penulis ingin memahami lebih dalam bagaimana bentuk kelelahan emosional yang dialami para istri ini, faktor-faktor yang menyebabkannya, serta dampaknya terhadap kehidupan pribadi dan spiritual mereka. Penelitian ini juga berfokus pada bagaimana proses pendampingan pastoral yang berbasis kasih dan empati dapat memberikan penguatan emosional, pemulihan rohani, dan membangun kembali ketahanan hidup mereka di tengah situasi yang penuh tantangan. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi kontribusi yang berarti bagi gereja

lokal dan komunitas pelayanan yang serupa, sebagai panduan dalam mengembangkan pelayanan konseling yang lebih kontekstual, praktis, dan relevan dengan kehidupan jemaat. Dan secara lebih luas, penelitian ini juga bertujuan untuk mendorong gereja agar lebih tanggap terhadap pergumulan yang tersembunyi di tengah jemaat. Tidak semua luka terlihat dari luar, dan tidak semua pergumulan terungkap di ruang ibadah. Oleh karena itu, gereja perlu memiliki kepekaan untuk menjangkau mereka yang kelelahan secara emosional, tersesat dalam pengharapan, dan berada dalam bayang-bayang beban hidup. Seperti yang dikatakan Yesus dalam Matius 9:37, "Tuaian memang banyak, tetapi pekerja sedikit." Maka, perlu ada lebih banyak pelayan yang bukan hanya mampu mengajar, tetapi juga hadir sebagai pendamping yang mendengar, memahami, dan memulihkan. Melalui penelitian ini, penulis ingin menghadirkan pendekatan pelayanan yang menyentuh sisi terdalam kehidupan manusia, yakni hati dan jiwa yang rapuh, namun tetap memiliki potensi untuk dipulihkan dan diperbarui oleh kasih Allah.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan *Action Research (Penelitian Tindakan)* untuk memecahkan masalah nyata melalui proses reflektif dan siklus berulang.<sup>1</sup> Penelitian ini dilakukan di Persekutuan Doa El-Shaddai, Bandung, dengan subjek penelitian ialah dua orang istri dari suami pengguna narkoba. Adapun pengumpulan data melalui wawancara mendalam, observasi lapangan, dan refleksi secara berkala oleh peneliti dan peserta. Tahapan tindakan terdiri dari: (1) Diagnosa: mengidentifikasi masalah, kebutuhan dan kondisi istri pengguna; (2) Perencanaan: merancang intervensi spiritual, psikologis dan sosial; (3) Pelaksanaan: menerapkan intervensi dalam konteks kelompok doa dan pendampingan; (4) Evaluasi: mengukur perubahan sikap, dukungan sosial, coping dan kesejahteraan; (5) Refleksi: analisis bersama untuk menyempurnakan langkah selanjutnya. Analisis data menggunakan analisis tematik, mengkodekan transkrip wawancara dan catatan observasi untuk menemukan tema-tema utama sehingga dapat menyajikan hasil penelitian secara deskripsi.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### ***Konsep Kelelahan Emosional (Emotional Burnout)***

Kelelahan emosional (*emotional burnout*) merupakan salah satu dimensi utama dari *sindrom burnout* yang menggambarkan kondisi ketika individu merasa kehabisan energi secara emosional akibat tekanan dan tuntutan kerja yang terus-menerus. Istilah ini pertama kali dikenalkan oleh Freudenberg pada tahun 1974 dan dikembangkan lebih lanjut oleh Maslach dan Jackson (1981) yang dikutip oleh Budi dan Hidayati bahwa kelelahan

---

<sup>1</sup> M.A Dr. Muljono Domapolii, M. Ag, Dr. Muhammad Yaumi, M.Hun., *Action Research: Teori, Model, Dan Aplikasi* (Jakarta: Kencana Prenadamedia Group, 2016). 68

emosional umumnya dialami oleh individu yang bekerja dalam bidang yang menuntut interaksi interpersonal intens, seperti tenaga kesehatan, pendidik, konselor, atau pekerja sosial.<sup>2</sup> Secara umum, kelelahan emosional ditandai dengan rasa lelah yang berkepanjangan, perasaan tertekan, kehilangan motivasi, dan kesulitan dalam mengatasi stres kerja. Individu yang mengalami kondisi ini juga sering menunjukkan penurunan empati terhadap orang lain, serta merasa tidak mampu menjalankan tanggung jawabnya secara optimal. Hal ini bukan hanya berdampak pada kondisi psikologis, tetapi juga pada fisik dan performa kerja secara keseluruhan.<sup>3</sup> Kondisi tersebut perlu mendapat perhatian serius karena dampaknya yang menyeluruh terhadap kesejahteraan individu. Dukungan psikologis dan lingkungan kerja yang sehat sangat penting untuk membantu proses pemulihan dan meningkatkan kualitas hidup.

Permasalahan kelelahan emosional yang dialami oleh perempuan yang mendampingi suami dengan ketergantungan narkoba dapat dipahami secara lebih komprehensif melalui pendekatan teoretis *Demand-Control-Support Model* yang dikembangkan oleh Karasek dan Theorell.<sup>4</sup> Model ini menjelaskan bahwa stres kerja atau burnout cenderung muncul ketika individu menghadapi tuntutan yang tinggi, namun tidak disertai dengan tingkat kontrol atau otonomi yang memadai dalam menghadapi situasi tersebut, serta minimnya dukungan sosial dari lingkungan sekitar. Dalam konteks ini, perempuan yang berada dalam posisi sebagai pendamping suami pecandu narkoba sering kali menghadapi beban emosional dan psikologis yang berat. Mereka dituntut untuk mempertahankan stabilitas keluarga, mengasuh anak, serta menanggung beban ekonomi dan sosial, sementara pasangan mereka tidak berfungsi secara optimal baik secara fisik maupun mental. Kehidupan sehari-hari mereka dipenuhi oleh ketegangan, ketidakpastian, dan kecemasan terhadap kemungkinan kambuh, terjadinya kekerasan dalam rumah tangga, atau keterlibatan hukum yang sewaktu-waktu dapat mengancam kestabilan keluarga. Situasi tekanan yang kompleks ini tidak hanya menghadirkan tuntutan yang tinggi, tetapi juga memperlihatkan bagaimana keterbatasan kontrol dan kurangnya dukungan sosial memperburuk kondisi psikologis perempuan tersebut.

Selain itu, perempuan dalam kondisi ini juga cenderung mengalami rendahnya kontrol terhadap situasi yang mereka hadapi. Banyak di antara mereka merasa terjebak dalam peran dan tanggung jawab yang tidak bisa mereka hindari, disebabkan oleh faktor-

---

<sup>2</sup> Hengki Irawan Setia Budi and Ermin Hidayati, "Dari Stres Menuju Pencerahan : Manajemen Stres Dan Burnout Pemimpin Rohani Dalam Pelayanan Gereja," *Eunoia: JURNAL TEOLOGI DAN PENDIDIKAN AGAMA KRISTEN* 1, no. 1 (2024): 1–15.

<sup>3</sup> Rudy Alouw et al., "Korelasi Antara Religious Focus Coping Dengan Burnout Akibat Covid-19 Yang Dialami Orang Tua Kristen Di Bandung Barat," *Sanctum Domine: Jurnal Teologi* 12, no. 2 (2023): 171–184.

<sup>4</sup> Robert A. Karasek & Töres Theorell, *Healthy Work: Stress, Productivity, and the Reconstruction of Working Life* (New York, USA: Basic Books (AS), 1990). 54

faktor seperti tekanan budaya dan religius untuk mempertahankan pernikahan, stigma sosial terhadap perempuan yang memilih berpisah, serta keterbatasan akses terhadap bantuan profesional seperti konselor atau psikolog.<sup>5</sup> Perasaan kehilangan otonomi dan ketidakmampuan membuat keputusan secara bebas ini berkontribusi signifikan terhadap meningkatnya kelelahan emosional. Selain itu, banyak dari mereka mengalami keterasingan sosial karena enggan berbagi cerita atau mencari pertolongan akibat rasa malu dan takut terhadap penilaian masyarakat. Penarikan diri ini mengakibatkan berkurangnya dukungan emosional dari keluarga, teman, maupun komunitas keagamaan, yang seharusnya dapat menjadi sumber kekuatan. Berdasarkan kerangka *Demand-Control-Support Model*, kondisi ini menunjukkan bahwa kelelahan emosional yang dialami perempuan dalam situasi tersebut merupakan akibat dari ketidakseimbangan antara tingginya tuntutan peran, rendahnya kendali pribadi, dan kurangnya dukungan sosial.<sup>6</sup> Oleh karena itu, penanganan terhadap kondisi ini tidak dapat hanya dibebankan pada individu, melainkan memerlukan keterlibatan aktif dari lingkungan sosial, lembaga konseling, serta institusi keagamaan untuk menyediakan dukungan yang empatik, terbuka, dan aman secara emosional.

### ***Prinsip Konseling Pastoral Alkitabiah***

Konseling Alkitabiah adalah layanan konseling yang berlandaskan Alkitab. Alkitab menjelaskan bahwa manusia adalah pribadi yang unik dan terdiri dari tubuh-jiwa dan Roh (1 Tes 5:23). Maka dari itu, konseling pastoral harus berakar pada *holisme*, yaitu pemahaman bahwa manusia memiliki dimensi fisik, emosional, psikologis, sosial, dan spiritual yang saling terkait, dan perlu dilayani secara keseluruhan. Prinsip holistik ini berarti bahwa konselor tidak hanya menangani aspek rohaninya saja, tetapi juga mendengarkan dan menanggapi kesulitan psikologis maupun sosial yang dialami konseli seperti yang telah dilakukan oleh Tuhan Yesus dalam pelayanan-Nya yang menyentuh lima dimensi penyembuhan kehidupan spiritual, psikologis, fisik, sosial, dan ekonomi, sebagai bagian dari pelayanan Yesus, sebagai model konseling Kristen integratif yang memperhatikan seluruh aspek tersebut.<sup>7</sup> Jadi pelayanan konseling yang dilakukan oleh Tuhan Yesus memberikan penekanan serta prinsip yang kuat dan relevan terhadap pentingnya pendekatan holistik dalam konseling pastoral, dengan merujuk langsung pada teladan pelayanan Yesus sebagai model ideal. Penegasan bahwa konseling tidak hanya menyentuh aspek spiritual namun bersifat holistik.

---

<sup>5</sup> Bun Hui Fuaddin, "Pendampingan Pastoral Bagi Pasangan Suami Istri Yang Mengalami Konflik Yang Berakar Pada Kemarahan Dan Stress Dalam Pernikahan," *TE DEUM (Jurnal Teologi dan Pengembangan Pelayanan)* 11, no. 1 (2021): 125–155.

<sup>6</sup> Tatiyani, "Gambaran Co-Dependency Pada Orang Tua Anak Pecandu Napza Di Yayasan Keluarga Pengasih Indonesia (YKPI)," *Contiguity: Jurnal Psikologi* 20, no. 1 (2024): 35–45.

<sup>7</sup> Fransius Kusmanto, Waruwu, and Serenity, "Peran Gereja Di Dalam Menolong Orang-Orang Yang Depresi: Sebuah Kajian Kualitatif Fransius."

Dalam konteks istri yang mengalami kelelahan emosional, pendekatan holistik dalam konseling pastoral Alkitabiah menjadi sangat penting, karena kelelahan emosional tidak berdiri sendiri, melainkan sering kali terkait erat dengan berbagai dimensi kehidupan lainnya seperti tekanan fisik akibat peran ganda sebagai ibu dan istri, konflik dalam relasi sosial (terutama dalam keluarga), serta pergumulan rohani yang mungkin tersembunyi. Konseling pastoral yang berakar pada teladan Yesus akan merespons kondisi ini bukan hanya dengan memberikan nasihat rohani atau ajakan untuk lebih banyak berdoa, tetapi juga dengan empati yang mendalam, pendengaran aktif, dan upaya memahami kompleksitas masalah yang dihadapi sang istri. Dalam pelayanan-Nya, Yesus tidak hanya mengajar, tetapi juga hadir secara penuh dalam penderitaan orang lain seperti memberi makan orang lapar, menyembuhkan yang sakit, menangis bersama yang berduka<sup>8</sup>. Pelayanan yang dilakukan oleh Tuhan Yesus merupakan sebuah pendekatan yang menunjukkan bahwa perhatian terhadap kebutuhan emosional, sosial dan ekonomi tidak pernah dipisahkan dari seluruh pelayanan Tuhan Yesus. Maka, konseling Alkitabiah bagi istri yang mengalami kelelahan emosional seharusnya menjadi wadah pemulihan yang menyeluruh sekaligus menjadi wadah untuk mendapatkan pemulihan secara holistik, serta dituntun kepada pengharapan yang hidup dalam Kristus.<sup>9</sup> Hal ini menegaskan bahwa konseling pastoral yang benar-benar Alkitabiah adalah konseling yang meneladani kasih, kehadiran, dan pemulihan holistik seperti yang Yesus teladankan dalam setiap aspek pelayanan-Nya.

Pelayanan konseling pastoral Alkitabiah kepada istri yang mengalami kelelahan emosional dalam mendampingi suami pecandu narkoba perlu dilakukan dengan pendekatan holistik yang meneladani pelayanan Tuhan Yesus, yang menyentuh seluruh dimensi kehidupan manusia seperti dimensi spiritual, emosional, fisik, sosial, dan ekonomi. Konselor pastoral tidak cukup hanya memberi nasihat rohani atau ajakan untuk berdoa lebih giat, tetapi perlu hadir secara utuh dengan empati yang mendalam, mendengarkan keluhan pergumulan, serta memahami kompleksitas situasi yang dihadapi oleh istri tersebut, termasuk tekanan psikologis akibat peran ganda, pergumulan relasi dalam keluarga, dan beban ekonomi yang mungkin ditanggungnya sendiri. Konseling ini juga harus membuka ruang bagi sang istri untuk mengekspresikan perasaannya secara jujur, menemukan kekuatan baru dalam firman Tuhan, serta mendapatkan dukungan nyata dari komunitas

---

<sup>8</sup> Pare Gita Rante et al., "Prinsip-Prinsip Penyembuhan Holistik Dalam Pelayanan Yesus Dan Relevansinya Bagi Pendekatan Bimbingan Konseling Kristen Integratif Berdasarkan Lukas 4:18-19," *Penambahan Natrium Benzoat Dan Kalium Sorbat (Antiinversi) Dan Kecepatan Pengadukan Sebagai Upaya Penghambatan Reaksi Inversi Pada Nira Tebu* 7693 (2024): 420–429.

<sup>9</sup> Apriani Mangiu, Monika Silambi, and Rana Bilolo, "Implementasi Konsep Pemulihan Tubuh, Jiwa Dan Roh Berdasarkan 1 Tesalonika 5: 23 Dalam Pendekatan Holistik Konseling Pastoral," *Rlinesia: Jurnal Kajian Agama dan Multikulturalisme Indonesia* 3, no. 4 (2024): 273–283, <http://jurnal.anfa.co.id/index.php/relinesia>.

yang peduli, sehingga proses pemulihan tidak hanya menyentuh aspek spiritual, tetapi menjangkau seluruh kebutuhan hidupnya yang terluka.<sup>10</sup> Dengan demikian, konseling pastoral menjadi wadah kasih Kristus yang menyembuhkan secara menyeluruh, meneguhkan iman, dan menuntun kepada harapan yang hidup di tengah penderitaan yang berat.

### **Pendampingan Konseling Pastoral bagi Istri yang Mengalami Kelelahan Emosional akibat Suami Pengguna Narkoba.**

#### ***Kondisi Partisipan Sebelum Mendapatkan Konseling Pastoral.***

Kondisi psikologis seseorang sangat dipengaruhi oleh tekanan hidup yang berkepanjangan, terlebih dalam konteks rumah tangga yang diliputi konflik serius, seperti kecanduan narkoba. Tekanan tersebut dapat berdampak pada gangguan emosi, fisik, dan mental, terutama bagi anggota keluarga yang berperan sebagai penanggung jawab utama dalam keluarga.<sup>11</sup> Hal ini juga dialami oleh kedua partisipan dalam studi ini, yang sebelum mendapatkan layanan konseling pastoral, mengalami kondisi psikologis yang cukup berat dan kompleks. Sebelum mendapatkan layanan konseling pastoral, kedua partisipan mengalami tekanan psikologis yang cukup berat sebagai dampak dari kompleksitas situasi rumah tangga yang dipengaruhi oleh kecanduan narkoba yang dialami oleh suami masing-masing. Partisipan satu mengalami gejala psikologis berupa kesedihan yang mendalam, gangguan tidur, sesak napas, dan penurunan nafsu makan. Ia menunjukkan emosi negatif seperti marah, kecewa, penyesalan, dan penolakan terhadap realitas yang dihadapinya. Perasaan frustrasi yang berkepanjangan membuatnya ingin meninggalkan rumah, pekerjaan, dan bahkan keluarganya. Kondisi tersebut diperburuk dengan perasaan terbebani dalam membuat keputusan penting, karena merasa harus menanggung semuanya sendiri. Sementara itu, partisipan dua juga mengalami kesedihan yang intens sebagai respons terhadap kondisi suaminya, yang berdampak pula pada anak-anak dan usaha keluarga. Ia mengalami kecemasan yang tinggi, ketakutan berlebih terhadap kemungkinan konflik antara suami dan anak, serta kekhawatiran mengenai kesehatannya sendiri. Kondisi psikologis ini menyebabkan partisipan merasa terisolasi dan terbebani secara mental, terutama saat harus mengambil keputusan penting dalam urusan usaha atau keluarga.

---

<sup>10</sup> Sulisty Andarmoyo, "Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi Psikologis Pada Individu Yang Mengalami Stres Pasca Trauma," *Jurnal Psikologi dan Konseling West Science* 2, no. 03 (2024): 193–201.

<sup>11</sup> Lia Novianty and Reza Arisandria, "Pengaruh Terapi Psikoedukasi Terhadap Beban Keluarga Yang Merawat Anggota Keluarga Dengan Skizofrenia Di Wilayah Kerja Puskesmas Cisaat Kabupaten Sukabumi," *Jurnal Health Society* 10, no. 2 (2021): 84–98.

Pendampingan pastoral menjadi kebutuhan bagi mereka yang sedang mengalami berbagai tekanan hidup.<sup>12</sup> Itulah sebabnya pendampingan pastoral perlu dilakukan.

### **Kondisi Ekonomi**

Permasalahan dalam keluarga kerap kali dipicu oleh faktor ekonomi, yang tidak jarang berkembang menjadi konflik antaranggota keluarga. Tekanan finansial dapat memengaruhi keharmonisan dan stabilitas hubungan di dalam rumah tangga.<sup>13</sup> Hal ini selaras dengan kengan kondisi ekonomi dan dampak yang dialami oleh kedua partisipan penelitian. Kondisi ekonomi kedua partisipan mengalami tekanan ekonomi yang cukup serius. Partisipan satu menghadapi kesulitan dalam mengelola perputaran modal kerja, di mana penghasilan yang diperoleh tidak mencukupi untuk menutupi pengeluaran rumah tangga maupun membayar bunga pinjaman bank. Ketidakmampuan mengatur keuangan secara efisien menyebabkan tekanan tambahan dalam kehidupan keluarga dan usaha yang dijalankan.<sup>14</sup> Partisipan dua juga berada dalam situasi ekonomi yang sulit. Penurunan omset usaha, tingginya bunga pinjaman bank, dan pengeluaran rumah tangga yang cukup besar membuat partisipan mengalami kesulitan dalam mempertahankan kestabilan keuangan. Ketidakmampuan untuk melakukan efisiensi dan perencanaan keuangan secara optimal menyebabkan perasaan tertekan dan ketidakpastian terhadap masa depan finansial keluarga.<sup>15</sup> Kedua partisipan sama-sama mengalami kesulitan finansial akibat rendahnya pendapatan, tingginya beban pengeluaran dan bunga pinjaman, serta lemahnya pengelolaan dan perencanaan keuangan yang berdampak pada tekanan psikologis dan ketidakstabilan ekonomi keluarga.

### **Kondisi Emosi dan Komunikasi**

Komunikasi yang sehat sangat penting untuk menjaga keharmonisan rumah tangga, namun banyak keluarga menghadapi kendala komunikasi akibat berbagai masalah, yang pada akhirnya mengganggu keharmonisan keluarga.<sup>16</sup> Dari hasil wawancara ditemukan bahwa sebelum menerima layanan konseling pastoral, kedua partisipan mengalami hambatan yang signifikan dalam aspek emosi dan komunikasi. Partisipan satu cenderung mudah terbawa emosi, khususnya saat berinteraksi dengan suami dan anak-anak. Ia

---

<sup>12</sup> Liem Evi Herawati and Ayub Sugiharto, "Pengaruh Pembinaan Iman Dan Pendampingan Pastoral Terhadap Pengharapan Hidup Jemaat Lanjut Usia," *Teokristi: Jurnal Teologi Kontekstual dan Pelayanan Kristiani* 4, no. 2 (November 2024): 182.

<sup>13</sup> Yeni Kuntari and Prodi Manajemen, "IBM PENGELOLAAN KEUANGAN BAGI IBU RUMAH TANGGA JEMAAT GEREJA KRISTEN MURIA INDONESIA ( GKMI )" 2012, no. 11 (2016): 376-383.

<sup>14</sup> Narasumber Ibu WA, Wawancara, Bandung, April 2025

<sup>15</sup> Narasumber Ibu EV, Wawancara, Bandung, April 2025

<sup>16</sup> Naomi Sampe, "Komunikasi Interpersonal Keluarga Kristen Memasuki Era 4 . 0" 2, no. 1 (2019): 72-82.

mengalami kesulitan mengendalikan kemarahan dan menunjukkan reaksi emosional yang meledak-ledak, yang berdampak negatif terhadap keharmonisan keluarga.<sup>17</sup> Partisipan dua mengalami kondisi serupa, meskipun dalam bentuk yang lebih internal. Ia sering merasakan ketidakstabilan emosional yang membuatnya sulit membedakan dan memahami perasaan marah, sedih, kecewa, dan cemas yang dialaminya.<sup>18</sup> Jadi hambatan ini menyebabkan komunikasi dalam keluarga menjadi tidak efektif, terutama ketika membahas masalah usaha atau konflik pribadi dengan suami dan anak-anak.

### ***Kondisi Sosial***

Manusia adalah makhluk sosial berarti manusia membutuhkan interaksi dan hubungan dengan orang lain untuk memenuhi kebutuhan emosional dan sosialnya. Dalam kehidupan keluarga, hal ini tercermin melalui komunikasi, kerja sama, dan dukungan antaranggota keluarga. Kualitas interaksi sosial dalam keluarga sangat menentukan keharmonisan, kebahagiaan, dan stabilitas rumah tangga.<sup>19</sup> Dari hasil wawancara ditemukan bahwa secara sosial, Partisipan satu memiliki relasi yang cukup baik dengan lingkungan sekitar, meskipun sifatnya lebih formal dan terbatas pada sikap ramah. Namun, hubungan internal dalam keluarga inti dan keluarga besar mengalami ketegangan, khususnya dalam hal komunikasi terkait usaha keluarga.<sup>20</sup> Partisipan dua menghadapi konflik sosial yang lebih kompleks. Ia menyimpan luka emosional akibat perlakuan keluarga besar suaminya yang menyalahkannya atas kecanduan narkoba yang dialami suaminya. Selain itu, pengalaman buruk terkait pengkhianatan kepercayaan oleh keponakan suami memperburuk hubungan sosial dengan keluarga besar.<sup>21</sup> Jadi kedua partisipan mengalami tekanan sosial yang signifikan, baik dari keluarga inti maupun keluarga besar, yang memengaruhi kualitas hubungan interpersonal mereka. Kondisi ini mendorong kecenderungan untuk menarik diri, sehingga menghambat terbentuknya relasi sosial yang sehat dan mendukung.

### ***Kondisi Rohani***

Kehidupan spiritual yang kuat penting bagi orang percaya karena menjadi sumber kekuatan, ketenangan, dan arah dalam menghadapi berbagai pergumulan hidup. Dengan iman yang teguh, seseorang mampu menemukan makna dari kesulitan, menjaga ketabahan emosional, serta memperoleh hikmat dan penghiburan melalui doa, firman, dan komunitas rohani. Namun pada kenyataannya banyak anak-anak Tuhan yang mengalami kelemahan

---

<sup>17</sup> Narasumber Ibu WA, Wawancara, Bandung, April 2025

<sup>18</sup> Narasumber Ibu EV, Wawancara, Bandung, April 2025

<sup>19</sup> Yohanes Yappo, "Spiritualitas Sosial Yang Bersumber Dari Kristus," no. 2 (2024).

<sup>20</sup> Narasumber Ibu WA, Wawancara, Bandung, April 2025

<sup>21</sup> Narasumber Ibu EV, Wawancara, Bandung, April 2025

spiritual sehingga mudah goyah saat menghadapi pergumulan dalam hidupnya.<sup>22</sup> Dalam hasil wawancara terhadap kedua partisipan ditemukan bahwa kedua partisipan mengalami kerapuhan dalam hal kehidupan spritual. Partisipan satu menunjukkan sikap yang jauh dari kehidupan rohani; ia cenderung mengandalkan kekuatan dirinya sendiri dan tidak menjadikan Tuhan sebagai pusat kekuatan dalam menghadapi pergumulan hidupnya. Kehidupan rohaninya stagnan, tidak terlibat aktif dalam kegiatan keagamaan, dan tidak memiliki kebiasaan bersaat teduh maupun membaca Alkitab.<sup>23</sup> Partisipan dua bahkan merasa bahwa Tuhan tidak hadir dalam hidupnya. Ia mengalami kehilangan kepercayaan terhadap penyertaan Tuhan, dan lebih mengandalkan kekuatan pribadi. Ia tidak memiliki kebiasaan berdoa, tidak aktif mengikuti ibadah gereja, dan merasa tidak mampu untuk memaafkan atau berdamai dengan situasi yang terjadi. Keadaan ini menyebabkan jarak spiritual yang semakin lebar antara dirinya dan Tuhan.<sup>24</sup> Kedua partisipan menunjukkan kehidupan rohani yang lemah, ditandai dengan kurangnya keterlibatan dalam praktik keagamaan dan ketergantungan pada kekuatan diri sendiri. Kondisi ini menimbulkan jarak spiritual yang signifikan, menghambat kemampuan mereka untuk menghadapi pergumulan hidup dengan ketenangan dan pengharapan yang berasal dari iman.

### **Pendekatan dan Treatment Konseling Pastoral Dalam Penangan Kasus**

Setelah mengetahui persoalan yang dialami oleh kedua partisipan maka konselorel melakukan pelayanan konseling. Treatment konseling pastoral yang diberikan kepada kedua partisipan menggunakan pendekatan holistik, yaitu pendekatan yang menyentuh dan memperhatikan seluruh aspek kehidupan partisipan, meliputi aspek psikologis, emosional, sosial, ekonomi, dan rohani. Proses konseling dilakukan secara bertahap dalam beberapa sesi pertemuan dengan menggunakan metode pendekatan empatik, reflektif, dan interaktif. Setiap sesi dirancang untuk membantu partisipan mengenali masalah, mengolah emosi, dan menemukan kekuatan spiritual sebagai dasar pemulihan diri. Dalam aspek psikologis dan emosional, konselor pastoral membimbing partisipan untuk mengenali dan mengekspresikan emosinya secara sehat. Diberikan berbagai teknik untuk meredakan gejala emosi, seperti olahraga ringan, aktivitas rumah tangga, dan teknik pengalihan fokus saat emosi memuncak.<sup>25</sup> Partisipan diajarkan untuk menyadari perasaannya, menerima keadaan, dan mengembangkan sikap syukur. Konselor juga mengarahkan partisipan agar dapat berbagi perasaan kepada anggota keluarga melalui komunikasi yang terbuka dan

---

<sup>22</sup> Yuliani Mendrofa, "Volume 9 | Nomor 2 | September 2024 Transformasi Spiritual Melalui Pendidikan Agama Kristen Untuk Orang Dewasa" 9, no. September (2024): 224–231.

<sup>23</sup> Narasumber Ibu WA, Wawancara, Bandung, April 2025

<sup>24</sup> Narasumber Ibu EV, Wawancara, Bandung, April 2025

<sup>25</sup> Agus Suryo Jarot Yudhono, "Pelayanan Konseling Kristen Kepada Pasangan Suami Istri Dalam Menyelesaikan Konflik Keluarga," *Missio Ecclesiae* 8, no. 2 (2019): 116–136.

jujur. Hal ini sangat diperlukan agar tidak merasa menanggung beban sendiri namun bisa berbagi kepada anggota keluarga dengan tujuan dapat menggumuli persoalan tersebut secara bersama-sama. Hal ini selaras dengan ungkapan Yoel Giban yang mengatakan bahwa dalam keluarga dibutuhkan komunikasi yang sehat untuk menghasilkan pengertian agar setiap anggota keluarga saling memahami dan mendukung.<sup>26</sup> Dalam aspek ekonomi, konselor tidak hanya memberikan motivasi tetapi juga membantu partisipan merancang strategi pengelolaan keuangan yang realistis dan bijak. Misalnya, partisipan diajak untuk meninjau ulang aset usaha, mempertimbangkan langkah-langkah take over kredit dengan bunga yang lebih ringan, serta mengefisienkan pengeluaran rumah tangga. Strategi ini dikombinasikan dengan pendekatan spiritual, yaitu mengajak partisipan untuk bersandar pada hikmat Tuhan dalam mengambil keputusan-keputusan penting. Hal ini menjadi penting agar partisipan terus mengimani akan pertolongan Tuhan sekalipun dimasa-masa yang sulit.<sup>27</sup> Dalam aspek komunikasi, dilakukan pelatihan komunikasi berbasis kesadaran emosi. Partisipan diajak untuk melatih teknik komunikasi sehat, seperti menjaga hati ketika berbicara, mengendalikan emosi sebelum berbicara, serta menggunakan simbol-simbol komunikasi positif (*misalnya minum seteguk air untuk meredam emosi*). Pendekatan ini membantu partisipan menjalin komunikasi yang lebih harmonis dengan suami dan anak-anak. Dalam aspek sosial, partisipan diarahkan untuk berdamai dengan masa lalu melalui proses pengampunan. Konselor membantu partisipan untuk memproses rasa sakit akibat konflik dengan keluarga besar dan mengembangkan kemampuan untuk memaafkan sebagai langkah pemulihan. Ini menjadi pintu masuk untuk membangun kembali relasi sosial yang sehat, baik di lingkungan keluarga besar maupun masyarakat sekitar. Pengampunan menjadi hal yang penting dalam memulihkan hubungan dengan anggota keluarga bahkan terhadap orang lain.<sup>28</sup> Sedangkan aspek rohani menjadi elemen utama dalam pendekatan konseling pastoral. Konselor mengajak partisipan membangun kembali hubungan personal dengan Tuhan, melalui kegiatan bersaat teduh, doa, dan pembacaan firman Tuhan. Partisipan juga dimotivasi untuk kembali aktif dalam persekutuan gereja dan pelayanan sosial, sehingga mengalami pertumbuhan iman dan pemulihan spiritual. Pendekatan ini menegaskan pentingnya penyerahan diri kepada Tuhan sebagai sumber kekuatan dan

---

<sup>26</sup> Yoel Giban, *Komunikasi Sebagai Media Penyelesaian Dalam Keluarga Kristen* (Tasik Malaya Jawa Barat: Edu Publisher, 2022). 70

<sup>27</sup> Annisa Ayu Ramandhita et al., "Pemberdayaan Ekonomi Keluarga Bapak Amar Sumarodin Melalui Pengembangan Usaha Bakso Ikan Tusuk," *Jurnal Pengabdian Masyarakat Inovasi Indonesia* 1, no. 2 (2024): 91–96.

<sup>28</sup> Udin Firman Hidayat, "Menavigasi Konflik Keluarga: Perspektif Kristen Tentang Manajemen Konflik Dalam Pendidikan Agama Kristen," *Edukris: Jurnal Pendidikan Agama Kristen* 1, no. 01 (2024): 1–15.

pemulihan sejati.<sup>29</sup> Melalui kombinasi pendekatan spiritual dan psikososial ini, layanan konseling pastoral berperan penting dalam mendampingi partisipan menghadapi kompleksitas kehidupan mereka. Proses konseling bukan hanya mengarahkan partisipan kepada pemecahan masalah, tetapi juga membentuk ketahanan batin, kematangan rohani, dan kebijaksanaan dalam menjalani kehidupan. Bisahkan di bagian dua tentang pendekatan tretmen yang diberikan ditambahkan referensi jurnal terbitan sepuluh tahun terakhir untuk memperkuat teori pendekatan

### **Deskripsi Kondisi Pasrtisipan Setelah Mendapatkan Konseling Pastoral**

Setelah mendapatkan layanan konseling pastoral, kondisi partisipan satu dan partisipan dua mengalami perubahan yang cukup signifikan dalam berbagai aspek kehidupan mereka. Layanan konseling ini telah membantu mereka untuk keluar dari tekanan batin yang berat, yang sebelumnya dialami akibat peran mereka sebagai istri yang mendampingi suami pecandu narkoba. Proses konseling yang diberikan secara bertahap dan terus-menerus membantu mereka tidak hanya dalam menyadari permasalahan yang sedang dihadapi, tetapi juga dalam menemukan cara-cara praktis dan spiritual untuk menghadapinya.

### **Kondisi Psikologis**

Konseling pastoral tentu sangat menolong partisipan dalam mengalami pemulihan. Bila seseorang mendapatkan layanan konseling pastoral maka kondisi psikologisnya dapat membaik karena proses konseling pastoral membantu individu menyalurkan perasaan, memahami masalah, dan menemukan perspektif baru berdasarkan nilai-nilai rohani. Selain itu, konseling pastoral memberikan dukungan emosional dan bimbingan spiritual yang dapat mengurangi stres, meningkatkan ketenangan batin, dan memperkuat kemampuan menghadapi pergumulan hidup.<sup>30</sup> Dari hasil wawancara terhadap kedua partisipan ditemukan bahwa kedua partisipan mengalami pemulihan dalam hal kestabilan emosional dan penerimaan diri. Partisipan yang sebelumnya merasa sangat tertekan, cemas, sedih berkepanjangan, bahkan memiliki keinginan untuk menjauh dari rumah dan keluarga, kini mulai mampu berdamai dengan diri sendiri. Mereka tidak lagi larut dalam perasaan kecewa, takut, dan tidak berdaya, tetapi mulai menyadari bahwa mereka tetap memiliki peran penting dalam keluarga dan mampu menjalani kehidupan dengan lebih kuat. Mereka juga mulai terbuka dan mampu menjalin komunikasi yang lebih sehat dengan anak-anak maupun

---

<sup>29</sup> Adrianus Ama Kii and Ester KAtrina Tinambunan, "Peran Hamba Tuhan Dalam Membina Jemaat GKSI Eklesia Kelempu Tentang Pentingnya Hubungan Dengan Tuhan Dan Sesama," *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 4, no. 1 (2025).

<sup>30</sup> Dewi Magdalena Rotua et al., "Integrasi Teologi Dan Psikologi Terhadap Pemulihan Penyakit Mental Pada Anak Dari Keluarga Broken Home" 8, no. 2 (2025): 238-256.

suami. Hubungan yang sebelumnya tegang dan penuh amarah, kini perlahan mencair dan menjadi lebih baik. Mereka belajar untuk mengelola gejolak emosinya dengan lebih sadar dan terkontrol, tidak lagi meledak-ledak atau menarik diri, melainkan mampu membicarakan persoalan dengan cara yang lebih dewasa dan penuh pengertian.

### ***Kondisi Ekonomi***

Kondisi ekonomi yang lemah sering menjadi pemicu konflik dalam keluarga karena tekanan finansial dapat menimbulkan stres, perselisihan, dan ketegangan antaranggota. Namun, dengan adanya layanan konseling pastoral yang membimbing dan memberikan arahan dalam pengelolaan keuangan serta dukungan spiritual, keluarga dapat lebih tenang dan terampil dalam mengatur ekonomi, sehingga potensi masalah yang mengganggu keharmonisan keluarga dapat diminimalkan.<sup>31</sup> Berdasarkan hasil wawancara kepada kedua partisipan, dapat diketahui bahwa setelah menjalani konseling pastoral, kedua partisipan menjadi lebih tenang dan cermat dalam mengambil keputusan-keputusan penting, terutama yang berkaitan dengan usaha dan keuangan rumah tangga. Di tengah kondisi ekonomi global yang tidak stabil, mereka tidak lagi panik atau merasa putus asa. Sebaliknya, mereka mampu mengevaluasi kembali aset yang dimiliki, mempertimbangkan langkah-langkah seperti pengalihan kredit, serta memperketat pengeluaran untuk kebutuhan pokok. Mereka juga mulai terbuka dalam membicarakan kondisi keuangan keluarga bersama suami dan anak-anak, membentuk ruang diskusi keluarga yang tidak hanya memperkuat komunikasi, tetapi juga membangun rasa tanggung jawab bersama dalam menghadapi kesulitan.

### ***Kondisi Emosi dan Komunikasi***

Komunikasi yang sehat dan emosi yang stabil sangat penting dalam membangun relasi dengan orang lain, karena keduanya memungkinkan interaksi yang jujur, empatik, dan harmonis. Setelah menjalani konseling pastoral, individu dapat memulihkan emosi yang terguncang dan belajar strategi komunikasi yang lebih efektif, sehingga hubungan dengan keluarga maupun lingkungan sosial menjadi lebih harmonis dan konstruktif.<sup>32</sup> Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa dari sisi emosi dan komunikasi, kedua partisipan menunjukkan kemajuan yang baik. Mereka yang awalnya sulit mengungkapkan maksud hati dan lebih memilih diam atau menghindar, kini mulai berani menyampaikan pendapat dengan tenang dan jujur. Mereka belajar teknik-teknik komunikasi yang sehat, termasuk bagaimana menjaga hati dan kesadaran emosi saat menyampaikan sesuatu, serta mampu mengelola respons diri ketika menghadapi konflik atau kata-kata yang menyakitkan. Perubahan ini membuat hubungan dalam keluarga menjadi lebih terbuka dan harmonis.

---

<sup>31</sup> Benny Christian Hutabarat and Rencan Carisma Marbun, "Pendampingan Pastoral Konseling Terhadap Orang Tua Yang Mengalami Kemiskinan" (2025).

<sup>32</sup> Fabianus Fensi, "MEMBANGUN KOMUNIKASI INTERPERSONAL" 1, no. 1 (n.d.): 47–55.

---

**Kondisi Sosial**

Hubungan sosial memegang peran penting dalam kehidupan, terutama dalam konteks keluarga, karena relasi yang harmonis menjadi dasar keharmonisan rumah tangga. Banyak keluarga mengalami keretakan hubungan akibat berbagai pergumulan, namun melalui konseling pastoral, relasi yang rusak dapat diperbaiki dan keharmonisan keluarga kembali terjaga.<sup>33</sup> Dari hasil penelitian terhadap kedua partisipan ditemukan bahwa hubungan sosial partisipan juga mengalami pemulihan setelah menjalani proses konseling pastoral. Hubungan dengan keluarga besar dan masyarakat yang sebelumnya renggang atau bahkan bermasalah, kini mulai pulih melalui proses pemberian maaf dan pengampunan. Partisipan yang sebelumnya menyimpan luka terhadap anggota keluarga yang menyakiti atau merugikan mereka secara emosional maupun finansial, mulai membuka hati untuk berdamai dan memulihkan kembali hubungan tersebut. Bahkan dalam beberapa kasus, mereka tidak hanya memaafkan, tetapi juga menjalin kembali komunikasi aktif dengan pihak-pihak tersebut. Di lingkungan masyarakat, mereka juga menjadi lebih ramah, terbuka, dan aktif menjalin relasi yang sehat, tidak lagi tertutup seperti sebelumnya.

**Kondisi Rohani**

Pemulihan rohani sangat penting dalam kehidupan manusia karena kehidupan rohani merupakan bagian yang sangat sentral. Kehidupan rohani seseorang bisa saja mengalami masalah ketika ada pergumulan. Namun melalui layanan konseling pastoral, seseorang dapat dipulihkan kehidupan rohaninya sehingga mampu memancarkan karakter Kristus di tengah dunia ini, terlebih di tengah keluarganya. Dalam hal kerohanian, pertumbuhan yang terjadi sangat jelas terlihat. Kedua partisipan yang sebelumnya merasa jauh dari Tuhan, bahkan merasa tidak lagi percaya bahwa Tuhan memperhatikan hidup mereka, kini mulai merasakan kembali kasih dan penyertaan Tuhan dalam kehidupan mereka sehari-hari.<sup>34</sup> Mereka memiliki kesadaran baru bahwa kekuatan sejati berasal dari Tuhan dan bahwa mereka tidak harus menjalani semuanya sendirian. Partisipan mulai memiliki kebiasaan bersaat teduh, berdoa, dan membaca firman Tuhan secara rutin. Mereka juga aktif mengikuti persekutuan doa dan ibadah di gereja, bahkan terlibat dalam kegiatan pelayanan. Dari dalam hati, tumbuh kembali rasa percaya, pengharapan, dan penyerahan diri kepada Tuhan, yang menjadi kekuatan baru dalam menjalani kehidupan yang penuh tantangan ini.

---

<sup>33</sup> Keluarga Kristen, Yang Harmonis, and Tiurma Barasa Ruth Rohitcha Hutapea, Widi Aftaudina Situmorang, Mareta Saprina Silitonga Tesa Harianja, "PENDIDIKAN AGAMA KRISTEN BAGI ORANG DEWASA DALAM MEMBENTUK KELUARGA KRISTEN YANG HARMONIS" 4, no. 4 (2025): 7717-7724.

<sup>34</sup> James Jonah Watopa and Juwinner Dedy Kasingku, "Pendidikan Dalam Keluarga: Fondasi Keharmonisan Dan Kedamaian Dalam Rumah Tangga" 4, no. 2 (2025): 284-292.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat disimpulkan bahwa layanan konseling pastoral memiliki peranan yang sangat penting dalam membantu perempuan yang mengalami kelelahan emosional akibat mendampingi suami pecandu narkoba. Konseling ini tidak hanya menyentuh aspek spiritual, tetapi juga sangat membantu dalam aspek praktis kehidupan seperti ekonomi, komunikasi, dan sosial. Hasil yang diperoleh dari kedua partisipan membuktikan bahwa layanan konseling pastoral mampu menjadi sarana pemulihan yang holistik, yang membawa seseorang dari keterpurukan menuju pemulihan dan harapan baru. Dengan demikian, sangat penting bagi komunitas gereja dan persekutuan doa untuk memberikan perhatian dan dukungan kepada para istri pendamping ini, dengan menyediakan wadah konseling pastoral yang berkelanjutan. Mereka membutuhkan tempat aman untuk bercerita, mendapatkan arahan, dan menerima kekuatan rohani dalam menghadapi pergumulan mereka. Melalui pelayanan konseling pastoral, para perempuan yang mengalami tekanan hidup berat dapat dikuatkan, dipulihkan, dan kembali menjalani hidup dengan penuh iman dan pengharapan.

## **KESIMPULAN**

Penelitian ini bertujuan untuk memahami bentuk kelelahan emosional yang dialami oleh istri dari suami pengguna narkoba, faktor-faktor yang menyebabkannya, serta bagaimana pendampingan melalui konseling pastoral dapat membantu mereka dalam menghadapi pergumulan tersebut. Melalui pendekatan penelitian tindakan di Persekutuan Doa El-Shaddai Bandung, ditemukan bahwa para istri mengalami kelelahan emosional yang sangat kompleks, mencakup aspek psikologis, sosial, ekonomi, dan spiritual. Mereka tidak hanya menghadapi tekanan akibat kecanduan suami, tetapi juga merasa terbebani oleh peran ganda dalam keluarga, kehilangan arah secara rohani, serta minimnya dukungan sosial dan emosional dari lingkungan sekitar. Dari hasil penelitian ini menunjukkan bahwa layanan konseling pastoral yang dilakukan secara holistik dan berbasis kasih Kristus memberikan dampak signifikan dalam proses pemulihan para istri. Setelah mengikuti proses konseling pastoral, partisipan mengalami peningkatan dalam berbagai aspek kehidupan. Secara psikologis, mereka menjadi lebih mampu mengenali dan mengelola emosinya, berdamai dengan diri sendiri, serta membangun relasi yang lebih baik dengan anak-anak dan suami. Dalam aspek ekonomi, partisipan menunjukkan kemampuan yang lebih bijak dalam mengatur keuangan dan mengambil keputusan. Komunikasi dalam keluarga juga mengalami perbaikan, dengan partisipan mampu berkomunikasi lebih terbuka dan mengendalikan emosi dalam situasi sensitif. Selain itu, secara sosial mereka mulai membuka diri terhadap lingkungan, mampu memaafkan dan memperbaiki hubungan dengan keluarga besar. Dari segi kerohanian, partisipan kembali membangun hubungan yang intim dengan Tuhan, aktif dalam persekutuan dan ibadah, serta memiliki semangat baru untuk menjalani hidup dalam pengharapan.

Implikasi dari temuan ini menegaskan pentingnya kehadiran gereja dan komunitas rohani sebagai tempat pemulihan dan dukungan bagi jemaat yang mengalami pergumulan emosional dan spiritual. Pendampingan pastoral tidak cukup hanya melalui nasihat rohani, tetapi harus menyentuh seluruh dimensi kehidupan manusia secara menyeluruh. Penelitian ini menjadi kontribusi penting bagi gereja lokal dan komunitas serupa untuk mengembangkan model konseling pastoral yang kontekstual, empatik, dan relevan dengan realitas hidup jemaat. Gereja dipanggil untuk menjadi ruang aman yang mampu menjangkau luka-luka yang tersembunyi dan menghadirkan kasih Kristus yang menyembuhkan dalam praktik pelayanan yang nyata.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Alouw, Rudy, Ria Mei Sawitri, Slamet Triyadi, and Saut Sihombing. "Korelasi Antara Religious Focus Coping Dengan Burnout Akibat Covid-19 Yang Dialami Orang Tua Kristen Di Bandung Barat." *Sanctum Domine: Jurnal Teologi* 12, no. 2 (2023): 171–184.
- Amanullah, A R. "Ketahanan Keluarga Dengan Suami Mantan Terpidana Narkoba Di Desa Kamasan Kecamatan Cinangka" (2025). <http://repository.unissula.ac.id/id/eprint/39051>.
- Andarmoyo, Sulistyo. "Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Resiliensi Psikologis Pada Individu Yang Mengalami Stres Pasca Trauma." *Jurnal Psikologi dan Konseling West Science* 2, no. 03 (2024): 193–201.
- Budi, Hengki Irawan Setia, and Ermin Hidayati. "Dari Stres Menuju Pencerahan : Manajemen Stres Dan Burnout Pemimpin Rohani Dalam Pelayanan Gereja." *Eunoia: JURNAL TEOLOGI DAN PENDIDIKAN AGAMA KRISTEN* 1, no. 1 (2024): 1–15.
- Debora Cristine Damanik<sup>1</sup>, Bangun, Bangun<sup>2</sup>. "IYESUS YANG MELIHAT DAN MENOLONG DALAM MATIUS 9:36: MODEL KEPEDULIAN ILAHI SEBAGAI DASAR PENDIDIKAN AGAMA KRISTEN YANG HUMANIS" 5, no. 4 (2024): 204–217.
- Dr. Muljono Domapolii, M. Ag, Dr. Muhammad Yaumi, M.Hun., M.A. *Action Research: Teori, Model, Dan Aplikasi*. Jakarta: Kencana Prenadamedia Group, 2016.
- Fensi, Fabianus. "MEMBANGUN KOMUNIKASI INTERPERSONAL" 1, no. 1 (n.d.): 47–55.
- Fransius Kusmanto, Sarah Putri Waruwu, and Fransisca Adelia Serenity. "Peran Gereja Di Dalam Menolong Orang-Orang Yang Depresi: Sebuah Kajian Kualitatif Fransius." *Sanctum Domine: Jurnal Teologi* 11, no. 1 (2022): 131–148.
- Fuaddin, Bun Hui. "Pendampingan Pastoral Bagi Pasangan Suami Istri Yang Mengalami Konflik Yang Berakar Pada Kemarahan Dan Stress Dalam Pernikahan." *TE DEUM (Jurnal Teologi dan Pengembangan Pelayanan)* 11, no. 1 (2021): 125–155.
- Giban, Yoel. *Komunikasi Sebagai Media Penyelesaian Dalam Keluarga Kristen*. Tasik Malaya Jawa Barat: Edu Publisher, 2022.
- Herawati, Liem Evi, and Ayub Sugiharto. "Pengaruh Pembinaan Iman Dan Pendampingan Pastoral Terhadap Pengharapan Hidup Jemaat Lanjut Usia." *Teokrasti: Jurnal Teologi Kontekstual dan Pelayanan Kristiani* 4, no. 2 (November 2024): 174–194.

- Hidayat, Udin Firman. "Menavigasi Konflik Keluarga: Perspektif Kristen Tentang Manajemen Konflik Dalam Pendidikan Agama Kristen." *Edukris: Jurnal Pendidikan Agama Kristen* 1, no. 01 (2024): 1–15.
- Hutabarat, Benny Christian, and Rencan Carisma Marbun. "Pendampingan Pastoral Konseling Terhadap Orang Tua Yang Mengalami Kemiskinan" (2025).
- Kii, Adrianus Ama, and Ester KAtrina Tinambunan. "Peran Hamba Tuhan Dalam Membina Jemaat GKSI Eklesia Kelempu Tentang Pentingnya Hubungan Dengan Tuhan Dan Sesama." *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 4, no. 1 (2025).
- Kristen, Keluarga, Yang Harmonis, and Tiurma Barasa Ruth Rohitcha Hutapea, Widi Aftaudina Situmorang, Maretta Saprina Silitonga Tesa Harianja. "PENDIDIKAN AGAMA KRISTEN BAGI ORANG DEWASA DALAM MEMBENTUK KELUARGA KRISTEN YANG HARMONIS" 4, no. 4 (2025): 7717–7724.
- Kuntari, Yeni, and Prodi Manajemen. "IBM PENGELOLAAN KEUANGAN BAGI IBU RUMAH TANGGA JEMAAT GEREJA KRISTEN MURIA INDONESIA ( GKMI )" 2012, no. 11 (2016): 376–383.
- Mangiu, Apriani, Monika Silambi, and Rana Bilolo. "Implementasi Konsep Pemulihan Tubuh, Jiwa Dan Roh Berdasarkan 1 Tesalonika 5: 23 Dalam Pendekatan Holistik Konseling Pastoral." *Rlinesia: Jurnal Kajian Agama dan Multikulturalisme Indonesia* 3, no. 4 (2024): 273–283. <http://jurnal.anfa.co.id/index.php/relinesia>.
- Mendrofa, Yuliani. "Volume 9 | Nomor 2 | September 2024 Transformasi Spiritual Melalui Pendidikan Agama Kristen Untuk Orang Dewasa" 9, no. September (2024): 224–231.
- Novianty, Lia, and Reza Arisandria. "Pengaruh Terapi Psikoedukasi Terhadap Beban Keluarga Yang Merawat Anggota Keluarga Dengan Skizofrenia Di Wilayah Kerja Puskesmas Cisaat Kabupaten Sukabumi." *Jurnal Health Society* 10, no. 2 (2021): 84–98.
- Omega, Yuda Putra, and Samuel Herman. "Penanganan Depresi Melalui Dimensi Rohani Di Kota Bandung." *Fidei: Jurnal Teologi Sistematis dan Praktika* 7, no. 1 (2024): 1–20.
- Patintingan, Rima, Yanto Paulus Hermanto, and Juliana Hindradjat. "Peran Gembala Gereja Bethel Indonesia Dalam Mencegah Perceraian Keluarga Kristen Di Tanjung Priok." *HARVESTER: Jurnal Teologi dan Kepemimpinan Kristen* 7, no. 2 (2022): 77–89.
- Ramandhita, Annisa Ayu, Diski Chandra, Fajar Muhammad, and Rifma Ghulam Dzaljad. "Pemberdayaan Ekonomi Keluarga Bapak Amar Sumarodin Melalui Pengembangan Usaha Bakso Ikan Tusuk." *Jurnal Pengabdian Masyarakat Inovasi Indonesia* 1, no. 2 (2024): 91–96.
- Rante, Pare Gita, Anugrah Julia, Mane Eltira Desliana, Pratiwi Anastasya, and Kembong Claudia. "Prinsip-Prinsip Penyembuhan Holistik Dalam Pelayanan Yesus Dan Relevansinya Bagi Pendekatan Bimbingan Konseling Kristen Integratif Berdasarkan Lukas 4:18-19." *Penambahan Natrium Benzoat Dan Kalium Sorbat (Antiinversi) Dan Kecepatan Pengadukan Sebagai Upaya Penghambatan Reaksi Inversi Pada Nira Tebu* 7693 (2024): 420–429.
- Rotua, Dewi Magdalena, Hermin Ranting, Lidya Naomi, Frimsi Wohon, and Julio Eleazer Nendissa. "Integrasi Teologi Dan Psikologi Terhadap Pemulihan Penyakit Mental Pada

- Anak Dari Keluarga Broken Home” 8, no. 2 (2025): 238–256.
- Runkat, Elsy Ribka, Terry Reney Manopo, and Herby Kenly Indy. “Bimbingan Konseling Pastoral Sebagai Pendekatan Penanganan Korban Penyalahgunaan Narkoba Di Gpdi ‘House of Glory’ Tabanan-Bali.” *Jurnal Penggerak* 7, no. 1 (2025): 1–25.
- Sampe, Naomi. “Komunikasi Interpersonal Keluarga Kristen Memasuki Era 4 . 0” 2, no. 1 (2019): 72–82.
- Santoso, Samuel Irwan. “Peranan Konseling Pastoral Dalam Gereja Bagi Pemulihan Kesehatan Rohani Jemaat.” *LOGON ZOES: Jurnal Teologi, Sosial dan Budaya* 4, no. 2 (2021): 108–123.
- Tatiyani. “Gambaran Co-Dependency Pada Orang Tua Anak Pecandu Napza Di Yayasan Keluarga Pengasih Indonesia (YKPI).” *Contiguity: Jurnal Psikologi* 20, no. 1 (2024): 35–45.
- Theorell, Robert A. Karasek & Töres. *Healthy Work: Stress, Productivity, and the Reconstruction of Working Life*. New York, USA: Basic Books (AS), 1990.
- Watopa, James Jonah, and Juwinner Dedy Kasingku. “Pendidikan Dalam Keluarga : Fondasi Keharmonisan Dan Kedamaian Dalam Rumah Tangga” 4, no. 2 (2025): 284–292.
- Yappo, Yohanes. “Spiritualitas Sosial Yang Bersumber Dari Kristus,” no. 2 (2024).
- Yudhono, Agus Suryo Jarot. “Pelayanan Konseling Kristen Kepada Pasangan Suami Istri Dalam Menyelesaikan Konflik Keluarga.” *Missio Ecclesiae* 8, no. 2 (2019): 116–136.