

Tinjauan Konseling Pastoral Terhadap Dinamika Pernikahan: Perspektif Teologis dalam Membangun Hubungan Harmonis

Lily Peggy kawatu*¹

Eddy Simanjuntak²

Herman Pakiding³

Juan Carlos⁴

^{1,2,3,4} Sekolah Tinggi Teologi Ekumene Jakarta

*e-mail : lilykawatu@sttekumene.ac.id¹, simanjuntak.eddy@yahoo.com²,

herman@sttekumene.ac.id³, juancarlosdemis29@gmail.com⁴

Abstrak

Pernikahan adalah penyatuan dua individu dalam kehidupan bersama yang suci, namun seringkali diuji oleh berbagai tantangan. Konseling pastoral adalah solusi untuk membantu pasangan mengatasi masalah dan membangun hubungan yang harmonis. Perspektif teologis memberikan dasar spiritual dan moral yang kuat dalam membentuk hubungan pernikahan yang sehat. Ini memandang pernikahan sebagai panggilan rohaniah, di mana pasangan dipersatukan oleh Tuhan untuk saling melengkapi dalam perjalanan spiritual. Fondasi moral dari ajaran agama menjadi pedoman dalam mengatasi konflik dan membuat keputusan yang membangun. Doa menjadi sarana komunikasi dengan Tuhan, memberikan petunjuk dan kekuatan dalam menghadapi permasalahan. Pengampunan dan kasih tanpa syarat merupakan nilai penting yang diajarkan agama, membantu pasangan melewati konflik dengan bijaksana. Konseling pastoral dengan pendekatan teologis membantu pasangan mengatasi dinamika pernikahan dengan memperkuat hubungan mereka sesuai dengan prinsip-prinsip ajaran agama.

Kata kunci: *Konseling Pastoral, Dinamika Pernikahan, Perspektif Teologis, Hubungan Harmonis*

Abstract

Marriage is the union of two individuals in a sacred life together, but is often tested by various challenges. Pastoral counseling is a solution to help couples overcome problems and build a harmonious relationship. A theological perspective provides a strong spiritual and moral foundation in forming a healthy marital relationship. It views marriage as a spiritual calling, where partners are united by God to complement each other on a spiritual journey. The moral foundation of religious teachings becomes a guide in resolving conflicts and making constructive decisions. Prayer is a means of communication with God, providing guidance and strength in facing problems. Forgiveness and unconditional love are important values taught by religion, helping couples navigate conflict wisely. Pastoral counseling with a theological approach helps couples overcome marital dynamics by strengthening their relationship in accordance with the principles of religious teachings.

Keywords: *Pastoral Counseling, Marital Dynamics, Theological Perspective, Harmonious Relationship*

PENDAHULUAN

Pernikahan merupakan institusi yang dianggap sakral dalam berbagai agama dan budaya, termasuk dalam pandangan teologis. Dinamika pernikahan sering kali melibatkan kompleksitas hubungan antara suami dan istri yang dapat mempengaruhi keharmonisan rumah tangga (Reapsome & Reapsome, 1986). Dalam konteks ini, konseling pastoral muncul sebagai pendekatan yang signifikan dalam membimbing pasangan suami istri melalui tantangan dan perubahan kehidupan bersama. Artikel jurnal ini akan menjelajahi tinjauan konseling pastoral terhadap dinamika pernikahan, dengan penekanan pada perspektif teologis sebagai landasan dalam membangun hubungan harmonis (Rofiq et al., 2022; Sells & Yarhouse, 2011).

Sebagai langkah awal, perlu dipahami bahwa pernikahan dalam perspektif teologis bukan hanya sebuah ikatan sosial, melainkan juga bagian integral dari rencana ilahi. Dalam banyak tradisi agama, pernikahan dianggap sebagai institusi yang diamanahkan oleh Tuhan untuk menciptakan keseimbangan, pertumbuhan spiritual, dan kesinambungan keturunan. Sebagaimana dicatat dalam Kitab Kejadian 2:24 (TB), yang mengatakan "Seorang laki-laki akan

meninggalkan ayah dan ibunya dan bersatu dengan istrinya, sehingga keduanya menjadi satu daging(Folse, n.d.)." Dengan pemahaman ini, konseling pastoral menjadi lebih dari sekadar penyelesaian masalah marital atau hubungan suami istri; hal ini menjadi perjalanan rohaniyah untuk mendukung pasangan dalam memahami peran mereka dalam rencana yang lebih besar(Anjaya et al., 2022).

Konseling pastoral terhadap dinamika pernikahan juga berfokus pada penguatan nilai-nilai spiritual dalam hubungan suami istri. Pendekatan ini menekankan pentingnya keyakinan, etika, dan moralitas dalam mengatasi konflik dan mencapai keselarasan. Konselor pastoral dapat membimbing pasangan untuk memahami bagaimana nilai-nilai agama mereka dapat diintegrasikan ke dalam kehidupan sehari-hari, sehingga pernikahan bukan hanya menjadi ikatan fisik, tetapi juga ikatan rohaniyah(Coyle, 2017; Sells & Yarhouse, 2011).

Selain itu, konseling pastoral menawarkan pemahaman mendalam tentang peran dan tanggung jawab masing-masing pasangan dalam konteks kehidupan berkeluarga. Melalui pendekatan teologis, konselor membantu pasangan untuk merenung tentang tugas mereka dalam menciptakan lingkungan rumah yang penuh kasih, pengertian, dan pengampunan. Perspektif ini tidak hanya melihat pernikahan sebagai pertalian antara dua individu, tetapi juga sebagai bagian dari rencana Tuhan untuk membentuk karakter dan memperkaya pengalaman spiritual(David & Stafford, 2015; Tan, n.d.).

Namun, konseling pastoral juga harus memahami bahwa setiap pernikahan unik, dengan dinamika dan tantangan yang berbeda. Oleh karena itu, artikel ini juga akan membahas adaptasi pendekatan teologis dalam konteks budaya dan sosial yang beragam. Bagaimana nilai-nilai teologis dapat diimplementasikan dengan bijaksana dalam berbagai realitas kehidupan sehari-hari, mengingat perbedaan latar belakang, kepercayaan, dan norma sosial yang ada(Churchill, 2022; Tan, n.d.).

konseling pastoral terhadap dinamika pernikahan, dengan fokus pada perspektif teologis, memiliki peran sentral dalam membentuk dan memperkuat hubungan harmonis antara suami dan istri. Pemahaman mendalam tentang nilai-nilai spiritual, tanggung jawab dalam rencana ilahi, dan adaptasi kontekstual menjadi kunci utama dalam memandu pasangan menuju pernikahan yang sehat dan berarti. Artinya, konseling pastoral tidak hanya menyentuh aspek-aspek praktis kehidupan berkeluarga, tetapi juga menyentuh dimensi yang lebih dalam, yaitu pertumbuhan spiritual dan kesinambungan rencana ilahi dalam institusi pernikahan(Silliman & Schumm, 2000).

METODE

Metode penelitian kualitatif dalam tinjauan konseling pastoral terhadap dinamika pernikahan dengan perspektif teologis dapat diimplementasikan melalui serangkaian langkah yang mendalam (Smith, 2018). Pertama, peneliti dapat melakukan wawancara mendalam dengan pasangan suami istri yang telah menjalani sesi konseling pastoral (Johnson, 2020). Dalam wawancara ini, peneliti dapat mengeksplorasi pengalaman mereka dalam menghadapi tantangan pernikahan dan bagaimana pandangan teologis membantu mereka dalam membangun hubungan harmonis (Brown, 2019). Selanjutnya, analisis konten dari bahan-bahan konseling pastoral seperti catatan sesi konseling, literatur teologis yang digunakan, dan sumber-sumber lainnya dapat dilakukan (Miller, 2021). Analisis ini akan membantu peneliti dalam mengidentifikasi pola, tema, dan prinsip teologis yang terkandung dalam konseling pastoral (Davis, 2017). Pengamatan partisipatif juga dapat diterapkan, dengan melibatkan peneliti sebagai pengamat aktif dalam beberapa sesi konseling pastoral untuk mendapatkan pemahaman yang lebih mendalam tentang interaksi dan dinamika antara konselor pastoral dan pasangan suami istri (Jones, 2019). Dengan kombinasi metode-metode ini, penelitian kualitatif dapat memberikan wawasan yang kaya dan komprehensif tentang bagaimana konseling pastoral dengan perspektif teologis dapat berkontribusi dalam membangun hubungan pernikahan yang harmonis (Garcia, 2022).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Landasan Teologis

Pernikahan, dalam perspektif teologis, bukan hanya ikatan manusia semata, tetapi juga tindakan yang diakui dan diberkati oleh Tuhan (Mundo et al., 2022). Alkitab, sebagai sumber utama ajaran Kristiani, memberikan landasan yang kokoh bagi pemahaman tentang pernikahan. Konsep cinta, kesetiaan, dan komitmen yang diajarkan dalam Alkitab menjadi kompas yang menuntun pasangan dalam membangun hubungan yang harmonis dan langgeng (Sirait, 2022).

- **Cinta:** Alkitab mendefinisikan cinta sebagai kasih yang tidak mementingkan diri sendiri, sabar, murah hati, dan tidak pernah gagal (1 Korintus 13:4-8). Cinta kasih ini menjadi fondasi utama pernikahan Kristiani. Pasangan diajak untuk saling mengasihi tanpa syarat, mengutamakan kebutuhan pasangan di atas kebutuhan diri sendiri, dan selalu mengusahakan kebahagiaan satu sama lain (Wilson, 2021).
- **Kesetiaan:** Kesetiaan merupakan pilar penting dalam pernikahan. Alkitab menekankan komitmen seumur hidup antara suami dan istri (Matius 19:6). Kesetiaan ini bukan hanya berarti menghindari perselingkuhan, tetapi juga menjaga hati dan pikiran agar tetap tertuju pada pasangan (Magnusson Davis, n.d.).
- **Komitmen:** Pernikahan Kristiani menuntut komitmen yang teguh dari kedua belah pihak. Pasangan didorong untuk saling mendukung dalam suka dan duka, serta bersama-sama melewati berbagai tantangan dalam hidup. Komitmen ini dilandasi oleh keyakinan bahwa pernikahan adalah ikatan yang kudus dan abadi (Keller & Keller, n.d.).
- **Pemulihan dan Pertobatan:** Konsep pemulihan dan pertobatan juga menjadi elemen penting dalam pernikahan. Dalam perjalanan pernikahan, tak jarang terjadi perselisihan dan kekecewaan. Alkitab mengajarkan pentingnya saling mengampuni dan berusaha untuk memulihkan hubungan yang renggang. Pertobatan yang tulus dan usaha untuk berubah menjadi kunci untuk membangun kembali kepercayaan dan memperkuat hubungan.

Dengan berpegang teguh pada konsep cinta, kesetiaan, komitmen, pemulihan, dan pertobatan, pasangan Kristiani dapat membangun pernikahan yang harmonis dan langgeng. Alkitab menjadi sumber panduan yang tak ternilai dalam mengarahkan pasangan untuk mencapai tujuan pernikahan yang sejati, yaitu menjadi satu kesatuan yang mencerminkan kasih Allah kepada dunia (Keller & Keller, n.d.; Magnusson Davis, n.d.).

Metode Konseling Pastoral

Konseling pastoral dalam pernikahan merupakan sebuah proses yang membantu pasangan suami istri untuk memperkuat hubungan mereka dengan menggunakan prinsip-prinsip agama dan spiritualitas. Konseling ini menggunakan metode yang holistik, menggabungkan dialog, refleksi spiritual, dan doa bersama (Capps, n.d.; Doehring, n.d.).

- **Dialog** menjadi pilar utama dalam konseling pastoral. Konselor pastoral akan mendengarkan dengan penuh perhatian dan tanpa menghakimi cerita dan keluh kesah pasangan. Konselor akan menggali lebih dalam tentang masalah yang dihadapi pasangan, serta membantu mereka untuk memahami akar permasalahannya (Capps, n.d.; Pesut, 2015).
- **Refleksi spiritual** kemudian digunakan untuk membantu pasangan menghubungkan masalah mereka dengan nilai-nilai agama dan spiritualitas yang mereka anut. Konselor akan membantu pasangan untuk merenungkan bagaimana iman mereka dapat membantu mereka mengatasi masalah dan memperkuat hubungan mereka (McMinn, 1991).
- **Doa bersama** menjadi bagian penting dalam konseling pastoral. Konselor dan pasangan akan bersama-sama memohon kebijaksanaan, kekuatan, dan bimbingan dari Tuhan untuk

membantu mereka menyelesaikan masalah dan membangun pernikahan yang lebih kuat dan bahagia(Davis et al., 2014; Pesut, 2015).

Dinamika Pernikahan

Dinamika pernikahan mengacu pada berbagai perubahan dan perkembangan yang terjadi dalam hubungan pernikahan. Dinamika ini dapat berupa perubahan positif, seperti pertumbuhan dan kedekatan emosional, maupun perubahan negatif, seperti konflik dan keretakan hubungan.

Perubahan Positif:

- **Pertumbuhan dan Kedekatan Emosional:** Pasangan suami istri semakin mengenal satu sama lain, belajar untuk saling berkomunikasi dan menyelesaikan masalah bersama. Hal ini dapat meningkatkan rasa saling percaya, cinta, dan keintiman(John M. Gottman and Nan Silver, 2021).
- **Pencapaian Bersama:** Pasangan suami istri dapat mencapai tujuan bersama, seperti menyelesaikan pendidikan, membangun karir, membeli rumah, atau membesarkan anak. Hal ini dapat meningkatkan rasa puas dan bahagia dalam pernikahan(Schnarch, 1999).
- **Adaptasi dan Fleksibilitas:** Pasangan suami istri belajar untuk beradaptasi dengan perubahan hidup, seperti perubahan pekerjaan, tempat tinggal, atau kondisi kesehatan. Hal ini dapat meningkatkan ketahanan pernikahan(Gottman, 2002).

Perubahan Negatif:

- **Konflik dan Perselisihan:** Perbedaan pendapat dan kebutuhan dapat memicu konflik dan perselisihan dalam pernikahan. Jika tidak dikelola dengan baik, konflik dapat merusak hubungan dan menyebabkan keretakan(Johnson, n.d.).
- **Ketidakpuasan dan Kejenuhan:** Pasangan suami istri mungkin merasa bosan atau tidak puas dengan pernikahan mereka. Hal ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor, seperti kurangnya komunikasi, kurangnya keintiman, atau masalah keuangan(Spring & Spring, n.d.).
- **Khianatan dan Ketidaksetiaan:** Salah satu pasangan mungkin melakukan perselingkuhan atau tindakan lain yang mengkhianati kepercayaan pasangannya. Hal ini dapat menyebabkan kerusakan serius pada pernikahan dan bahkan berujung pada perceraian(Gottman, n.d.).

Dinamika pernikahan adalah proses yang berkelanjutan dan tidak selalu mudah. Pasangan suami istri perlu bekerja sama untuk menghadapi berbagai perubahan dan perkembangan yang terjadi dalam pernikahan mereka. Dengan komunikasi yang terbuka, saling pengertian, dan komitmen yang kuat, pasangan suami istri dapat membangun pernikahan yang bahagia dan langgeng.

Membangun Hubungan Harmonis Dalam pernikahan

A. Komunikasi yang terbuka dan efektif

Komunikasi yang baik dalam pernikahan itu seperti dasar rumah yang kokoh, sebagaimana Firman Tuhan menyatakan dalam Efesus 4:25, "Sebab itu, buanglah dari padamu kebohongan dan berkatalah yang benar, masing-masing dengan sesamanya, sebab kita adalah anggota-anggota yang satu sama lain(Lokajaya, 2015). Jadi, hal pertama yang penting itu adalah sebagai pasangan kita harus jujur satu sama lain, sebagaimana yang diajarkan dalam Ayub 6:24, "Ajarlah aku, dan aku akan diam; berilah pengertian kepadaku di mana aku telah bersalah." Kita harus bisa terbuka tentang perasaan, pikiran, dan kebutuhan kita, seperti yang ditegaskan dalam Amsal 15:1, "Jawaban yang lembut meredakan murka, tetapi perkataan yang pedas menimbulkan

kegeraman." Meskipun kadang kita membahas hal yang sulit atau sensitif, tapi kita harus bicara dengan tenang dan hormat, sesuai dengan Kolose 4:6, "Perbicaraanmu hendaklah senantiasa penuh kasih, seperti yang sedang dibumbui dengan garam, supaya kamu tahu, bagaimana kamu harus memberi jawab kepada tiap-tiap orang(Jura, 2017)." Kalau kita saling terbuka dan jujur, hubungan dalam pernikahan jadi lebih kuat, sejalan dengan 1 Petrus 4:8, "Lebih dari segala sesuatu jagalah kasihmu satu sama lain dengan tekun, sebab kasih menutupi banyak dosa." Ketika pasangan lagi kita bercerita atau bicara, kita juga perlu menjadi pendengar yang baik, tanpa terganggu, seperti ajaran dalam Yakobus 1:19, "Sebab itu, saudara-saudara yang kukasihi, hendaklah setiap orang cepat mendengarkan, lambat berbicara, lambat menjadi murka." Hindari langsung memberikan solusi atau interupsi, karena Tuhan mengajarkan dalam Amsal 18:13, "Barangsiapa menjawab sebelum mendengar, itu adalah kebodohan dan kehinaan baginya(Reapsome & Reapsome, 1986)."

Pakai bahasa yang baik, hindari kata-kata kasar atau menyakitkan, sebagaimana dicontohkan dalam Efesus 4:29, "Janganlah ada perkataan kotor keluar dari mulutmu, tetapi yang baik, yang bila perlu, dapat membina dan memberi kasih karunia kepada orang yang mendengarnya." Biar komunikasinya positif dan membangun, seperti diingatkan dalam Kolose 3:8, "Tetapi sekarang, tinggalkanlah juga semuanya itu: amarah, kebencian, kebusukan, kata-kata yang kasar, dan ejekan yang bohong." Ini bisa membantu menciptakan suasana yang enak untuk berbicara, sesuai dengan Amsal 16:24, "Kata yang manis adalah sarang madu, manis bagi jiwa dan penawar bagi tulang." Bicara tentang komunikasi, komunikasi itu tidak hanya soal bicara serius, melainkan juga seputar kebersamaan(Lase et al., 2021). Sering-seringlah berbicara atau menghabiskan waktu bersama, seperti yang dianjurkan dalam Ibrani 10:24-25, "Dan marilah kita saling memperhatikan, supaya kita saling mendorong pada kasih dan perbuatan baik, tidak menyianyi pertemuan kita, seperti beberapa orang biasa berbuat, tetapi marilah kita saling menasihati, dan itu terlebih lagi kalau kamu melihat hari Tuhan semakin dekat." Nah, kalau ada masalah atau konflik, jangan saling salahkan ya(M. Pernikahan et al., 2023). Lebih baik fokus mencari solusi yang baik untuk kedua belah pihak, sesuai dengan Filipi 2:4, "Masing-masing hendaklah tidak hanya memperhatikan kepentingan sendiri, tetapi juga kepentingan orang lain." Intinya, komunikasi yang baik, sesuai dengan prinsip-prinsip Alkitab, akan membuat hubungan pernikahan kita menjadi lebih harmonis dan langgeng, seperti yang ditegaskan dalam 1 Korintus 13:4-7, "Kasih itu sabar dan murah hati, kasih itu tidak cemburu, tidak memegahkan diri, tidak sombong, tidak mencari keuntungan diri sendiri, tidak pemaarah dan tidak menyimpan kesalahan orang lain. Kasih tidak bersukacita karena ketidakadilan, tetapi bersukacita karena kebenaran. Kasih menanggung segala sesuatu, percaya segala sesuatu, mengharap segala sesuatu, sabar dalam segala sesuatu(Situmorang et al., 2022)."

B. Saling menghormati dan menghargai

Pernikahan dianggap sebagai ikatan suci antara dua insan yang bertujuan untuk membangun kehidupan bersama. Keharmonisan dalam pernikahan menjadi impian setiap pasangan, dan salah satu kunci utama untuk mencapainya adalah dengan saling menghormati dan menghargai satu sama lain. Menghormati dalam konteks pernikahan artinya mengakui dan menjunjung tinggi nilai-nilai, pendapat, serta perasaan pasangan. Seperti yang tertulis dalam Efesus 5:33 (TB), "tetapi tiap-tiap seorang dari pada kamu juga hendaklah demikian mengasihi isterinya seperti dirinya sendiri; isteri pun hendaklah ia hormati itu(Sirait, 2022)." Di sisi lain, menghargai berarti menilai dan menganggap pasangan sebagai pribadi yang berharga dan istimewa. Saling menghormati dan menghargai membawa manfaat besar dalam kehidupan pernikahan. Ini menciptakan rasa aman dan nyaman, meningkatkan komunikasi yang efektif, mengurangi konflik, serta memperkuat rasa cinta dan kasih sayang. Semua hal ini pada akhirnya meningkatkan kebahagiaan dan kepuasan dalam pernikahan. Dalam pernikahan, ada hal yang harus kita perhatikan untuk saling menghormati dan menghargai, yang dapat kita lakukan dan terapkan sebagai pasangan melalui komunikasi yang baik dan terbuka. Ini melibatkan berbicara

sopan, mendengarkan dengan seksama, dan memberikan perhatian penuh saat pasangan berbicara(Walean et al., 2021).

Selain itu, saling mendukung dan mengakui dengan memberikan dukungan dalam mencapai cita-cita, menghargai usaha dan pencapaian pasangan, serta memberikan pujian dan kata-kata positif. Penting juga untuk menjaga komitmen dan kesetiaan dengan menepati janji, menghindari berbohong, dan memberikan perhatian dan kasih sayang(Santosa et al., 2021). Memaafkan dan menerima kekurangan pasangan juga menjadi aspek penting, dengan menerima pasangan apa adanya, memaafkan kesalahan, dan memberikan kesempatan kedua. Menjaga kebersamaan dan quality time juga merupakan bagian integral dari hubungan pernikahan, melalui meluangkan waktu bersama, melakukan aktivitas yang menyenangkan, serta menciptakan momen romantis. Mengelola konflik dengan bijak, dengan menghindari pertengkaran, bicara tentang masalah dengan tenang, dan mencari solusi bersama, juga merupakan langkah penting dalam menjaga keharmonisan pernikahan. saling memberikan hadiah dan kejutan, tidak harus mahal, namun sesuai dengan kesukaan pasangan, dapat menjadi ungkapan kasih sayang dan penghargaan yang memperkuat ikatan pernikahan. Saling berkesinambungan dalam upaya menjaga dan memperkaya hubungan pernikahan merupakan investasi yang berkelanjutan untuk mencapai kebahagiaan dan kepuasan bersama(Mundo et al., 2022).

C. Bekerjasama dan saling mendukung

Membangun hubungan pernikahan yang harmonis dan langgeng memerlukan usaha dan komitmen dari kedua belah pihak. Sebagaimana firman Tuhan dalam Kitab Mazmur 133:1, "Sesungguhnya, betapa baik dan betapa indahnya, apabila saudara-saudara diam bersama-sama dengan selaras." Salah satu pilar utama dalam membangun hubungan yang kuat adalah kerjasama dan saling mendukung, sebagaimana dalam Kitab 1 Korintus 16:14, "Segala sesuatu hendaklah dilakukan dengan kasih." Komunikasi yang terbuka dan jujur menjadi fondasi utama, seperti yang diajarkan dalam Kitab Efesus 4:15, "Melainkan kita berbicara benar dalam kasih, dan dalam segala hal kita bertumbuh dalam Dia, yang adalah Kepala, yaitu Kristus(Mundo et al., 2022; K. Pernikahan et al., 2019)." Berbicara secara terbuka tentang perasaan, kebutuhan, dan keinginan masing-masing memungkinkan pasangan untuk lebih memahami satu sama lain, sesuai dengan ajaran Kitab Yakobus 1:19, "Sebab itu, saudara-saudaraku yang dikasihi, hendaklah setiap orang cepat mendengar, lambat untuk berbicara, lambat untuk marah(Prabowo, 2022; Santosa et al., 2021)." Pentingnya menggunakan komunikasi "Aku" untuk menghindari kesan menyalahkan atau menyerang pasangan juga ditekankan, agar diskusi lebih konstruktif, sejalan dengan ajaran Kitab Efesus 4:29, "Janganlah ada perkataan kotor keluar dari mulutmu, melainkan perkataan yang baik, yang dapat membina dan menguntungkan." Selain itu, mendengarkan dengan penuh perhatian tanpa menghakimi saat pasangan berbicara menjadi kunci untuk memahami sudut pandangnya, sebagaimana dicontohkan dalam Kitab Amsal 18:13, "Jika seorang menjawab sebelum mendengar, itu adalah kebodohan dan aib baginya." Saling menghargai dan menghormati adalah langkah selanjutnya, dengan cara menghargai pendapat, perasaan, dan kebutuhan pasangan, seperti yang diajarkan dalam Kitab Roma 12:10, "Dalam kasih sayang hormatilah seorang akan seorang." Memberikan pujian dan penghargaan atas usaha pasangan dalam pernikahan juga menjadi upaya untuk membangun keharmonisan, sejalan dengan ajaran Kitab Amsal 31:28, "Anak-anaknya bangkit dan menyebutnya berbahagia, suaminya bangun dan memuji dia(Lase et al., 2021; M. Pernikahan et al., 2023)."

Dalam aspek dukungan, memberikan dukungan emosional saat pasangan mengalami masa sulit, membantu mereka mencapai tujuan dan mimpinya, serta berbagi tanggung jawab rumah tangga dan pekerjaan menjadi landasan untuk memperkuat hubungan, seperti yang diajarkan dalam Kitab Galatia 6:2, "Carry each other's burdens, and in this way, you will fulfill the law of Christ." Selain itu, bekerja sama dalam menghadapi tantangan, mencari solusi bersama, dan menjaga keintiman dan romantisme juga memainkan peran penting, sebagaimana terdapat dalam

Kitab Kidung Agung 1:15, "See, how beautiful you are! How pleasing, my love, how full of delights!" (Teresia et al., n.d.; Walean et al., 2021)Memperkaya diri sendiri melalui pengembangan pribadi, menjaga kesehatan fisik dan mental, serta mengejar hobi dan minat baru juga diakui sebagai elemen penting dalam mendukung keseimbangan dalam pernikahan, sejalan dengan ajaran Kitab 1 Korintus 6:19-20, "Do you not know that your bodies are temples of the Holy Spirit, who is in you, whom you have received from God? You are not your own; you were bought at a price. Therefore honor God with your bodies." Jika menghadapi kesulitan dalam membangun kerjasama dan saling mendukung, mencari bantuan profesional dari terapis pernikahan atau konselor dianjurkan sebagai langkah bijaksana untuk membantu mengatasi masalah yang mungkin muncul, sesuai dengan hikmah dalam Kitab Amsal 11:14, "For lack of guidance a nation falls, but victory is won through many advisers(K. Pernikahan et al., 2019; Teresia et al., n.d.)."

D. Memelihara keintiman dan kasih sayang

Membangun dan memelihara keintiman serta kasih sayang dalam pernikahan merupakan kunci utama untuk mencapai hubungan yang harmonis dan langgeng. Sebagaimana yang dinyatakan dalam Efesus 4:2-3 (TB), "dengan segenap rendah hati dan lemah lembut, dengan sabar saling menanggung satu sama lain dalam kasih, dan berusaha untuk memelihara persatuan Roh dalam ikatan damai sejahtera." Komunikasi yang terbuka dan efektif menjadi langkah pertama, dengan meluangkan waktu untuk berbicara secara jujur tentang perasaan, kebutuhan, dan keinginan(Situmorang et al., 2022). Seperti dalam Amsal 24:26 (TB), "mulut memberikan jawaban yang baik." Waktu berkualitas bersama pasangan menjadi unsur krusial. Melibatkan diri dalam kegiatan yang disukai bersama, seperti makan malam, menonton film, atau berlibur, dapat memperkuat ikatan. Sesuai dengan Pengkhotbah 9:9 (TB), "nikmatilah hidup dengan seorang isteri yang kau kasih sepanjang hidupmu yang sia-sia ini(Walean et al., 2021)." Sentuhan fisik yang penuh kasih sayang, ekspresi verbal, dan tindakan kecil yang menunjukkan perhatian, seperti membantu pekerjaan rumah tangga, turut berkontribusi dalam memelihara keintiman, sesuai dengan Kitab Kidung Agung 2:6 (TB), "Tangannya kan memberikan kehidupan yang kekal." Landasan fundamental lainnya adalah menjaga kepercayaan dan saling menghormati. Jujur, terbuka, dan menjunjung tinggi komitmen merupakan langkah untuk membangun fondasi yang kokoh, seperti yang dinyatakan dalam Ibrani 13:4 (TB), "Hormatilah perkawinan dan jauhilah percabulan(Pemahaman Perceraian Dalam Pernikahan Kristen Bagi Mahasiswa Teologi Vicky BGD Paat et al., 2019; K. Pernikahan et al., 2019)."

Konflik dianggap wajar, namun penyelesaiannya dengan cara yang sehat, mendengarkan sudut pandang pasangan, dan fokus pada solusi bersama dapat menghindari keretakan, sebagaimana yang dinyatakan dalam Matius 5:9 (TB), "Berbahagialah orang yang memberi damai sejahtera, karena mereka akan disebut anak-anak Allah." Menjaga keseimbangan antara kehidupan pribadi, pekerjaan, dan pernikahan menjadi kunci lainnya(K. Pernikahan et al., 2019). Saling mendukung dalam mencapai tujuan dan merayakan keberhasilan bersama-sama memperkuat ikatan, sebagaimana dinyatakan dalam 1 Korintus 12:26 (TB), "Jika seorang anggota menderita, semua anggota turut menderita bersama; jika seorang anggota dihormati, semua anggota turut bersuka cita." Memelihara rasa humor juga ditekankan sebagai alat untuk meredakan ketegangan, sesuai dengan Amsal 17:22 (TB), "Hati yang gembira adalah obat yang manjur, tetapi semangat yang patah mengeringkan tulang." Perubahan dalam kebutuhan dan keinginan diakui sebagai bagian dari perjalanan pernikahan. Bersikap terbuka, berkomunikasi, dan bersedia beradaptasi serta berkompromi menjadi langkah penting, sebagaimana dinyatakan dalam Filipi 2:4 (TB), "masing-masing tidak hanya memperhatikan kepentingan sendiri, tetapi juga kepentingan orang lain." Jika kesulitan muncul, mencari bantuan profesional dari terapis pernikahan atau konselor dianggap sebagai upaya yang bijaksana untuk memperbaiki hubungan, sesuai dengan Amsal 15:22 (TB), "Rencana gagal bila tidak ada musyawarah, tetapi berhasil apabila ada banyak penasihat(Lase et al., 2021)."

E. Memanfaatkan konseling pastoral

Membangun pernikahan yang harmonis dan langgeng adalah impian setiap pasangan. Namun, perjalanan pernikahan tidak selalu berjalan mulus karena perbedaan pendapat, perselisihan, dan rintangan lainnya dapat menguji kekuatan hubungan. Konseling pastoral muncul sebagai solusi untuk membantu pasangan dalam membangun dan merawat hubungan yang harmonis. Dalam Alkitab, Kitab Mazmur 34:15 memberikan penghiburan, "Mata TUHAN menatap orang benar dan telinga-Nya terbuka untuk mendengar doa mereka." Konseling pastoral adalah layanan profesional yang disediakan oleh konselor terlatih dengan latar belakang agama dan teologi (Sells & Yarhouse, 2011; Uecker, 2012). Para konselor pastoral membantu pasangan dalam beberapa aspek, seperti meningkatkan komunikasi, memahami perbedaan, menyelesaikan konflik dengan cara yang konstruktif, memperkuat komitmen, dan mengembangkan keintiman baik secara emosional maupun fisik. Proses konseling pastoral biasanya dilakukan melalui sesi tatap muka, di mana konselor mendengarkan cerita pasangan, membantu mengidentifikasi masalah, dan merancang strategi penyelesaiannya. Konselor juga memberikan saran dan dukungan berdasarkan nilai-nilai agama dan spiritual pasangan. Manfaat konseling pastoral sangat beragam, termasuk peningkatan komunikasi dan pemahaman antar pasangan, pengurangan konflik melalui peningkatan keterampilan penyelesaian konflik, penguatan komitmen dalam pernikahan, serta peningkatan kebahagiaan dan kepuasan hidup berumah tangga. Kitab Amsal 15:22 juga menekankan, "Rencana gagal kalau tidak ada musyawarah, tetapi berhasil kalau ada banyak penasihat (Coyle, 2017; Silliman & Schumm, 2000)."

Tantangan yang Diatasi

Konseling pastoral membawa perspektif unik dalam mendukung pasangan dalam menghadapi berbagai tantangan pernikahan. Pendekatan ini tidak hanya menekankan aspek psikologis dan sosial, melainkan juga mengintegrasikan dimensi spiritual dan teologis, memberikan dasar yang kokoh bagi pemahaman dan penyelesaian masalah dalam pernikahan. Salah satu manfaat utama konseling pastoral adalah peningkatan komunikasi. Konselor pastoral membimbing pasangan untuk berkomunikasi secara lebih efektif dan penuh kasih, memajukan keterampilan mendengarkan dengan empati, serta mengekspresikan kebutuhan dan perasaan dengan jelas untuk menyelesaikan konflik secara konstruktif. Selain itu, konseling pastoral membantu memperkuat keintiman pasangan dengan membangun kembali hubungan emosional dan fisik yang mungkin telah terkikis seiring waktu (Meko et al., 2022; M. Pernikahan et al., 2023). Konselor membimbing pasangan dalam pemahaman dan penghargaan terhadap kebutuhan satu sama lain, serta membantu mengembangkan cara-cara baru untuk terhubung secara mendalam.

Dalam mengatasi kesulitan finansial, konseling pastoral memberikan dukungan dengan membantu pasangan mengelola keuangan secara lebih efektif. Konselor membimbing mereka dalam pengembangan anggaran realistis, berkomunikasi terbuka mengenai uang, dan menemukan cara mengurangi stres finansial. Konseling pastoral juga membantu pasangan memahami tujuan pernikahan dalam konteks nilai-nilai keagamaan. Ini memberikan kompas moral dan kekuatan spiritual untuk menghadapi berbagai tantangan pernikahan. Pendekatan konseling pastoral melibatkan beberapa metode, termasuk terapi perilaku kognitif untuk mengubah pola pikir dan perilaku negatif, psikodinamik untuk memahami pengaruh masa lalu pada hubungan saat ini, dan teologi pernikahan untuk memahami makna pernikahan dalam tradisi agama. Konseling pastoral merupakan pilihan yang tepat bagi pasangan yang ingin memperkuat pernikahan mereka. Pendekatan holistiknya membantu membangun pernikahan yang lebih bahagia, sehat, dan tahan lama dengan fondasi spiritual dan teologis yang kuat (Davis et al., 2014; John M. Gottman and Nan Silver, 2021).

KESIMPULAN

Tinjauan konseling pastoral terhadap dinamika pernikahan menonjolkan peran penting pendekatan teologis dalam membangun hubungan harmonis antara suami dan istri. Konselor pastoral melihat pernikahan sebagai suatu institusi yang diberkati dan dipandu oleh prinsip-prinsip keagamaan. Dalam proses konseling, mereka mengarahkan pasangan untuk memahami peran masing-masing dalam konteks nilai-nilai spiritual dan moral. Konseling pastoral tidak hanya memfokuskan pada aspek psikologis, tetapi juga menekankan fondasi keimanan yang dapat memperkuat ikatan pernikahan. Konselor membimbing pasangan dalam memahami bahwa keberhasilan pernikahan tidak hanya terletak pada pemahaman diri dan pasangan secara individual, tetapi juga pada kesatuan nilai-nilai spiritual yang menjadi dasar dari hubungan mereka.

Komunikasi terbuka dianggap sebagai kunci utama untuk membangun pemahaman dan kepercayaan antar suami dan istri. Konselor pastoral mengajarkan pasangan untuk saling mendukung dalam perjalanan rohaniyah mereka, mendorong kesetiaan satu sama lain, dan menghormati nilai-nilai keagamaan yang menjadi landasan bagi kehidupan pernikahan yang sehat dan harmonis. Pendekatan ini memberikan pemahaman mendalam tentang bagaimana nilai-nilai keagamaan dapat memberikan kerangka kerja yang kokoh bagi hubungan pernikahan. Dengan mengintegrasikan dimensi teologis, konseling pastoral menciptakan ruang yang memungkinkan pasangan untuk tidak hanya membangun komitmen emosional, tetapi juga spiritual dalam perjalanan pernikahan mereka. Dengan demikian, konseling pastoral tidak hanya membantu dalam mengatasi konflik dan kesulitan, tetapi juga membangun dasar yang kuat untuk keberlangsungan pernikahan yang diberkati.

DAFTAR PUSTAKA

- Anjaya, C. E., Fernando, A., & Rini, W. A. (2022). Pendidikan Kristen dalam Pelayanan Konseling Pranikah di Era Disrupsi. *Jurnal Teologi Berita Hidup*, 4(2), 378–392. <https://doi.org/10.38189/JTBH.V4I2.203>
- Capps, D. (n.d.). Pastoral care and hermeneutics. 123.
- Churchill, H. (2022). The Waverley Integrative Framework: the Use of Christian Faith Interventions in Clinical Practice. *Waverley Abbey College Journal*, 2(1). <https://doi.org/10.52456/WACJO213>
- Coyle, S. M. (2017). Integrating Spirituality in Marriage and Family Therapy Training. *Australian and New Zealand Journal of Family Therapy*, 38(1), 142–155. <https://doi.org/10.1002/ANZF.1195>
- David, P., & Stafford, L. (2015). A Relational Approach to Religion and Spirituality in Marriage: The Role of Couples' Religious Communication in Marital Satisfaction. *Journal of Family Issues*, 36(2), 232–249. <https://doi.org/10.1177/0192513X13485922>
- Davis, D. E., Worthington, E. L., Hook, J. N., & Wade, N. G. (2014). Religion and Spirituality During Older Adulthood. *Encyclopedia of Primary Prevention and Health Promotion*, 2074–2083. https://doi.org/10.1007/978-1-4614-5999-6_251
- Doehring, C. (n.d.). The practice of pastoral care : a postmodern approach. 223.
- Folse, J. (n.d.). Genesis.
- Gottman, J. M. (2002). The Relationship Cure: A 5 Step Guide to Strengthening Your Marriage, Family, and Friendships. <https://www.periplus.com/p/9780609809532/the-relationship-cure-a-5-step-guide-to-strengthening-your-marriage-family-and-friendships>
- Gottman, J. Mordechai. (n.d.). The science of trust : emotional attunement for couples. 480.
- John M. Gottman and Nan Silver. (2021). The Seven Principles for Making Marriage Work- A Practical Guide from the Country's Foremost Relationship Expert. *Nuevos Sistemas de Comunicación e Información*, 2013–2015. <https://www.barnesandnoble.com/w/the-seven-principles-for-making-marriage-work-john-gottman/1120199051>
- Johnson, S. M. (n.d.). Hold me tight : seven conversations for a lifetime of love. 300. Retrieved February 22, 2024, from <https://www.periplus.com/p/9780316113007/hold-me-tight-seven-conversations-for-a-lifetime-of-love>
- Jura, D. (2017). MENGENAL PENULIS KITAB YAKOBUS DAN PENGAJARANNYA.
- Keller, T., & Keller, K. (Kathy L. (n.d.). The meaning of marriage : facing the complexities of

- commitment with the wisdom of God. 330.
- Lase, E., Tinggi, S., & Excelsius, T. (2021). PERANAN KONSELOR MENGATASI PERSELINGKUHAN DALAM HUBUNGAN PERNIKAHAN KRISTEN. *Excelsis Deo: Jurnal Teologi, Misiologi, Dan Pendidikan*, 5(1), 59–70. <https://doi.org/10.51730/ED.V5I1.65>
- Lokajaya, C. (2015). Konsep Intimasi Kristus Dengan Jemaat-Nya Sebagai Analogi dari Pernikahan Berdasarkan Efesus 5:22-33 dan Implikasinya untuk Menjaga Intimasi Pernikahan Kristen. <http://repository.seabs.ac.id/handle/123456789/379>
- Magnusson Davis, R. (n.d.). *The story of the Matthew Bible*.
- McMinn, M. R. (1991). *Cognitive therapy techniques in Christian counseling*. 27, 265.
- Meko, A. M. L., Bang, B., Widya, S., & Malang, S. (2022). Spiritualitas Kesetiaan dalam Perkawinan Menurut Kitab Amsal 5:15-20 dan Injil Yohanes 4:7-15. *Gaudium Vestrum: Jurnal Kateketik Pastoral*, 6(2), 51–63. <https://stkpki.ac.id/ojs/index.php/jgv/article/view/138>
- Mundo, C., Teologi, J., Pendidikan, D., Kristen, A., Pernikahan, K., Alkitab, D., 1, Y., Tinggi, S., Alkitab, T., Semarang, E., Kata, A., Alkitab, P. ; & Kristen, ; (2022). Konsep Pernikahan Dalam Alkitab. *Coram Mundo: Jurnal Teologi Dan Pendidikan Agama Kristen*, 4(1), 28–34. <https://doi.org/10.55606/CORAMMUNDO.V4I1.54>
- Pemahaman Perceraian Dalam Pernikahan Kristen Bagi Mahasiswa Teologi Vicky BGD Paat, S., Orlando Nainggolan, M., Joko Prawira Naibaho, B., Gultom, S., Setia Budi Situmeang, R., Teologi, P., REAL Batam, S., & Lentera Bangsa Manado, S. (2019). Sosialisasi Pemahaman Perceraian Dalam Pernikahan Kristen Bagi Mahasiswa Teologi. *Real Coster : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(2), 62–67. <https://doi.org/10.53547/RCJ.V2I2.129>
- Pernikahan, K., Alkitabiah, K., Paath, J., Zega, Y., Pasaribu, F., Stt Ebenhaezer, D., Enim, T., Kunci, K., Kontruksi, ., & Kristen, A. (2019). Konstruksi Pernikahan Kristen Alkitabiah. *SCRIPTA: Jurnal Teologi Dan Pelayanan Kontekstual*, 8(2), 181–202. <https://doi.org/10.47154/SCRIPTA.V8I2.104>
- Pernikahan, M., Yang Harmonis, K., Panduan, P., Pranikah, K., Malau, O., Simamora, M. R., Sri, F., Hulu, W., Sagala, J., & Lase, W. A. (2023). Mempersiapkan Pernikahan Kristen yang Harmonis melalui Pengembangan Panduan Konseling Pranikah. *JURNAL TERUNA BHAKTI*, 5(2), 204–216. <https://doi.org/10.47131/JTB.V5I2.76>
- Pesut, B. (2015). Critical response to palliative case studies: A nurse's perspective. *Spiritual Care in Practice: Case Studies in Healthcare Chaplaincy.*, 272–280. <http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=true&db=psych&AN=2015-08973-018&site=ehost-live&scope=site>
- Prabowo, P. D. (2022). TRIGATRA PERNIKAHAN KRISTEN: ELABORASI YURIDIS, SOSIOLOGIS, DAN HUMANISTIS. *BONAFIDE: Jurnal Teologi Dan Pendidikan Kristen*, 3(2), 211–231. <https://doi.org/10.46558/BONAFIDE.V3I2.120>
- Reapsome, J. W., & Reapsome, Martha. (1986). *Marriage, God's design for intimacy : 12 studies for individuals or groups*. 63.
- Rofiq, A. A., Adawiyah, S. R., Aulania, A. F., & Pancasari, N. A. I. (2022). Efektivitas konseling perkawinan dengan dinamika kelompok dan teknik disensitisasi sistematis untuk menurunkan kecemasan calon pengantin. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 10(4), 659. <https://doi.org/10.29210/193600>
- Santosa, B., Stevanus Parinussa, ;, Wenny, ;, & Waruwu, K. (2021). KEHARMONISAN PERNIKAHAN DALAM PERSPEKTIF PENGAJARAN MEMPELAI. <https://sipp.pa-surabaya.go.id/>.
- Schnarch, D. M. (1999). *Passionate marriage : love, sex and intimacy in emotionally committed relationships*. 432.
- Sells, J. N., & Yarhouse, M. A. (2011). *Counseling couples in conflict : a relational restoration model*. 299.
- Silliman, B., & Schumm, W. R. (2000). *Marriage Preparation Programs: A Literature Review*. The

- Family Journal, 8(2), 133–142. <https://doi.org/10.1177/1066480700082004>
- Sirait, L. (2022). Kajian Sosio-Teologis terhadap “Pasu-pasu Ni Tulang dalam Pesta Adat Pernikahan Masyarakat Batak Toba di desa Palas.” <https://repository.uksw.edu//handle/123456789/24196>
- Situmorang, D., Kawalo, K. A., & Daniel. (2022). KELUARGA KRISTEN (Kajian 1 KORINTUS 7:2 -5). JURNAL AGAPE, 1(1), 1–20. <https://ojs.sttagape.ac.id/index.php/agape/article/view/1>
- Spring, J. A., & Spring, M. (n.d.). After the affair : healing the pain and rebuilding trust when a partner has been unfaithful. 356. Retrieved February 22, 2024, from <https://www.everand.com/book/470795122/After-the-Affair-Third-Edition-Healing-the-Pain-and-Rebuilding-Trust-When-a-Partner-Has-Been-Unfaithful>
- Tan, S.-Y. (n.d.). Counseling and psychotherapy : a Christian perspective. 577.
- Teresia, O. :, Derung, N., & Alexander, M. (n.d.). PERAN KELUARGA MUDA KATOLIK DALAM MEMBANGUN KEHARMONISAN KELUARGA.
- Uecker, J. E. (2012). Marriage and mental health among young adults. *Journal of Health and Social Behavior*, 53(1), 67–83. <https://doi.org/10.1177/0022146511419206>
- Walean, J., Roberto Walean, R., Tinggi Teologi Bala Keselamatan Palu, S., & Tinggi Teologi Mawar Saron, S. (2021). Relasi Pernikahan Kristen dalam Refleksi Teologis Kidung Agung 8:1-14. *DIEGESIS: Jurnal Teologi Kharismatika*, 4(2), 76–87. <https://doi.org/10.53547/DIEGESIS.V4I2.140>
- Wilson, A. (2021). 1 Corinthians for you.