

**KONSELING PASTORAL PADA KELUARGA INDONESIA DENGAN
MENGUNAKAN METODE CACHO**



Oleh:

FEBBI MARIYANA

01082182

SKRIPSI UNTUK MEMENUHI SALAH SATU SYARAT DALAM MENCAPAI
GELAR SARJANA PADA FAKULTAS TEOLOGI
UNIVERSITAS KRISTEN DUTA WACANA YOGYAKARTA

YOGYAKARTA

2016

**KONSELING PASTORAL PADA KELUARGA INDONESIA DENGAN
MENGUNAKAN METODE CACHO**

Oleh:

FEBBI MARIYANA

01082182

SKRIPSI UNTUK MEMENUHI SALAH SATU SYARAT DALAM MENCAPAI
GELAR SARJANA PADA FAKULTAS TEOLOGI
UNIVERSITAS KRISTEN DUTA WACANA YOGYAKARTA

YOGYAKARTA

2016

Lembar pengesahan

Skripsi dengan judul:

KONSELING PASTORAL PADA KELUARGA INDONESIA DENGAN MENGGUNAKAN
METODE CACHO

Telah diajukan dan dipertahankan oleh:

FEBBI MARIYANA

01082182

Dalam Ujian Skripsi Program Study Ilmu Teologi

Fakultas Teologi

Universitas Kristen Duta Wacana

dan dinyatakan DITERIMA untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar

Sarjana Sains Teologi pada tanggal 9 Agustus 2016

Nama Dosen

Tanda Tangan

1. Pdt. Hendri Wijayatsih, MA

(Dosen Pembimbing/Penguji)

2. Pdt. Dr. Asnath Niwa Natar, M.Th

(Dosen Penguji)

3. Pdt. Handi Hadiwitanto, Ph.D

(Dosen Penguji)



Yogyakarta, 23 Agustus 2016

Disahkan Oleh:

Dekan,

Ketua Program Study




Pdt. Paulus Sugeng Widjaja, MAPS., Ph.D



Pdt. Jeniffer Fresy Porielly Wowor, M.A

Halaman Persembahkan,

Skripsi ini aku persembahkan untuk:

*☼ Kedua orang tuaku, Mama Saptanno Sientje dan
Papa Budi Maryono*

*☼ Mbak Merna Mariyana dan Mas Yusep Setiawan
serta keponakanku Mazario Jessie Jeconia*

☼ Semua keluarga dan saudara

☼ Semua sahabat dan teman

*Dalam namaMu ku bawa doaku padaMu
Dengarlah seruan dan pintaku Yesus Tuhanku
Ke dalam tanganMu ku bawa hidupku padaMu
Di kakiMu ku berseru*

*Jejak langkahku yang dulu selalu tak menentu
Kini Engkau tuntun dan terangi gelapnya jalanku
Kau pegang tanganku pabila aku sudah tak mampu
Bapa dengarkanlah seruanmu ini*

*Kini aku serahkan semuanya padaMu
Seluruh jiwa dan ragaku
Kupasrahkan ke dalam tanganMu
Bentuk aku pakai sesuai rencanaMu
Jadikan aku alatMu
Menurut kehendakMu*



*Di dalam doamu, kau sebut namaku
Di dalam harapmu, kau sebut namaku
Di dalam segala hal, namaku di hatimu*

*Tak dapat kubalas cintamu ayahku
Tak kan kulupakan nasehatmu ibu
Hormati orang tuamu
Agar lanjut umurmu di bumi*

*Terimakasih ayah dan ibu
Kasih sayangmu padaku
Pengorbananmu meneteskan peluh
Tuk kebahagiaanku
Tuhan lindungi ayah ibuku
Dalam doa ku berseru
Tetes air matamu yang kau tabur
Dituai bahagia*

Kata Pengantar

Tiba saat di mana akhirnya saya berada pada bagian ini. Ketika menulis kata pengantar ini saya menyadari bahwa begitu luar biasa proses yang boleh saya alami. Waktu-waktu yang terlewat selama saya melakukan studi dan menyelesaikan skripsi ini merupakan pengalaman yang sangat berharga dalam kehidupan saya. Selama menjalani proses studi dan penulisan skripsi ini tentunya saya tidak sendirian, banyak pihak yang selalu ada untuk saya. Begitu banyak orang-orang terkasih yang senantiasa mendukung dan mendoakan saya selama saya dalam proses penyelesaian penulisan skripsi. Oleh karena itu saya mengucapkan terimakasih kepada:

- ♥ Tuhan Yesus Kristus, oleh karena berkat, campur tangan, dan penyertaan serta cinta kasihNya yang sangat luar biasa dalam kehidupan saya sehingga saya dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini. Terimakasih untuk semua yang telah Tuhan anugerahkan bagi saya dalam kehidupan saya. Tuhan Yesus sungguh sangat luar biasa.
- ♥ Mama dan papa yang tiada mengenal lelah dalam mendidik, mendukung dan mendoakan saya. Terimakasih banyak untuk semua yang telah Mama dan Papa berikan, terimakasih banyak untuk kasih sayang yang boleh saya rasakan. Maaf jika Mama dan Papa menunggu lama untuk melihat saya berhasil dalam menyelesaikan proses study ini.
- ♥ Nonik dan Samo, terimakasih untuk support yang selalu diberikan, terimakasih untuk doa yang selalu dipanjatkan bagi saya. Untuk Eci, dengan segala kelucuanmu terimakasih telah menjadi penyemangat tersendiri selama Ekk menulis skripsi. Love you so Genik, Gemo, Genjes.
- ♥ Pdt. Hendri Wijayatsih, MA, selaku dosen pembimbing yang telah dengan begitu sabar dan telaten dalam membimbing dan mendampingi saya selama proses penulisan skripsi. Terimakasih banyak Bu Hendri untuk waktu, tenaga, dan pikiran yang telah diberikan.
- ♥ Pdt. Dr. Asnath Niwa Natar, M.Th dan Pdt. Handi Hadiwitanto, Ph.D selaku dosen penguji yang telah menguji dan memberikan saran serta masukan untuk menjadikan skripsi ini semakin baik lagi.
- ♥ Seluruh dosen fakultas Teologi UKDW, terimakasih untuk ilmu yang telah diberikan sebagai bekal saya untuk melakukan pelayanan. Terimakasih juga untuk semua staf karyawan yang telah membantu dalam proses studi jenjang S-1.

- ♥ Semua keluarga besar yang ada di Malang dan di Ambon. Oma Noor, Bapak Poek (alm), dan Mak Pat, terimakasih untuk doa yang senantiasa dipanjatkan bagi saya dari awal saya masuk kuliah di Fakultas Teologi UKDW hingga saya selesai dalam belajar.
- ♥ Mama Luke, Papa Xavier, Mbak Telly dan Kakak Ingie, terimakasih untuk segala macam bentuk dukungan dan doanya bagi saya selama saya melakukan proses penulisan skripsi sampai saya selesai menulis skripsi ini. Senang bisa menjadi bagian dari keluarga Mama dan Papa.
- ♥ Pdt. Samuel Enggar Hadi, Mother Rini Prasetyo, Dik Nadya, dan Dik Keenar, terimakasih banyak telah memberikan doa dan dorongan semangat yang tak henti-hentinya. Bersyukur bisa mengenal dan menjadi bagian dari keluarga ini. Terkhusus untuk Pdt. Enggar, terimakasih untuk ilmu yang boleh dibagikan kepada saya.
- ♥ Warga GKJW Jemaat Sumberpucung, terimakasih untuk perhatian, doa dan dukungan selama saya melakukan studi di fakultas Teologi UKDW.
- ♥ Warga GKJW Jemaat Tanjung Perak, terimakasih telah menyediakan tempat bagi saya untuk belajar berjemaat, begitu banyak pengalaman yang saya dapatkan. Terimakasih juga untuk doa dan dukungan semua warga bagi saya.
- ♥ Untuk semua teman-teman dan sahabat:
 - ◆ Teman-teman teologi 2008, terkhusus anggota PKK Blink-Blink (Kristin, Enggar, Karen, Eni, Mya, dan Repita), yang telah memberikan semangat mulai dari awal perkuliahan hingga saya selesai studi. Terimakasih untuk kebersamaan kita.
 - ◆ Teman-teman kost 410 (Kakak Pdt. Lina, Usi Nona, Kak Diana, Kak Lisda, Kak Ida, Kak Sari, Kak Liana, Kristin, Bora, Linda, Mika, Try) dan eks penghuni kost 410 yang sempat bertemu saya. Terimakasih banyak untuk perhatian, dukungan, doa dan kebersamaan kita.
 - ◆ Teman-teman Cherrybig kost (Kakak Ingie, Cece Dwi, Mami Siska, Nike Upin, Kak Tya, Karen, Enggar, Vince, Bro Sri, Melda, Yana, Desi, Meli), terimakasih banyak untuk dukungan, doa, dan kebersamaan kita.
 - ◆ Para sohib di Malang (Ningrum, Nia, dan Dian), terimakasih banyak untuk support yang selalu kalian berikan. Terimakasih juga untuk doa yang selalu kalian panjatkan untukku.
- ♥ Untuk kamu yang selalu ada untukku mulai dari saat aku kuliah, awal penulisan proposal skripsi hingga skripsi ini dapat terselesaikan. Terimakasih untuk doanya, terimakasih

untuk semangat yang selalu diberikan, terimakasih untuk kesabaran dan pengertiannya, terimakasih untuk kebersamaan kita.

- ♥ Kepada orang-orang terkasih yang selalu ada bagi saya serta yang memberikan dukungan dan doa bagi saya, maaf tidak dapat saya sebutkan satu persatu, terimakasih banyak untuk semuanya.

Sekali lagi saya ucapkan terimakasih banyak kepada semua pihak yang telah memberikan doa, dukungan, bimbingan, dan semangat kepada saya, Tuhan Yesus yang membalas segala kebaikan pada semua pihak yang telah terlibat. Kiranya skripsi ini bisa bermanfaat dan menjadi berkat bagi semuanya.

*“Kuatkan dan teguhkanlah hatimu,
janganlah takut dan gemetar karena mereka,
sebab Tuhan, Allahmu, Dialah yang berjalan menyertai engkau,
Ia tidak akan membiarkan engkau dan tidak akan meninggalkan engkau”*
(Ulangan 31:6)

Kost 410 Yogyakarta, 11 Agustus 2016

Febbi Mariyana

DAFTAR ISI

Halaman Judul	i
Lembar Pengesahan	iii
Halaman Persembahan	iv
Kata Pengantar	vi
Daftar Isi	ix
Abstrak	xii
Pernyataan Integritas	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Permasalahan	1
1.2 Rumusan Permasalahan	10
1.3 Judul Skripsi	10
1.4 Tujuan Penulisan	11
1.5 Metode Penulisan	11
1.6 Sistematika Penulisan	11
BAB II KELUARGA INDONESIA	13
2.1 Definisi Keluarga	13
2.2 Tugas dan Peran Anggota Keluarga	14
1. Peran Suami dalam Keluarga	14
2. Peran Istri dalam Keluarga	15
3. Peran Anak dalam Keluarga	15
2.3 Pola Relasi dan Komunikasi dalam Keluarga	16
2.4 Konflik yang Terjadi dalam Keluarga	18
2.4.1 Konflik Antar Orang Tua	18

2.4.2 Konflik Antara Orang Tua dan Anak	19
2.4.3 Konflik Antara Anak dengan Anak	20
2.5 Cara Mengatasi Konflik	20
BAB III METODE CACHO	23
1. Pendahuluan	23
1.1 Pengertian Konseling Pastoral	23
1.2 Tahapan Konseling Pastoral	23
1.2.1 Membuka	23
1.2.2 Menggali Masalah	24
1.2.3 Menutup	24
1.3 Fungsi Konseling Pastoral	24
1.4 Peran Konselor dalam Proses Konseling	26
2. Penggunaan Metode CACHO dalam Proses Konseling Pastoral	28
2.1 Definisi CACHO	28
2.2 Proses Konseling	31
2.2.1 Tahap Awal (Persiapan)	31
2.2.2 Menyambut Konseli	32
2.2.3 Melibatkan Diri dengan Para Konseli	32
2.2.4 Melibatkan Diri dengan Anggota Keluarga yang Lebih Muda	33
2.2.5 Mengganti Sudut Pandang Monokuler menjadi Dua Sudut Pandang	34
2.2.6 Mengakhiri Sesi Awal	35
2.2.7 Pertemuan Kembali dengan Keluarga	35
2.2.8 Menutup Sesi	41
3. Evaluasi terhadap Metode CACHO	43

BAB IV PENGGUNAAN METODE CACHO DALAM KONSELING PASTORAL PADA KELUARGA	45
4.1 Pendahuluan	45
4.2 Deskripsi Kasus	45
4.3 Pelaksanaan Proses Konseling Pastoral	50
4.3.1 Tahap Awal (Persiapan)	50
4.3.2 Pertemuan Kembali dengan Keluarga	56
4.3.3 Menutup Sesi	58
BAB V PENUTUP	61
1. Kesimpulan	61
2. Saran	63
DAFTAR PUSTAKA	65

ABSTRAK

Konseling Pastoral Pada Keluarga Indonesia Dengan Menggunakan Metode CACHO

Oleh: Febbi Mariyana (01082182)

Keluarga adalah sebuah sistem yang terdiri dari ibu, ayah, dan anak (keluarga inti). Agar sistem dalam keluarga tidak terganggu maka setiap anggota keluarga memerlukan sarana yang tepat. Sarana tersebut salah satunya yaitu dengan adanya komunikasi. Akan tetapi dalam perjalanan keluarga tidak menutup kemungkinan dapat timbul berbagai macam konflik. Konflik tersebut bisa terjadi antar orang tua, antara orang tua dan anak serta antara anak dengan anak. Adanya sebuah konflik dapat merusak sistem dan relasi serta keharmonisan keluarga. Oleh sebab itu keluarga membutuhkan pelayanan konseling pastoral keluarga agar dapat menyelesaikan konflik yang terjadi. Di samping itu, melalui proses konseling pastoral keluarga juga dapat bertumbuh secara iman dan spiritual. Maka penulis mengajukan salah satu metode untuk melakukan konseling keluarga yaitu metode CACHO. Metode CACHO merupakan model konseling relasi terpadu yang didasarkan pada suatu teori tunggal perubahan. Teori tingkah laku yang mendasari model ini adalah teori dan praktek terapi Gestalt dimana kaidah dasar dari teori ini adalah adanya perubahan yang terjadi sebagai hasil peningkatan kesadaran. Dalam proses konseling pastoral menggunakan metode CACHO, peningkatan kesadaran tersebut diperoleh dengan adanya komunikasi. Oleh sebab itu dalam proses konseling pastoral konselor membimbing para konseli untuk berkomunikasi dengan baik sehingga menyadari sebuah konflik yang ada dan akhirnya mereka secara bersama-sama dapat menentukan pilihan untuk menyelesaikan konflik tersebut sebagai hasil akhir dari proses konseling pastoral yang dilakukan.

Kata kunci: konflik, krisis, konseling, pastoral, keluarga, relasi, komunikasi, CACHO, kesadaran, sistem, harmonis, iman, spiritual.

Lain-lain:

xiii + 66; 2016

24 (1987-2016)

Dosen Pembimbing: Pdt. Hendri Wijayatsih, MA

PERNYATAAN INTEGRITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya ilmiah yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam skripsi ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Yogyakarta, 23 Agustus 2016



Febbi Mariyana

ABSTRAK

Konseling Pastoral Pada Keluarga Indonesia Dengan Menggunakan Metode CACHO

Oleh: Febbi Mariyana (01082182)

Keluarga adalah sebuah sistem yang terdiri dari ibu, ayah, dan anak (keluarga inti). Agar sistem dalam keluarga tidak terganggu maka setiap anggota keluarga memerlukan sarana yang tepat. Sarana tersebut salah satunya yaitu dengan adanya komunikasi. Akan tetapi dalam perjalanan keluarga tidak menutup kemungkinan dapat timbul berbagai macam konflik. Konflik tersebut bisa terjadi antar orang tua, antara orang tua dan anak serta antara anak dengan anak. Adanya sebuah konflik dapat merusak sistem dan relasi serta keharmonisan keluarga. Oleh sebab itu keluarga membutuhkan pelayanan konseling pastoral keluarga agar dapat menyelesaikan konflik yang terjadi. Di samping itu, melalui proses konseling pastoral keluarga juga dapat bertumbuh secara iman dan spiritual. Maka penulis mengajukan salah satu metode untuk melakukan konseling keluarga yaitu metode CACHO. Metode CACHO merupakan model konseling relasi terpadu yang didasarkan pada suatu teori tunggal perubahan. Teori tingkah laku yang mendasari model ini adalah teori dan praktek terapi Gestalt dimana kaidah dasar dari teori ini adalah adanya perubahan yang terjadi sebagai hasil peningkatan kesadaran. Dalam proses konseling pastoral menggunakan metode CACHO, peningkatan kesadaran tersebut diperoleh dengan adanya komunikasi. Oleh sebab itu dalam proses konseling pastoral konselor membimbing para konseli untuk berkomunikasi dengan baik sehingga menyadari sebuah konflik yang ada dan akhirnya mereka secara bersama-sama dapat menentukan pilihan untuk menyelesaikan konflik tersebut sebagai hasil akhir dari proses konseling pastoral yang dilakukan.

Kata kunci: konflik, krisis, konseling, pastoral, keluarga, relasi, komunikasi, CACHO, kesadaran, sistem, harmonis, iman, spiritual.

Lain-lain:

xiii + 66; 2016

24 (1987-2016)

Dosen Pembimbing: Pdt. Hendri Wijayatsih, MA

BAB 1

Pendahuluan

1.1 Latar Belakang Permasalahan

Konseling pastoral menurut Howard Clinebell adalah suatu fungsi yang bersifat memperbaiki, yang dibutuhkan ketika orang mengalami krisis yang merintangi pertumbuhannya.¹ Melalui definisi tersebut dapat terlihat bahwa konseling pastoral adalah suatu alat yang sangat penting untuk membantu seseorang dalam menghadapi persoalan yang terjadi di dalam kehidupannya. Konseling pastoral dapat menolong seseorang memperbaiki dan menyelesaikan krisis kehidupan yang sedang dialami. Melalui proses konseling pastoral yang dilakukan diharapkan selain seseorang dapat benar-benar menyelesaikan krisis yang terjadi dalam hidupnya tetapi juga dapat bertumbuh di dalam iman. Dengan demikian seseorang yang mengalami krisis dalam hidupnya tidak lagi mengalami keterpurukan, melainkan mendapatkan penyelesaian krisis, perbaikan dalam segala aspek kehidupan serta dapat bertumbuh dalam iman. Konseling pastoral tidak hanya dapat dilakukan kepada orang perorang secara pribadi, contohnya: konseling pada seseorang yang mengalami keduakaan, seseorang yang sedang mengalami krisis dalam hidupnya. Selain konseling pribadi, konseling juga dapat dilakukan secara berkelompok, contohnya: konseling keluarga.

Di dalam perjalanan sebuah keluarga tidak menutup kemungkinan juga dapat terjadi krisis. Jika keluarga tersebut tidak dapat menyelesaikan sendiri secara *intern* krisis yang sedang terjadi maka keluarga tersebut membutuhkan orang lain untuk menjadi mediator agar dapat mengurai dan menyelesaikan krisis yang sedang terjadi. Dalam hal ini seorang konselor dibutuhkan untuk melakukan konseling pastoral bagi keluarga tersebut. Hal ini dilakukan agar konselor dapat membimbing semua anggota keluarga untuk melihat secara lebih jelas krisis yang sedang terjadi sehingga setiap anggota keluarga menyadari bahwa ada yang perlu diperbaiki dari keadaan dan kenyataan yang sedang terjadi di dalam keluarga. Melalui konseling pastoral dalam keluarga diharapkan krisis yang terjadi dapat diselesaikan dan masing-masing anggota keluarga dapat bertumbuh bersama-sama.

¹Howard Clinebell, *Tipe-Tipe Dasar Pendampingan dan Konseling Pastoral*, (Yogyakarta: Kanisius, 2002), hal. 32.

Dalam beberapa kesempatan yang boleh penulis lewati untuk masuk ke dalam gereja-gereja dalam rangka melakukan pelayanan pada sebuah jemaat, penulis melihat bahwa ada berbagai macam cara gereja dalam memperlakukan keluarga sebagai anggota gereja. Di dalam sebuah gereja yang terdiri dari begitu banyak keluarga, tentunya setiap keluarga memiliki dinamika kehidupan dan permasalahan masing-masing. Menghadapi kenyataan yang demikian, gereja memiliki respon yang berbeda-beda. Ada gereja yang sudah memperhatikan kebutuhan semua anggota keluarga. Ada gereja yang hanya melakukan pendampingan hanya kepada orang tua saja tanpa menghiraukan adanya anak-anak yang juga membutuhkan perhatian dari pihak gereja. Pendampingan yang dilakukan oleh gereja pun juga ada yang secara mendalam dan gereja melakukan pendampingan dengan waktu yang lumayan lama. Namun ada juga gereja yang hanya sekejap saja dalam melakukan pendampingan pada keluarga. Dengan melihat fakta tersebut, maka sangat diperlukan metode untuk melakukan konseling pada keluarga. Metode yang dipakai tidak lagi sebuah metode yang hanya dapat dipakai untuk melakukan konseling secara pribadi, tetapi konseling secara kelompok.

Dalam melakukan konseling pastoral ada beberapa metode yang dapat digunakan. Agar konseling pastoral berjalan efektif, seorang konselor pastoral juga dapat “meminjam” teknik-teknik konseling dari dunia psikologi. Adapun metode yang digunakan yaitu:

a. Pendekatan Psikoanalitik

Psikoanalisis adalah sebuah model perkembangan kepribadian, filsafat tentang sifat manusia, dan metode psikoterapi². Sumbangan-sumbangan utama yang bersejarah dari teori dan praktek psikoanalitik mencakup³:

1. Kehidupan mental individu menjadi bisa dipahami, dan pemahaman terhadap sifat manusia bisa diterapkan pada peredaran pendertitaan manusia.
2. Tingkah laku diketahui sering ditentukan oleh faktor-faktor yang tak sadar.
3. Perkembangan pada masa dini kanak-kanak memiliki pengaruh yang kuat terhadap kepribadian dimasa dewasa.
4. Teori psikoanalitik menyediakan kerangka kerja yang berharga untuk memahami cara-cara yang digunakan oleh individu dalam mengatasi kecemasan dengan mengandaikan adanya mekanisme-mekanisme yang bekerja untuk menghindari luapan kecemasan.

²Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*, (Bandung: Refika Aditama, 2005), hal. 13-14.

³Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*, hal. 14.

5. Pendekatan psikoanalitik telah memberikan cara-cara mencari keterangan dari ketaksadaran melalui analisis atas mimpi-mimpi, resistensi-resistensi, dan transferensi-transferensi.

Tujuan terapi psikoanalitik adalah membentuk kembali struktur karakter individual dengan jalan membuat kesadaran yang tak disadari dalam diri klien. Proses terapeutik difokuskan pada upaya mengalami kembali pengalaman masa kanak-kanak. Pengalaman-pengalaman masa lampau direkonstruksi, dibahas, dianalisis, dan ditafsirkan dengan sasaran merekonstruksi kepribadian.⁴

b. Pendekatan Eksistensial-Humanistik

Psikologi eksistensial-humanistik berfokus pada kondisi manusia. Pendekatan ini terutama adalah suatu sikap yang menekankan pada pemahaman atas manusia alih-alih suatu sistem teknik-teknik yang digunakan untuk mempengaruhi klien. Oleh karena itu, pendekatan eksistensial-humanistik bukan suatu aliran terapi, bukan pula suatu aliran tunggal yang sistematis. Pendekatan terapi eksistensial juga bukan suatu pendekatan terapi tunggal, melainkan suatu pendekatan yang mencakup terapi-terapi yang berlainan yang kesemuanya berlandaskan konsep-konsep dan asumsi-asumsi tentang manusia.⁵ Terapi eksistensial bertujuan agar klien mengalami keberadaannya secara otentik dengan menjadi sadar atas keberadaan dan potensi-potensi serta sadar bahwa ia dapat membuka diri dan bertindak berdasarkan kemampuannya.⁶

c. Pendekatan *client-centered*

Pendekatan *client-centered* adalah cabang khusus dari terapi humanistik yang menggarisbawahi tindakan pengalaman klien berikut dunia subyektif dan fenomenalnya. Pendekatan *client-centered* menaruh kepercayaan yang besar pada kesanggupan klien untuk mengikuti jalan terapis dan menemukan jalannya sendiri.⁷ Tujuan dasar terapi *client-centered* adalah menciptakan iklim yang kondusif bagi usaha membantu klien untuk menjadi seorang pribadi yang berfungsi penuh.⁸

⁴Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*, (Bandung: Refika Aditama, 2005), hal. 38.

⁵Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*, hal. 54.

⁶Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*, hal. 56.

⁷Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*, hal. 91.

⁸Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*, hal. 94.

d. Terapi Gestalt

Terapi gestalt yang dikembangkan oleh Frederick Perls adalah bentuk terapi eksistensial yang berpijak pada premis bahwa individu-individu harus menemukan jalan hidupnya sendiri dan menerima tanggung jawab pribadi jika mereka berharap mencapai kematangan.⁹ Sasaran dasar dari terapi gestalt adalah menantang klien agar berpindah dari “didukung oleh lingkungan” kepada “didukung oleh diri sendiri”. Sasaran terapi adalah menjadikan pasien tidak bergantung pada orang lain, melainkan menjadikan pasien menemukan sejak awal bahwa dia bisa melakukan banyak hal, lebih banyak dari yang dikiranya.¹⁰

e. Analisis Transaksional

Analisis transaksional adalah psikoterapi transaksional yang dapat digunakan dalam terapi individual, tetapi lebih cocok untuk digunakan dalam terapi kelompok. Analisis transaksional berfokus pada putusan-putusan awal yang dibuat oleh klien dan menekankan kemampuan klien untuk membuat putusan-putusan baru.¹¹ Tujuan dasar analisis transaksional adalah membantu klien dalam membuat putusan-putusan baru yang menyangkut tingkah lakunya sekarang dan arah hidupnya.¹²

f. Terapi Tingkah Laku

Terapi tingkah laku adalah penerapan aneka ragam teknik dan prosedur yang berakar pada berbagai teori tentang belajar. Terapi ini menyertakan penerapan yang sistematis prinsip-prinsip belajar pada perubahan tingkah laku ke arah cara-cara yang lebih adaptif.¹³ Tujuan umum dari terapi tingkah laku adalah menciptakan kondisi-kondisi baru bagi proses belajar.¹⁴

g. Terapi Rasional-Emotif

Terapi rasional-emotif adalah psikoterapi yang berlandaskan asumsi bahwa manusia dilahirkan dengan potensi, baik untuk berpikir rasional dan jujur maupun untuk berpikir irasional dan jahat.¹⁵ Terapi rasional-emotif diarahkan pada satu tujuan utama yaitu

⁹Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*, (Bandung: Refika Aditama, 2005), hal. 117.

¹⁰Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*, hal. 123.

¹¹Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*, hal. 157.

¹²Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*, hal. 166

¹³Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*, hal. 193.

¹⁴Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*, hal. 199.

¹⁵Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*, hal. 238.

meminimalkan pandangan yang mengalahkan diri dari klien dan membantu klien untuk memperoleh filsafat hidup yang lebih realistik.¹⁶

h. Terapi realitas

Terapi realitas adalah suatu sistem yang difokuskan pada tingkah laku sekarang. Inti dari terapi realitas adalah penerimaan tanggung jawab pribadi yang dipersamakan dengan kesehatan mental.¹⁷ Tujuan umum dari terapi realitas adalah membantu seseorang untuk mencapai otonomi. Pada dasarnya otonomi adalah kematangan yang diperlukan bagi kemampuan seseorang untuk mengganti dukungan lingkungan dengan dukungan internal.¹⁸

i. Terapi Keluarga Multigenerasi

Proses yang terjadi dalam terapi keluarga multigenerasi adalah proses-proses kognitif yang membawa pengertian atas keluarga asal. Tujuan dari terapi keluarga multigenerasi adalah untuk menghalangi triangulasi dan mengajak para anggota keluarga bergerak menuju differensiasi.¹⁹

j. Terapi Keluarga Strategis

Proses perubahan yang terjadi pada terapi keluarga strategis adalah perubahan terjadi melalui petunjuk berorientasi tindakan dan intervensi pradoksikal. Tujuan dari terapi keluarga strategis adalah mengenali rangkaian-rangkaian interaksi yang memelihara suatu masalah.²⁰

k. Terapi Keluarga Eksperiensial

Proses perubahan terapi keluarga eksperiensial adalah pemunculan kesadaran dan benih-benih perubahan ditanamkan dalam konfrontasi terapi. Keluarga beranjak pada kebiasaan baru dan integrasi baru. Tujuan dari terapi keluarga eksperiensial adalah berusaha mengurangi sifat bertahan dan memfasilitasi pengungkapan perasaan dan pikiran yang terbuka dan jujur.²¹

¹⁶Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*, (Bandung: Refika Aditama, 2005), hal. 245.

¹⁷Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*, hal. 263.

¹⁸Gerald Corey, *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*, hal. 269.

¹⁹Kathryn Geldard dan David Geldard, *Konseling Keluarga, Membangun Relasi untuk Saling Memandirikan Antaranggota Keluarga*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011), hal. 21.

²⁰Kathryn Geldard dan David Geldard, *Konseling Keluarga*, hal. 21.

²¹Kathryn Geldard dan David Geldard, *Konseling Keluarga*, hal. 21.

l. Terapi Keluarga Struktural

Proses perubahan yang terjadi yaitu dengan cara terapis memasukkan keluarga ke dalam peran kepemimpinan untuk mengubah struktur dan menetapkan pengendalian-pengendalian. Tujuan dari terapi keluarga struktural adalah menyusun kembali batas-batas psikologis dan memperkuat organisasi hirarkis.²²

m. Terapi Keluarga Konstruktif

Proses perubahan yang terjadi yaitu dengan cara memusatkan perhatian pada solusi-solusi. Tujuan dari terapi keluarga konstruktif adalah mengenali sumber-sumber daya untuk mengatasi masalah. Mendekonstruksi masalah dan membangun bersama suatu riwayat kehidupan.²³

n. Konseling Relasi Terpadu Model CACHO

Model ini didasarkan pada suatu teori tunggal-perubahan. Model ini didasarkan pada pendekatan sistem untuk melaksanakan konseling keluarga, memusatkan perhatian kepada perubahan pada suatu sesi, dan juga memadukan perubahan yang terjadi di antara sesi-sesi. Teori yang mengubah tingkah laku yang mendasari model ini adalah teori dan praktik Terapi Gestalt. CACHO adalah akronim singkat dari:

C → *communication* (komunikasi) : langkah pertama untuk meningkatkan kesadaran yang diperlukan ialah menggunakan strategi-strategi yang akan membantu para klien berkomunikasi satu sama lain sehingga mereka mulai dapat mengerti gambaran dan arah perbincangan masing-masing.

A → *awareness* (kesadaran) : ketika semua anggota sudah dapat saling berbagi gambaran satu sama lain, kesadaran mereka akan meningkat bukan hanya mengenai pandangan dan kehidupan mereka sendiri tentang keluarga, tetapi juga pandangan dan kehidupan anggota keluarga lainnya.

CH → *choice* (pilihan) : dalam proses konseling, peningkatan kesadaran secara memadai sangat diperlukan agar pengalaman Gestalt bisa muncul dalam diri individu atau sistem individu, bersamaan dengan munculnya berbagai pilihan yang bisa dilakukan.

²²Kathryn Geldard dan David Geldard, *Konseling Keluarga, Membangun Relasi untuk Saling Memandirikan Antaranggota Keluarga*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011), hal. 21.

²³Kathryn Geldard dan David Geldard, *Konseling Keluarga*, hal. 21.

- O → *outcome* (hasil) : saat keputusan untuk mengubah pemikiran dan perilaku sudah dibuat, akan ada hasil dari sistem itu yang bisa diharapkan. Konsekuensinya ialah setiap perubahan yang dilakukan tiap individu dalam sistem keluarga, tentu akan menimbulkan tanggapan dari anggota dari sistem yang lain.

Prinsip penggunaan metode CACHO dalam proses konseling pastoral adalah peningkatan perubahan yang dapat terjadi melalui peningkatan kesadaran atas apa yang ada sesuai dengan teori terapi gestalt. Pada saat para anggota keluarga sepenuhnya menjadi sadar atas mekanisme berfungsinya sistem, mereka akan menyadari bahwa mereka mempunyai suatu pilihan, terus berbuat seperti apa adanya atau melakukan sesuatu yang berbeda.²⁴ Dalam penggunaan metode CACHO untuk melakukan konseling pastoral, semua anggota keluarga yang mengikuti proses konseling diberikan kesempatan yang seluas-luasnya untuk berbicara secara bebas dan terbuka. Dengan demikian maka semua anggota keluarga dapat memberikan masukan, pandangan, dan penjelasan lebih lanjut mengenai apa yang terjadi dan yang sedang dialami oleh keluarga tersebut. Keuntungan menggunakan terapi relasi terpadu model CACHO yaitu konseli dapat dengan sendirinya menentukan hasil akhir yang ingin dicapai. Hal ini dilakukan tentunya dengan bimbingan konselor. Kerugian dari penggunaan metode CACHO yaitu memakan waktu yang terlalu lama karena proses yang dilakukan terjadi secara berulang-ulang.²⁵ Pengulangan dapat terjadi jika dalam satu kali siklus proses konseling pastoral keluarga belum dapat menemukan hasil.

Pada penulisan ini selanjutnya akan dibahas secara lebih mendalam tentang penggunaan metode CACHO dalam melakukan konseling pastoral kepada keluarga Indonesia. Perbedaan konteks budaya antara metode yang akan dipakai untuk melakukan konseling pastoral dengan konseli yang akan melakukan konseling akan dijembatani dan dikontekstualisasikan. Akan tetapi sebelum membahas lebih lanjut tentang penggunaan metode CACHO dalam melakukan konseling pada keluarga Indonesia, penulis terlebih dahulu akan memaparkan tentang definisi keluarga. Keluarga adalah sekelompok orang yang anggota satu dengan lainnya saling berkaitan. Dengan demikian keluarga merupakan suatu lembaga yang penting, terutama untuk membentuk kepribadian (*personality*) seseorang. Keluarga dapat dikategorikan dalam tiga bentuk²⁶:

²⁴Kathryn Geldard dan David Geldard, *Konseling Keluarga, Membangun Relasi untuk Saling Memandirikan Antaranggota Keluarga*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011), hal. 34.

²⁵Kathryn Geldard dan David Geldard, *Konseling Keluarga*, hal. 36.

²⁶Soegeng Reksodiharjo, *Tata Kelakuan di Lingkungan Keluarga dan Masyarakat Daerah Jawa Tengah*, (Yogyakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, 1990), hal.19.

1. Keluarga inti

Keluarga inti bisa juga disebut dengan keluarga batih. Keluarga inti adalah bentuk keluarga yang terdiri dari suami, istri, dan anak yang belum kawin.

2. Keluarga luas.

3. Keluarga di luar keluarga inti.

Hubungan kekerabatan yang terjadi berdasarkan keturunan dan perkawinan tetapi berada di luar konsep keluarga inti dan keluar luas.

Dalam kehidupan setiap keluarga tentunya memiliki tata krama, aturan, dan norma-norma yang selalu diterapkan. Kesemuanya itu diterapkan dalam rangka untuk menunjang perjalanan keluarga agar kehidupan keluarga dapat berjalan secara harmonis sehingga dengan adanya keharmonisan dalam kehidupan keluarga dapat membuat keluarga tersebut hidup dengan penuh kedamaian dan kebahagiaan. Norma-norma yang ada dalam keluarga mengatur berbagai macam hal, diantaranya mengatur pola pergaulan antar anggota keluarga, mengatur pola komunikasi antar anggota keluarga dan mengatur tugas serta peran setiap anggota keluarga. Di dalam sebuah keluarga yang merupakan sebuah sistem, adanya komunikasi merupakan hal yang sangat penting. Dengan adanya komunikasi di dalam keluarga maka setiap anggota keluarga dapat melakukan pemenuhan atas kebutuhan masing-masing.²⁷ Kebutuhan-kebutuhan tersebut adalah kebutuhan emosional dan fisik untuk mengurangi kecemasan dan agar merasa nyaman.

Akan tetapi seiring dengan perkembangan jaman, semakin banyak hambatan-hambatan untuk melakukan komunikasi yang baik antar anggota keluarga. Hal ini dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya yaitu pergaulan dalam lingkungan masyarakat. Pergaulan dalam lingkungan masyarakat dapat berpengaruh terhadap perilaku seseorang.²⁸ Selain pola pergaulan di masyarakat, faktor yang menjadi hambatan yaitu adanya perkembangan kecanggihan teknologi, siaran televisi, pengaruh dari media cetak, dan pengaruh lingkungan sekolah. Pada masa kini pengaruh-pengaruh dari luar hampir tidak tertahankan lagi. Ilmu pengetahuan dan teknologi yang diajarkan di sekolah-sekolah membangkitkan rasa ingin tahu yang lebih besar untuk mengungkapkan kebenaran dan keinginan untuk menguji kebenaran itu.²⁹ Dalam keadaan yang

²⁷Kathryn Geldard dan David Geldard, *Konseling Keluarga, Membangun Relasi untuk Saling Memandirikan Antaranggota Keluarga*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011), hal. 97.

²⁸Sujarno dkk, *Pemberdayaan Nilai Budaya Dalam Rangka Mewujudkan Keluarga Sejahtera Di Daerah Istimewa Yogyakarta*, (Yogyakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, 1999), hal. 77.

²⁹Soerjono Soekanto, *Sosiologi Keluarga – Tentang Ikhwal Keluarga, Remaja dan Anak*, (Jakarta: Rineka Cipta, 1990), hal. 9.

demikian tidak mustahil akan muncul ketegangan-ketegangan, terutama antara orang tua dan anak-anaknya. Orang tua yang kurang peka terhadap perubahan-perubahan yang terjadi, akan menghadapi suasana demikian dengan tindak konfrontatif.³⁰

Lingkungan sosial-budaya yang demikian dinamakan lingkungan sosial-budaya madya, lingkungan sosial-budaya ini dianggap sebagai masa transisi.³¹ Dalam masa ini pasti akan timbul ketegangan antara mereka yang masih mempertahankan pola lama dan mereka yang menghendaki pembaharuan, oleh karena ada anggapan kuat bahwa pola lama sudah tidak dapat memenuhi kebutuhan-kebutuhan spiritual dan material yang ada dewasa ini.³² Dalam menghadapi keadaan demikian tentunya orang tua mempunyai tugas yang lebih berat lagi untuk dapat mengarahkan dan mendidik anak-anaknya di tengah perkembangan dan kemajuan teknologi di jaman modern ini. Oleh sebab itu orang tua dituntut menjadi orang tua yang ideal. Orang tua yang ideal adalah orang tua yang mampu mempertemukan pola lama dengan pola baru. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa orang tua mampu bersikap logis, di samping kemampuannya untuk menyasikan dengan sikap etis dan estetis. Apabila orang tua belum mampu melakukan hal tersebut tentu masih akan menimbulkan ketegangan dengan anak-anaknya yang hidup sudah di jaman modern seperti sekarang ini. Oleh sebab itu antara orang tua dan anak diperlukan sebuah jembatan agar tidak terus terjadi ketegangan-ketegangan. Salah satu cara yang dapat dilakukan yaitu dengan adanya komunikasi.

Melihat kenyataan tersebut dapat disimpulkan bahwa dalam kehidupan keluarga, adanya sebuah komunikasi pada setiap anggota keluarga adalah merupakan hal yang penting. Komunikasi merupakan alat yang ampuh dalam menjalani kehidupan keluarga. Dengan menjaga pola komunikasi yang baik dalam keluarga, akan terwujud keluarga yang harmonis, rukun dan penuh damai sejahtera. Namun demikian tidak bisa menutup kemungkinan jika dalam keluarga yang menjunjung tinggi kehidupan yang harmonis akan dapat terjadi konflik-konflik. Adanya kesenjangan komunikasi antar anggota keluarga dapat menimbulkan konflik dalam sebuah keluarga. Di tengah perkembangan jaman dan perkembangan kecanggihan teknologi, akan mendorong munculnya berbagai faktor pemicu konflik dalam sebuah keluarga. Jika keluarga tidak mampu melakukan penyelesaian secara mandiri, keluarga membutuhkan bantuan agar dapat segera menyelesaikan konflik yang terjadi. Keluarga membutuhkan pihak ketiga sebagai mediator agar dapat menyelesaikan konflik yang terjadi. Untuk memulihkan kerukunan

³⁰ Soerjono Soekanto, *Sosiologi Keluarga— Tentang Ikhwal Keluarga, Remaja dan Anak*, (Jakarta: Rineka Cipta, 1990), hal. 9.

³¹ Soerjono Soekanto, *Sosiologi Keluarga*, hal. 9.

³² Soerjono Soekanto, *Sosiologi Keluarga*, hal. 9.

dibutuhkan pihak ketiga yang biasanya orang yang lebih tua atau orang yang lebih berpengalaman.³³Dalam hal ini pihak ketiga tersebut adalah seorang konselor. Konselor melakukan proses konseling pastoral sebagai bentuk mediasi bagi keluarga. Selain itu konselor juga harus menggunakan metode yang tepat untuk melakukan proses konseling. Pada kesempatan ini metode yang akan dipakai yaitu menggunakan metode CACHO.

Metode CACHO dipilih karena dalam proses konseling pastoral pada keluarga dengan menggunakan metode CACHO setiap anggota keluarga diberikan kesempatan yang sama untuk memberikan pendapat dan merespon setiap pendapat yang diutarakan oleh sesama anggota keluarga. Dengan menggunakan metode CACHO semua anggota keluarga bebas berpendapat dan menyampaikan perasaannya atas krisis yang sedang dialami oleh keluarga. Dengan demikian diharapkan setiap anggota keluarga dapat saling mengerti dan memahami pandangan dan perasaan anggota keluarga yang lain sehingga dapat bersama-sama menyadari krisis yang ada pada keluarga dan menyadari akan perlunya sebuah tindakan untuk melakukan perubahan. Melalui proses konseling pastoral dengan menggunakan metode CACHO diharapkan semua anggota keluarga menuju ke arah yang lebih baik lagi dari sebelum mengalami krisis.

1.2 Rumusan Permasalahan

Berdasarkan pemaparan latar belakang yang telah penulis paparkan di atas, penulis merumuskan permasalahan yaitu:

- a. Apakah itu Metode CACHO.
- b. Bagaimana menerapkan Metode CACHO untuk melakukan konseling pastoral pada keluarga.

1.3 Alasan Pemilihan Judul

KONSELING PASTORAL PADA KELUARGA INDONESIA DENGAN MENGUNAKAN METODE CACHO

Judul ini dipilih karena menarik. Konseling pastoral kepada keluarga Indonesia yang disandingkan dengan penggunaan Metode CACHO memiliki perbedaan atau bertolak belakang. Perbedaan ini terdapat pada konteks budayanya, metode CACHO lahir dalam konteks budaya barat, sedangkan keluarga Indonesia memiliki latar belakang budaya timur. Namun demikian,

³³Thomas Wiyasa Bratawijata, *Mengungkap dan Mengenal Budaya Jawa*, (Jakarta: Pradnya Paramita, 1997), hal 81.

dengan adanya perbedaan tersebut dalam penulisan skripsi ini penulis melihat bagaimanakah metode CACHO dapat dipakai untuk melakukan konseling pastoral pada keluarga Indonesia.

1.4 Tujuan Penulisan

Fokus permasalahan yang akan dibahas dalam penulisan skripsi ini adalah:

- a. Mengetahui kekurangan dan kelebihan penggunaan metode CACHO dalam melakukan konseling pastoral pada keluarga Indonesia.
- b. Menjajaki kemungkinan penggunaan metode CACHO untuk melakukan konseling pastoral pada keluarga Indonesia.
- c. Membantu konselor untuk melakukan konseling pastoral kepada keluarga Indonesia dengan menggunakan Metode CACHO.

1.5 Metode Penulisan

Dalam penulisan skripsi ini, penulis akan menggunakan metode deskriptif-analitis. Dalam rangka pengumpulan data, penulis menggunakan metode studi literatur yang didapat dari berbagai buku pastoral dan juga dari literatur-literatur yang lain yang dapat melengkapi dalam penulisan skripsi ini.

1.6 Sistematika Penulisan

BAB 1 PENDAHULUAN

Pada bab ini berisi latar belakang permasalahan, rumusan permasalahan, alasan pemilihan judul, tujuan penulisan, metode penulisan, dan sistematika penulisan.

BAB 2 KELUARGA INDONESIA

Pada bab ini berisi tentang konteks keluarga Indonesia.

BAB 3 METODE CACHO

Pada bab ini berisi tentang pengertian serta sejarah metode CACHO yang dapat digunakan untuk melakukan konseling pastoral, dalam hal ini yaitu konseling pastoral kepada keluarga Indonesia.

BAB 4 PENGGUNAAN METODE CACHO DALAM PROSES KONSELING PASTORAL

Bab ini berisi tentang bagaimana melakukan konseling pastoral kepada keluarga dengan menggunakan metode CACHO.

BAB 5 PENUTUP

Pada bab ini berisi kesimpulan dari keseluruhan bab yang telah ditulis dalam skripsi. Selain itu dalam bab ini penulis juga akan memberikan saran.

©UKDW

BAB 5

Penutup

A. Kesimpulan

Dalam sebuah kelompok masyarakat, keluarga merupakan bagian kecil yang terdapat di dalamnya. Keluarga ini terdiri dari beberapa jenis, yaitu keluarga inti (keluarga batih), keluarga luas dan keluarga diluar keluarga inti. Keluarga batih merupakan kelompok sosial kecil yang terdiri dari suami, istri dan anak-anak (dengan status yang belum menikah). Keluarga batih lazimnya juga disebut rumah tangga yang merupakan unit terkecil dari sebuah masyarakat sebagai wadah dan proses pergaulan hidup. Suatu keluarga batih dianggap sebagai suatu sistem sosial oleh karena memiliki unsur-unsur sistem sosial yang pada pokoknya mencakup kepercayaan, perasaan, tujuan, kaidah-kaidah, kedudukan dan peranan, tingkatan atau jenjang, sanksi, kekuasaan dan fasilitas. Sebagai sebuah komunitas kecil, keluarga merupakan suatu wadah atau tempat berlangsungnya sosialisasi, yakni proses di mana anggota-anggota keluarga mendapatkan pendidikan untuk mengenal, memahami, menaati dan menghargai kaidah dan nilai yang berlaku di dalamnya.

Kaidah atau nilai tersebut salah satunya mengatur tentang peran dan fungsi masing-masing anggota keluarga. Apa peran suami/ayah dalam keluarga, apa peran istri/ibu dalam keluarga serta apa peran anak dalam keluarga. Fungsi-fungsi tersebut paling sedikit mengakibatkan konsekuensi-konsekuensi tertentu, misalnya pada pihak orang tua yang terdiri dari suami/ayah dan istri/ibu. Hal-hal itu terutama terarah kepada anak-anak, di samping pihak-pihak lain. Setiap anggota keluarga hendaknya memahami betul apa yang menjadi tugas dan tanggung jawabnya sehingga masing-masing anggota keluarga dapat melakukan tugas dan tanggung jawabnya dengan baik.

Selain itu, di dalam sebuah keluarga juga diperlukan adanya pola relasi dan pola komunikasi yang baik antar anggota keluarga. Dengan adanya pola relasi dan pola komunikasi yang baik antar anggota keluarga maka diharapkan keluarga yang terbentuk adalah keluarga yang hidup penuh dengan suasana yang harmonis dan hidup rukun. Dengan adanya prinsip kerukunan hidup yang tertanam dalam diri setiap anggota keluarga sebagai anggota masyarakat maka akan mencegah terjadinya konflik, baik di tengah masyarakat maupun di dalam keluarga. Akan tetapi apabila terjadi konflik, maka keluarga membutuhkan sarana atau pertolongan untuk dapat memulihkan konflik tersebut.

Bagi keluarga yang sedang memiliki konflik dengan anggota keluarganya membutuhkan mediator yang bisa memediasi agar konflik yang terjadi dapat segera diatasi dan kehidupan berkeluarga kembali terjalin secara rukun dan harmonis. Dalam upayanya untuk memperbaiki dan menyelesaikan konflik yang terjadi, konselor menggunakan cara yaitu dengan melakukan konseling pastoral bagi keluarga yang sedang berkonflik. Adapun metode yang dipakai untuk melakukan konseling pastoral yaitu sebuah model konseling relasi yang dikenal dengan nama metode CACHO. Metode ini didasarkan pada suatu teori tunggal-perubahan. Model ini mendasarkan pada pendekatan sistem untuk melaksanakan konseling keluarga, memusatkan perhatian kepada perubahan pada suatu sesi, dan juga memadukan perubahan yang terjadi di antara sesi-sesi.

Perlu untuk diketahui bahwa CACHO adalah akronim dari:

C – *communication* (komunikasi)

A – *awaranness* (kesadaran)

CH – *choice* (pilihan)

O – *outcome* (hasil)

Melalui proses konseling yang dilakukan dalam rangka memperbaiki dan menyelesaikan konflik yang sedang terjadi dalam sebuah keluarga dengan menggunakan metode CACHO diharapkan konflik tersebut dapat benar-benar terselesaikan tanpa meninggalkan bekas luka dari konflik yang sudah terjadi. Dengan menggunakan metode CACHO setiap anggota keluarga diajak untuk berkomunikasi secara lebih baik. Dalam sebuah sesi yang terjadi dalam sebuah konseling, setiap anggota keluarga diperkenankan untuk menyatakan pendapat dan sudut pandangnya tentang apa yang sedang terjadi di dalam keluarganya sementara keluarga yang lain mendengarkan apa yang sedang disampaikan oleh anggota keluarga tersebut. Dengan berkomunikasi dan menyampaikan pendapat sesuai sudut pandang masing-masing anggota keluarga, diharapkan setiap anggota keluarga kini tidak lagi memiliki sudut pandang yang sempit, melainkan sudut pandang yang luas yang juga dimiliki oleh anggota keluarga yang lain. Melalui komunikasi yang terjadi dalam proses konseling pastoral, diharapkan anggota keluarga memiliki kesadaran yang tinggi tentang apa yang sedang terjadi dalam keluarga mereka. Dengan demikian masing-masing anggota keluarga memiliki berbagai pendapat dan pilihan-pilihan untuk dapat menyelesaikan konflik yang sedang terjadi dalam keluarga mereka. Pendapat dan pilihan-pilihan tersebut dikumpulkan untuk kembali dikomunikasikan sehingga dapat muncul sebuah

solusi yang tepat sebagai hasil dari berjalannya konseling pastoral yang dilakukan. Hasil tersebut terkadang memang tidak langsung muncul pada satu kali siklus perputaran konseling pastoral. Namun sebagai konselor yang baik hendaknya konselor memiliki energi yang positif untuk kembali mengajak para anggota keluarga untuk melakukan kembali konseling pastoral sampai benar-benar menemukan hasil yang tepat sesuai dengan yang diinginkan oleh semua anggota keluarga yang sedang berkonflik.

Melalui pemaparan dalam penulisan skripsi ini akhirnya dapat terlihat bahwa metode CACHO memiliki kekurangan dan kelebihan. Kekurangan dari metode CACHO yaitu memakan waktu lama jika dalam sekali proses konseling tidak langsung mendapatkan hasil. Sedangkan kelebihan dari metode CACHO adalah setiap anggota keluarga yang melakukan proses konseling dapat memutuskan sendiri hasil akhir dari proses konseling. Dengan demikian maka masing-masing anggota keluarga akan dapat lebih berkomitmen untuk melakukan hasil tersebut. Hal lain yang juga dapat terlihat dari pemaparan pada bab-bab sebelumnya yaitu metode CACHO yang merupakan metode yang lahir dan berkembang dari luar negeri yang dipengaruhi oleh budaya barat ternyata dapat digunakan di Indonesia untuk melakukan konseling pastoral pada keluarga di Indonesia. Penggunaan metode CACHO dalam proses konseling di Indonesia tentunya harus disesuaikan dengan konteks budaya ketimuran yang ada di Indonesia. Hal ini misalnya dapat dilakukan pada pertemuan pertama: bagaimana konselor menyambut konseli, bagaimana konselor memperkenalkan diri dan bagaimana konselor memulai untuk mengenal satu demi satu anggota keluarga yang akan mengikuti proses konseling pastoral. Dengan sikap sopan santun serta keramahan yang dilakukan oleh konselor diawal pertemuan kiranya dapat membuat keluarga yang akan mengikuti proses konseling pastoral merasa nyaman.

B. Saran

Pada bagian ini penulis menyajikan beberapa saran yang diberikan kepada berbagai pihak. Pihak tersebut adalah gereja di mana gereja merupakan tempat bagi warganya untuk menumbuhkan serta memelihara iman dan spiritualitasnya. Pihak lain yaitu konselor di mana konselor sangat berperan dalam membantu berjalannya proses konseling pastoral. Selain gereja dan konselor, pihak lain yaitu orang tua dan anak. Sebagai anggota keluarga, orang tua dan anak adalah pribadi-pribadi yang sangat dekat. Dengan demikian bekal yang cukup akan memberikan dampak yang baik bagi perjalanan kehidupan keluarga serta baik juga bagi pertumbuhan masing-masing anggota keluarga.

Saran untuk:

1. Gereja

- Gereja memperkenalkan metode CACHO kepada tenaga pastoral gereja melalui acara seminar.
- Melatih tenaga konseling gereja bersama-sama dengan pendeta untuk memperdalam pengetahuan tentang memperbaiki pola relasi dan komunikasi menggunakan metode CACHO.
- Gereja memberikan fasilitas (sarana dan prasarana) yang dapat mendukung berjalannya proses konseling pastoral keluarga menggunakan metode CACHO.

2. Konselor

- Konselor memahami benar teori-teori yang berkenaan dengan metode CACHO.
- Konselor mengembangkan kreatifitas yang dapat digunakan dalam proses konseling pastoral.
- Konselor mampu mengadaptasi atau mengkontekstualisasikan metode CACHO sehingga dapat dipakai untuk proses konseling pastoral.

3. Orang tua

- Orang tua menciptakan relasi yang sehat dengan cara mengambil waktu khusus untuk bersama dengan keluarga. Waktu untuk makan bersama, untuk berekreasi bersama dan yang lainnya.
- Orang tua menciptakan komunikasi yang sehat dengan cara meluangkan waktu untuk saling mendengarkan cerita sesama anggota keluarga.
- Orang tua menciptakan suasana rumah yang aman dan nyaman.

4. Anak

- Anak berani berpendapat, berbicara dan bercerita secara terbuka kepada orang tua akan segala hal.
- Anak memelihara komunikasi yang baik dengan orang tua.

DAFTAR PUSTAKA

- Bratawijata, Thomas Wiyasa., *Mengungkap dan Mengenal Budaya Jawa*, Jakarta: Pradnya Paramita, 1997.
- Clinebell, Howard., *Tipe-Tipe Dasar Pendampingan dan Konseling Pastoral*, Yogyakarta: Kanisius, 2002.
- Corey, Gerald., *Teori dan Praktek Konseling & Psikoterapi*. Bandung: Refika Aditama, 2005.
- Field, David. *Kepribadian Keluarga: Kenalilah Keluarga Anda dan Jadilah Diri Anda Sendiri*. Yogyakarta: Kanisius, 1992.
- Geldard, Kathryn & David Geldard., *Konseling Keluarga: Membangun Relasi untuk Saling Memandirikan Antaranggota Keluarga*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011.
- Gunarsa, Singgih D., *Psikologi Praktis: Anak, Remaja dan Keluarga*, Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2001.
- Ihromi , T.O., *Bunga Rampai Sosiologi Keluarga*, Jakarta: Yayasan Obor Indonesia, 1999.
- Kuntaraf, Kathleen H. Liwijaya & Jonathan Kuntaraf., *Komunikasi Keluarga: Kunci Kebahagiaan Anda*, Bandung: Indonesia Publishing House, 1999.
- Kornfeld, Margaret., *Cultivating Wholeness: a guide to care and counseling in faith communitie.* USA: Library of congress catalog-in-publication data, 1998.
- Leks, Stefan, *Tafsir Injil Lukas*, Yoyakarta: Kanisius, 2003.
- Lestari, Sri., *Psikologi Keluarga: Penanaman Nilai dan Penanganan Konflik dalam Keluarga*, Jakarta: Prenada Media Grup, 2016.
- Rambe, Markus Hildebrant, dkk, *Teologi Bencana*, Makasar: Yayasan OASE INTIM, 2006
- Reksodiharjo, Soegeng., *Tata Kelakuan di Lingkungan Keluarga dan Masyarakat Daerah Jawa Tengah*. Yogyakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, 1990.
- Sadarjoen, Sawitri Supardi., *Konflik Marital: Pemahaman Konseptual, Aktual dan Alternatif Solusinya*, Bandung: Refita Aditama, 2005.

- Shapiro, F., *Mencegah Perkawinan Yang Tidak Bahagia*. Jakarta: Restu Agung, 2000.
- Sobur, Alex., *Pembinaan Anak Dalam Keluarga*, Jakarta: BPK Gunung Mulia, 1987.
- Soekanto, Soerjono., *Sosiologi Keluarga – Tentang Ikhwal Keluarga, Remaja dan Anak*, Jakarta: Rineka Cipta, 1990.
- Subagyo, Andreas B., *Tampil Laksana Kencana _ Petolongan untuk Mencegah dan Mengatasi Krisis Sepanjang Hidup*, Bandung: Yayasan Kalam Hidup. 2003
- Sujarno, dkk. *Pemberdayaan Nilai Budaya Dalam Rangka Mewujudkan Keluarga Sejahtera Di Daerah Istimewa Yogyakarta*. Yogyakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan, 1999.
- Sulastri, Murniati., *Keluarga – Peran dan Tanggung Jawabnya di Zaman Modern*. Yogyakarta: IKAPI Cabang Daerah Istimewa Yogyakarta. 1994.
- Sumarno, dkk. *Potret Keluarga Jawa Di Kota Surakarta*, Yogyakarta: Balai Pelestarian Nilai Budaya, 2013.
- Supratiknya, *Tinjauan Psikologis Komunikasi Antarpribadi*, Yogyakarta: Kanisius, 2009.
- Wright, Norman., *Komunikasi Kunci Pernikahan Harmonis*, Yogyakarta: Gloria Graffa, 2004
- Wright, Norman., *Konseling Krisis – Membantu Orang Dalam Krisis dan Stress*, Malang: Gandum Mas, 2006.