

## PENDEKATAN KONSELING PASTORAL BAGI LANSIA YANG MENGALAMI *LONELINESS*

Chalma Jenny Huberta Kotta<sup>1</sup>; Stephen Erastus<sup>2</sup>; Sugeng Santoso<sup>3</sup>; Junius Michael Najooan<sup>4</sup>;  
Daniel Martin Tamera<sup>5</sup>  
STT Ekumene Jakarta<sup>1-5</sup>  
Jakarta, Indonesia  
*Korespondensi: chalma@sttekumene.ac.id*

*Dikirim: 23 April 2024*

*Diperbaiki: 28 Juni 2024*

*Diterima: 28 Juni 2024*

### ABSTRAK

Artikel ini membahas pentingnya pendekatan konseling pastoral dalam membantu lansia yang mengalami kesepian. Kesepian merupakan masalah sosial yang umum dialami oleh lansia akibat perubahan dalam lingkungan sosial dan kehilangan sosial yang sering terjadi seiring dengan bertambahnya usia. Peneliti memakai metode kualitatif dengan pendekatan studi kepustakaan, melalui artikel jurnal, buku-buku, dan media internet sebagai data-data yang dipakai dalam penelitian ini. Pembahasan yang akan dibahas yaitu konsep *loneliness* pada lansia, bagaimana konseling pastoral dapat menjadi pendekatan yang efektif dalam mengatasinya. Hasil yang ditemukan yaitu peran penting konselor pastoral dalam memberikan dukungan emosional, memberikan dorongan kerohanian, dan membangun hubungan yang mendalam dengan lansia yang merasa kesepian. Melalui pendekatan konseling pastoral ini, peneliti memberikan tiga pendekatan, yaitu, 1) dukungan sosial, 2) mendengarkan, 3) pelayanan komunitas yang dapat membantu lansia yang mengalami kesepian dan menemukan makna baru dalam kehidupan dan meningkatkan kualitas hidup lansia.

Kata kunci: gereja; kesepian; konseling pastoral; lansia; pelayanan komunitas

### ABSTRACT

*This article discusses the importance of a pastoral counseling approach in helping older adults who experience loneliness. Loneliness is a common social problem experienced by the elderly due to changes in the social environment and social loss that often occurs with age. Researchers used a qualitative method with a literature study approach, through journal articles, books, and internet media as data used in this study. The discussion that will be discussed is the concept of loneliness in the elderly, how pastoral counseling can be an effective approach in overcoming it. The results found are the important role of pastoral counselors in providing emotional support, providing spiritual encouragement, and building deep relationships with elderly people who feel lonely. Through this pastoral counseling approach, researchers provide three approaches, namely, 1) social support, 2)*

*listening, 3) community services that can help elderly people who experience loneliness and find new meaning in life and improve the quality of life of the elderly.*

*Keywords: church; community service; elderly; loneliness; pastoral counselling*

## PENDAHULUAN

Lansia merupakan siklus hidup yang pasti dialami oleh setiap manusia, sehingga kata ini seringkali dipahami sebagai seseorang yang tidak berdaya dan memiliki banyak keluhan terutama dalam hal kesehatan (Kurtubi, 2022). Dalam Badan Pusat Statistik (BPS) melaporkan, persentase penduduk lanjut usia (lansia) di Indonesia sebesar 11,75% pada 2023. Adapun, 63,59% lansia merupakan lansia muda atau berada di rentang usia 60-69 tahun. Sebanyak 26,76% lansia berusia 70-79 tahun atau madya. Sementara, 8,65% sisanya merupakan lansia tua atau berusia 80 tahun ke atas. Selanjutnya, berdasarkan jenis kelaminnya, 52,28% lansia merupakan perempuan. Persentase itu lebih tinggi dibandingkan lansia laki-laki yang sebesar 47,72% (Rizaty, 2024).

Selanjutnya dalam hal biologis, enduduk lansia adalah penduduk yang mengalami proses penuaan secara terus-menerus, yang terlihat dari fisik yang semakin lemah sehingga rentan terhadap penyakit, dan berujung kepada kematian. Hal ini disebabkan oleh perubahan dalam struktur tubuh dan fungsi sel, jaringan, serta sistem organ, juga terhadap serangan penyakit yang dapat menyebabkan kematian. Hal ini disebabkan terjadinya perubahan dalam struktur dan fungsi sel, jaringan, serta sistem organ. Selain itu, lansia juga sering dinilai konservatif, tidak kreatif, menolak inovasi dan berorientasi ke masa lalu, kembali ke masa anak-anak, susah berubah, keras kepala dan cerewet, bingung dan tidak peduli terhadap lingkungan, penyakitan, kesepian (*loneliness*), dan tidak bahagia (Pandji, 2013). Untuk itu, dalam artikel ini, penulis cenderung meneliti ke arah lansia yang kesepian (*loneliness*).

Dalam hal usia, *Loneliness* lebih banyak dialami oleh lansia daripada remaja (Luhmann & Hawkey, 2016). Pada umumnya juga, masalah psikologis yang paling sering terjadi pada lansia ialah kesepian. Dengan seiring meningkatnya jumlah lansia maka angka kesepian pun semakin besar, sekitar 50% lansia kini menderita kesepian (Fitriana et al., 2021). Selain itu, tingkat *loneliness* yang dialami oleh setiap lansia di berbagai negara berbeda-beda. Berdasarkan hasil survei nasional 7,68-9,88% lansia yang berusia 70 tahun di Swedia mengalami *Loneliness*, 38,7% (tingkat *Loneliness* sedang) dan (tingkat *loneliness* parah) dialami oleh lansia yang tinggal di Nepal. selain itu di Cina ditemukan 85 lansia yang berusia 60 tahun keatas sering atau selalu merasa *Loneliness* (Susanty et al., 2022). Sementara itu, di Indonesia sendiri terdapat 69% lansia yang mengalami kesepian ringan, 11% mengalami

kesepian sedang, dan 2% kesepian berat, serta sisanya 16% lansia yang tidak mengalami kesepian (Maulida & Dhania, 2012). Di lain sisi, Weiss mengemukakan bahwa loneliness tidak disebabkan oleh kesendirian, namun disebabkan karena tidak terpenuhinya kebutuhan akan suatu hubungan atau rangkaian hubungan yang pasti (Weiss, 1975).

Penulis menyimpulkan bahwa, lansia yang kesepian jika tidak ditangani dengan baik, maka lansia akan merasa tidak diperhatikan, tidak dihargai, dan merasa putus asa, serta bisa menyebabkan kematian dengan perasaan tidak bahagia. Oleh sebab itu, masalah *loneliness* pada lansia perlu diatasi melalui pendekatan yang diberikan oleh peneliti, yaitu konseling pastoral yang hadir dalam mengatasi *loneliness* terhadap lansia.

Menurut Nainupu, Konseling Pastoral adalah suatu proses pertolongan dalam pandangan pastoral (Kristen), yang terjadi melalui percakapan dan hubungan konselor dan klien, sehingga mereka yang ditolong mencapai pemahaman dan pengertian yang lebih lengkap mengenai dirinya, lingkungannya, serta hubungan dan tanggung jawabnya kepada Tuhan (Nainupu & Th, 2016). Selain itu, Neil T, Anderson mengemukakan bahwa, konseling pastoral menangani masalah-masalah yang berkaitan dengan penyembuhan jiwa (*the care of the soul*). Oleh sebabnya, penyembuhan jiwa, bukan tugas para psikolog sekuler yang secara umum mengobati jiwa, meringankan penderitaan, menolong orang-orang yang terluka secara emosional, menemukan kembali arti dan tujuan hidup, serta mendorong orang untuk melihat diri sendiri, orang lain dan dunia secara lebih tepat. Singkatnya para psikolog melakukan perawatan jiwa, terapi penyembuhan jiwa adalah pekerjaan Allah dan berada di luar jangkauan psikologi umum (Anderson, 2016).

Penelitian sebelumnya yang dikemukakan oleh Brek dan Waluyo, menjelaskan bahwa perlunya peran anak melakukan pendampingan konseling pastoral terhadap orang tua yang lansia dengan cara memotivasi lansia agar tidak merasa kesepian dengan pendekatan konseling pastoral yang diberikan (Brek & Waluyo, 2022). Selain itu, Penelitian Sihombing dkk, *mengeksplora* pelayanan pastoral terhadap lansia yang mengalami stress di Panti Werdha Wisma Mulia Jakarta Barat, dengan melakukan pelayanan Pastoral seperti memberikan *support*, mendoakan baik pribadi atau bersama-sama. Serta memperhatikan kebutuhan lansia, seperti memelihara kesehatan dan gizi makanan lansia dan menyembuhkan penyakit lansia. Membangun relasi komunikasi yang baik dengan seluruh lansia mengarahkan lansia agar hidup disiplin, baik dalam menjaga kebersihan, kesehatan dan kerohanian, yang bertujuan untuk menghilangkan stres lansia (Sihombing et al., 2019).

Untuk itu, berdasarkan data-data diatas, maka peneliti melihat pentingnya untuk meneliti lebih lanjut mengenai peran konseling pastoral dalam mengatasi kesepian atau *loneliness* pada lansia. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk membantu lansia dalam mengatasi kesepian dengan menggunakan pendekatan-pendekatan konseling yang efektif.

## **METODE**

Metode penelitian yang digunakan dalam penyusunan artikel ini adalah metode kualitatif dengan pendekatan studi kepustakaan yang berkaitan dengan peran konseling pastoral dalam mengatasi *loneliness* pada lansia. Selain itu, peneliti mengumpulkan data-data melalui artikel jurnal, buku dan situs website yang terkait dengan judul penelitian diatas (Zaluchu, 2021). Disisi lain, penelitian kualitatif merupakan penelitian yang cenderung menggunakan analisis yang lebih mendalam. Kualitatif juga ditafsirkan sebagai penelitian yang lebih mengarah pada pengkajian dari berbagai peristiwa sosial dan latar alamiah yang terjadi (Kaharuddin, 2021). Selanjutnya, penelitian ini memberikan gambaran yang praktis tentang Konseling pastoral dalam menangani lansia *loneliness*. Dalam hal ini, peneliti berusaha mengumpulkan informasi-informasi yang relevan dengan topik atau masalah yang menjadi pokok penelitian melalui jurnal dan buku-buku mengenai konseling pastoral, lansia dan *loneliness*. Penelitian ini diarahkan untuk menunjukkan bagaimana peran konseling pastoral dalam mengatasi *loneliness* terhadap lansia.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Deskripsi terkait *Loneliness***

*Loneliness* adalah salah satu bagian yang tidak dapat dipisahkan dari manusia, hampir setiap manusia mengalami kesepian pada suatu waktu dalam hidupnya (Yurni, 2017). *Loneliness* juga merupakan perasaan terencil dari orang lain karena individu tersebut merasa berbeda dengan yang lain, tersisihkan dari kelompoknya dan merasa tidak diperhatikan oleh lingkungannya serta tidak dapat berbagi rasa dan pengalaman (Septiningsih & Na'imah, 2012). Di Pihak lain, Weiss menggambarkan kesepian (*loneliness*) sebagai pengalaman emosional dan sosial yang timbul ketika seseorang merasa terputus atau terisolasi dari hubungan yang diinginkannya (Weiss, 1975). Selanjutnya, menurut Cacioppo dan Patrick, kesepian adalah keadaan psikologis yang muncul ketika individu merasa bahwa jumlah dan/atau kualitas hubungan sosial yang dimiliki tidak mencukupi untuk memenuhi kebutuhan sosialnya (Cacioppo & Patrick, 2008).

Di sisi lain, kesepian (*loneliness*) menurut Russell, merujuk pada kondisi di mana seseorang mengalami depresi karena interaksi sistem-sistem psikofisik yang mempengaruhi pola pikir dan perilaku, sambil berharap akan adanya kepuasan dalam interaksi sosial. Russell menggunakan alat ukur *UCLA Loneliness Scale* dalam penelitiannya, yang menghasilkan temuan sebagai berikut: Pertama, kepribadian, yang terbentuk dari dinamika psikofisik yang mempengaruhi perilaku dan pemikiran individu dalam lingkungan mereka, mengindikasikan kesepian melalui karakteristik perilaku sehari-hari. Kedua, kepatutan sosial, di mana individu menginginkan penerimaan dan pengakuan dari lingkungan sekitar. Ketiga, depresi, yang ditandai oleh perasaan putus asa, kehilangan harapan, sedih, kehilangan minat dan kegembiraan, energi yang rendah, mudah lelah, dan penurunan aktivitas, yang muncul sebagai respons terhadap tekanan internal (Russell, 1996). Terakhir, Gary R. Collins menuliskan bahwa, *loneliness* merupakan perasaan menyakitkan yang terkait dengan frustrasi, dan putus asa, serta kehilangan kontak dengan orang-orang di lingkungannya (Gary R, 2007).

Dari berbagai definisi dan penelitian, dapat disimpulkan bahwa *loneliness* atau kesepian adalah pengalaman emosional dan psikologis yang muncul ketika individu merasa terisolasi atau terputus dari hubungan sosial. *Loneliness* dapat berdampak negatif pada kesejahteraan psikologis dan kesehatan, seperti meningkatkan risiko depresi, kecemasan, dan masalah kesehatan fisik.

### **Deskripsi terkait Lansia**

Lansia merupakan tahap akhir dari fase kehidupan setiap manusia, pada tahap ini seorang individu akan mengalami banyak perubahan dalam dirinya baik secara fisik maupun mental. Perubahan fisik yang dialami oleh seorang lansia merupakan sebagian dari proses penuaan yang normal, seperti rambut yang memutih, kerutan dibagian wajah, berkurangnya ketajaman panca indra dan lemahnya daya tahan tubuh (Pribadi, 2015). Sementara, menurut World Health Organization (WHO), lansia adalah individu yang telah memasuki usia 60 tahun keatas, dimana lansia merupakan kelompok individu yang telah memasuki fase terakhir dari kehidupan manusia atau sering juga dikategorikan sebagai *aging process* atau proses penuaan (Di et al., 2021). Selain itu, pada umumnya lansia diukur dari individu yang berumur 60 tahun keatas, sementara penggolongan lansia menurut Direktorat Pengembangan Ketahanan Keluarga (BKKBN) dapat dikategorikan dalam 3 bagian yaitu (1) kelompok lansia awal atau kelompok yang baru memasuki lansia dimulai dari usia 45-54 tahun, (2) kelompok pra lansia dari usia 55-59 dan yang terakhir (3) kelompok lansia 60 tahun (Pandji, 2012). Dilain pihak,

Lansia menurut UU No.13 Tahun 1998 baik laki-laki dan perempuan yang masih aktif bekerja dan yang tidak bekerja yang telah mencapai usia 60 tahun atau bahkan lebih (Di et al., 2021).

Lansia merupakan kelompok usia yang sering dihadapkan pada berbagai tantangan, baik dari segi fisik maupun mental. Seiring bertambahnya usia, lansia cenderung mengalami penurunan fungsi tubuh, seperti berkurangnya kekuatan fisik, ketajaman penglihatan, pendengaran, serta penurunan daya tahan tubuh. Selain perubahan fisik, lansia juga sering menghadapi tantangan psikologis, seperti kesepian dan perasaan terisolasi, yang bisa mempengaruhi kualitas hidup mereka. Oleh karena itu, sangat penting bagi masyarakat dan keluarga untuk memberikan perhatian dan dukungan yang cukup kepada lansia, baik dalam bentuk pelayanan kesehatan, konseling, maupun penguatan ikatan sosial. Dalam konteks ini, gereja dan lembaga masyarakat dapat berperan penting dalam memberikan pelayanan yang menyentuh kebutuhan lansia secara holistik, baik secara fisik, emosional, maupun spiritual.

Kesimpulannya, lansia adalah kelompok usia yang mengalami perubahan fisik dan mental yang signifikan, yang dapat mempengaruhi kualitas hidup mereka. Oleh karena itu, diperlukan perhatian dari berbagai pihak, termasuk keluarga, masyarakat, dan gereja, untuk mendukung mereka dalam menghadapi tantangan yang muncul di usia senja.

### **Faktor -Faktor *Loneliness* Terhadap Lansia**

Beberapa faktor yang dapat membuat seorang lansia mengalami *loneliness* antara lain pelepasan kedudukan atau jabatan (pensiun), kehilangan orang-orang yang dicintai seperti pasangan hidup, keluarga terdekat atau teman (Hermawati & Hidayat, 2019).

Penelitian Maulida dan Dhania, menjelaskan faktor kesepian pada kedelapan lansia yang mereka teliti yaitu, 1) kehilangan seseorang yang dapat memberikan mereka perhatian, 2) kehilangan hubungan sosial baik tidak adanya teman berkomunikasi, maupun adanya keinginan untuk berkomunikasi, 3) ditinggalkan oleh orang yang dicintainya, contohnya meninggal dunia, maupun bekerja dalam waktu panjang sehingga usia lanjut sendirian dirumah (Maulida & Dhania, 2012).

Selain itu, ada dua model yang dikemukakan Amalia mengutip Green. Model pertama yaitu faktor eksternal, dimana tidak adanya hubungan sosial, yang menjadi sebagai dasar utama kesepian. Model kedua pada faktor internal individu, seperti faktor kepribadian dan faktor psikologis (Amalia, 2013). Selanjutnya, Ikasi dkk mengutip Mubarok, menuliskan bahwa ada tiga faktor yang membuat lansia mengalami *loneliness*, 1) Salah satu faktor utama adalah aspek psikologis, yang mencakup rendahnya harga diri pada orang lanjut usia yang disertai dengan

timbulnya emosi negatif seperti rasa takut, simpati pada diri sendiri, dan berpusat pada diri sendiri, 2) kesepian dipengaruhi oleh faktor budaya dan situasional, seperti perubahan dalam gaya hidup dan budaya. Banyak keluarga yang sebelumnya menjadi pangkalan perawatan bagi orang lanjut usia kini beralih untuk menitipkan mereka ke panti jompo karena kesibukan dan keterbatasan dalam merawat mereka, 3) faktor spiritual juga memainkan peran, di mana agama seseorang bisa menjadi sumber penghilang kecemasan dan kekosongan spiritual sering kali berujung pada kesepian (Ikasi et al., 2014).

Berdasarkan uraian diatas, peneliti menyimpulkan bahwa, kesepian pada lansia adalah fenomena kompleks yang dipengaruhi oleh berbagai faktor yang telah diuraikan diatas. Dengan demikian jika kesepian tidak ditangani pada lansia, maka bisa berdampak buruk terhadap mental dan fisik lansia.

### **Deskripsi terkait Konseling Pastoral**

Secara etimologis, kata Pastoral berasal dari “*pastor*” yang dalam bahasa Latin dan Yunani disebut *poimen*, yang memiliki arti “gembala”. sementara istilah konseling sendiri berasal dari bahasa Latin: “*consulere*”, yang berarti “memberi nasihat”. Pastoral konseling adalah upaya praktis untuk membantu anggota jemaat mengatasi persoalan mereka sehari-hari (Tamera et al., 2023). Dalam bukunya Gary R Collins mendefinisikan bahwa konseling pada dasarnya adalah sebuah pelayanan yang sifatnya membimbing atau menolong seseorang yang membutuhkan pemahaman untuk mengatasi persoalan yang sedang dihadapinya. Selain itu, ia juga menekankan bahwa konseling pada dasarnya merupakan layanan yang bertujuan untuk memberi pertolongan yang berlandaskan kebenaran Alkitab (Gary R, 2007).

Menurut Ellison konseling pastoral merupakan sebuah pendekatan konseling yang di dalamnya melibatkan seorang hamba Tuhan sebagai konselor dengan individu yang mencari bimbingan, dengan tujuan membantu mereka memahami dan mengatasi persoalan kehidupan mereka dengan bimbingan spiritual (Ellison, 1983). Selanjutnya, Susabda merumuskan, pastoral konseling adalah percakapan antara seorang hamba Tuhan (seperti pendeta atau penginjil) sebagai konselor dan seorang yang mencari bimbingan (klien). Dalam interaksi ini, konselor bertujuan membimbing klien menuju suasana percakapan yang mendukung, di mana klien dapat lebih memahami dirinya sendiri, masalah yang dihadapinya, situasi hidupnya, dan tantangan yang dihadapinya. Hal ini memungkinkan klien untuk melihat tujuan hidupnya dalam konteks relasinya dengan Tuhan dan untuk berusaha mencapai tujuan tersebut dengan menggunakan sumber daya yang telah diberikan oleh Tuhan (Susabda, 2012). Disamping itu,

Wayne Oates menjelaskan bahwa konseling adalah disiplin ilmu non medis yang memiliki sasaran untuk menumbuhkan perkembangan pribadi konseli dan memfasilitasi, serta menolong konseli untuk mengubah pola hidup yang dapat membuat mereka mengalami kehidupan yang kecewa dan tidak berbahagia (Oates, 1974).

Dapat disimpulkan bahwa konseling pastoral adalah sebuah pendekatan pelayanan yang melibatkan bimbingan spiritual dari seorang hamba Tuhan kepada individu yang membutuhkan pertolongan dalam mengatasi persoalan hidupnya. Konseling ini bertujuan untuk membantu klien memahami dirinya, masalah yang dihadapi, dan situasi hidupnya dengan perspektif rohani, serta memberikan panduan untuk mencapai tujuan hidup yang selaras dengan kehendak Tuhan. Berdasarkan prinsip kebenaran Alkitab, konseling pastoral berfokus pada perkembangan pribadi dan perubahan pola hidup yang membawa konseli kepada kehidupan yang lebih baik dan penuh harapan.

### **Fungsi Konseling Pastoral**

Konseling pastoral merupakan suatu bentuk pelayanan konseling yang dilakukan oleh para pendeta, rohaniwan, atau konselor yang memiliki latar belakang beragama kristen. Fungsi-fungsi utama konseling pastoral yang dikemukakan McMinn sebagai berikut, 1) dukungan emosional dan spiritual konseling pastoral berfungsi untuk memberikan dukungan emosional dan spiritual kepada individu dalam mengatasi persoalan kehidupan mereka. Melalui pendekatan yang berbasis pada nilai-nilai agama dan spiritualitas, konselor pastoral membantu individu menemukan makna dan tujuan hidup dalam konteks keyakinan mereka, 2) konseling pastoral membantu individu dalam mengidentifikasi masalah, mengeksplorasi opsi solusi, dan membuat keputusan yang sesuai dengan nilai-nilai dan keyakinan agama mereka. Ini melibatkan diskusi mendalam tentang prinsip-prinsip moral dan etika yang relevan dalam konteks agama yang bersangkutan, 3) Konseling pastoral mendukung individu dalam pengembangan dan pertumbuhan spiritualitas mereka. Ini melibatkan refleksi tentang keyakinan, nilai-nilai, dan praktik keagamaan yang dapat memperdalam hubungan individu dengan Tuhan atau dimensi spiritual dalam diri individu, 4) Konseling pastoral memfasilitasi individu dalam membangun hubungan yang kuat dengan komunitas keagamaan individu. Ini dapat membantu individu merasa didukung, terhubung, dan terpenggil untuk memberikan dukungan kepada orang lain dalam komunitas mereka (McMinn, 2012).

Dilain pihak, Simanjuntak (2019), menguraikan empat fungsi Konseling Pastoral dalam bukunya yang berjudul “Perlengkapan Seorang Konselor”. Berikut adalah penjelasan

mengenai empat Fungsi tersebut: Pertama, Penyembuhan (*Healing*) Fokusnya adalah pada upaya menyembuhkan kerusakan yang dialami oleh konseli, dengan tujuan mengembalikannya pada keutuhan. Konselor berusaha membimbing konseli menuju perubahan yang lebih positif. Kedua, Penopangan (*Sustaining*). Konselor membantu individu yang terluka agar dapat bertahan dan melewati masa-masa sulit dalam hidupnya. Kehadiran konselor dan dukungannya memberikan motivasi kepada konseli untuk tetap kuat dalam menghadapi tantangan. Ketiga, Pembimbingan (*Guiding*). Konselor memberikan bimbingan kepada konseli yang bingung dalam mengambil keputusan, membantu mereka memilih opsi dan tindakan yang tepat. Dalam situasi kebingungan, konseli membutuhkan bimbingan dan arahan dari konselor untuk menemukan jalan keluar. Keempat, Pendamaian (*Reconciliation*). Selain mempromosikan hubungan yang baik antara individu, pendamaian juga bertujuan untuk memperbaiki hubungan individu dengan Tuhan. Ini merupakan bagian dari tradisi sejarah, yang mengarah pada pembangunan kembali hubungan manusia dengan Sang Pencipta.

Sementara itu, Yohan Brek (2022) mengutip Aart Van Beek yang menguraikan enam fungsi konseling pastoral, 2 antara lain; Pertama, Mengasuh adalah penting karena mencakup upaya membantu individu tumbuh dan berkembang dalam berbagai aspek kehidupan, seperti emosi, pikiran, motivasi, perilaku, spiritualitas, dan interaksi sosial. Saat memberikan bantuan kepada yang klien, konselor harus mempertimbangkan potensi klien untuk mengembangkan kekuatan yang dapat membantu mereka melanjutkan hidup. Kedua, Mengutuhkan, sebagai fungsi inti, bertujuan untuk menyatukan kehidupan klien dalam semua dimensinya, baik fisik, sosial, mental, maupun spiritual. Ketika seseorang mengalami masalah atau penderitaan, berbagai aspek kehidupannya menjadi terganggu. Oleh karena itu, fungsi Mengutuhkan sangat penting dalam upaya menyelaraskan proses pemulihan secara menyeluruh. Dalam konteks pastoral, pelayanan pastoral sebenarnya memiliki pendekatan holistik.

Terakhir, Totok Wiryasaputra (2019) juga menyatakan adanya dua tambahan Fungsi dalam konseling pastoral, yaitu: Pertama, Memberdayakan (*empowering*) bertujuan untuk memfasilitasi konseli agar dapat menjadi mandiri dalam menghadapi kesulitan di masa depan, sehingga tidak terlalu bergantung pada konselor. Tujuan peran ini juga mencakup kemampuan konselor untuk membantu orang lain yang mengalami kesulitan. Kedua, Mentransformasi terjadi ketika konseli berhasil pulih secara individu, menyelesaikan persoalannya, dan menjadi bermanfaat secara maksimal bagi orang lain dan lingkungannya. Dengan demikian, tujuan jangka pendek dalam konseling pastoral telah tercapai.

Kesimpulan dari fungsi konseling pastoral adalah bahwa pendekatan ini tidak hanya bertujuan untuk memberikan bantuan dalam mengatasi masalah atau penderitaan klien secara langsung, tetapi juga untuk membantu mereka tumbuh dan berkembang secara keseluruhan. Melalui fungsi-fungsi seperti penyembuhan, penopangan, pembimbingan, pendamaian, mengasuh, mengutuhkan, memberdayakan, dan mentransformasi, konseling pastoral bertujuan untuk memperkuat individu agar dapat menghadapi tantangan hidup dengan lebih baik. Selain itu, konseling pastoral juga menekankan pentingnya memperbaiki hubungan individu dengan dirinya sendiri, dengan orang lain, dan dengan Tuhan. Dengan demikian, konseling pastoral memberikan kontribusi yang signifikan dalam memperbaiki kualitas hidup klien.

### **Peran Konselor Pastoral Bagi Lansia *Loneliness***

Konselor Kristen berbeda dengan konselor sekuler yang berorientasi kepada manusia (Antroposentris), sebaliknya konselor Kristen berorientasi kepada Allah (Teosentris), maksudnya adalah konselor Kristen memiliki segala pengetahuan yang terkait dengan konseling, bersumber kepada Allah melalui Alkitab, yang telah memberikan prinsip-prinsip kehidupan (Ronda, 2015). Tu'u dalam tulisannya, menekankan pentingnya pelayanan konseling, terutama dalam membantu individu yang menghadapi berbagai kesulitan hidup seperti kehampaan hidup, kesunyian, serta kesepian. Pada realitanya masalah materi tidak bisa menjadi jaminan dalam memenuhi kebutuhan manusia. Banyak yang berkelimpahan harta, tetapi pada realitanya tidak memberikan kebahagiaan dan sukacita. Karena banyak orang yang mencari kesenangan itu dengan hal-hal duniawi. Karenanya konseling adalah proses yang tepat untuk membawa kekosongan hidup, kesepian agar menemukan kebahagiaan sejati di dalam Tuhan (Tulus Tu'u, 2007). Selanjutnya, Dittes menjelaskan bahwa, peran seorang konselor pastoral adalah memberikan dukungan emosional, konseling spiritual, dan bimbingan kepada klien atau kelompok dalam kehidupan rohani mereka. Konselor pastoral membantu orang-orang mengatasi masalah emosional, hubungan dengan Allah yang telah rusak, dan masalah moral dengan menggunakan prinsip-prinsip yang Alkitabiah dengan tuntunan Roh Kudus (Dittes, 1999). Dalam artikel Florentina Sianipar yang mengutip beberapa penjelasan terkait peran dan pelayanan Konselor pastoral yang dimana konseling pastoral harus berakar dalam kesadaran akan trilogi sebagai Allah yang memiliki pribadi. Dalam proses konseling pastoral, terdapat konselor dan konseli, dengan kehadiran Allah di dalam Roh Kudus yang memengaruhi baik konselor maupun konseli. Dalam konseling Kristen, Roh Kudus bertindak sebagai penuntun, sementara Firman Allah memberikan pencerahan dan hikmat dalam menghadapi

masalah serta menemukan solusinya Roh Kudus juga dianggap sebagai dinamika dalam konseling Kristen, membimbing konselor untuk melayani, memulihkan, mengubah, dan mendewasakan konseli. Hal ini menunjukkan bahwa dalam pelayanan pastoral, keberadaan Allah harus ikut terlibat didalam proses konseling. Untuk itu, seorang konselor pastoral tidak boleh menyombongkan diri atas keberhasilan atau ketepatan dalam melakukan konseling, karena proses tersebut harus diserahkan sepenuhnya kepada pimpinan Roh Kudus (Sianipar, 2019).

Oleh sebab itu, Daniel Ronda menguraikan beberapa hal yang harus diperhatikan oleh Konselor Pastoral yaitu, 1) Konselor harus memiliki hati yang mengasihi sesama manusia, 2) Konselor Pastoral harus memiliki pengetahuan tentang konseling dan juga psikologi, 3) Konselor Pastoral harus memiliki kepribadian yang baik serta memiliki kedewasaan yang matang dalam iman, 4) Konselor Pastoral harus memiliki *human skills*, yang menjadi dasar konselor, yaitu skill mendengarkan, menanggapi, bertanya, merespon, *empathy*, dan menerima semua pandangan konseli (Ronda, 2015). Untuk itu, Konselor Pastoral harus menghargai orang-orang lanjut usia tanpa memandang rendah, karena pada tahap kehidupan ini terjadi penurunan kondisi fisik, psikologis, dan sosial. Peran konselor sangat penting di sini untuk membantu mereka menjaga konsep diri dan tujuan hidup. Seorang konselor harus memenuhi kriteria tertentu, termasuk aspek spiritual, kognitif, dan afektif. Aspek spiritual mengacu pada individu yang telah mengalami pertobatan dan menerima Yesus sebagai juruselamat. Aspek kognitif menunjukkan kemampuan seseorang dalam memahami ajaran agama dan responsif terhadap bimbingan rohani. Sedangkan aspek afektif menggambarkan seseorang yang memiliki moralitas yang baik, setia pada pasangannya, memiliki kendali diri, bijaksana, sopan, dermawan, memiliki kemampuan mengajar yang baik, ramah, murah hati dan membawa damai (1 Tim 3:1-7). Selain itu, konselor Kristen juga harus dilengkapi dengan pengetahuan tentang teknik-teknik konseling pastoral agar konseling yang dilakukan efektif dan sesuai dengan tujuan yang diinginkan (Simamora, 2021).

Berdasarkan uraian diatas dapat disimpulkan bahwa, Konselor Pastoral bertanggung jawab untuk mengobati manusia yang mengalami masalah jiwa dan psikis, serta dosa. Konselor menuntun konseli untuk keluar dari pergumulannya dengan disertai tuntunan Tuhan melalui, Roh Kudus serta Alkitab yang menjadi dasar untuk menasehati konseli.

## Pendekatan Konseling Pastoral Bagi Lansia *Loneliness*

Dari uraian-uraian penjelasan diatas, peneliti mengemukakan beberapa poin pendekatan Konseling Pastoral bagi lansia yang *loneliness*, yaitu: Pertama, Dukungan Sosial (*Social Support*). Dukungan sosial merupakan kehadiran pertolongan dari sekelompok komunitas yang dilakukan secara alamiah dan telah mengembangkan sistem dukungan sosial. Kelompok atau komunitas di lingkungan sosial biasanya mengunjungi individu lingkungan masyarakat. Dukungan ini terjadi karena ada ikatan antara individu dengan komunitas yang memberi pertolongan (Risma, 2021). Menurut Gottlieb yang dikutip Simanjuntak, menjelaskan bahwa, dukungan sosial terdiri dari nasehat verbal dan nonverbal, serta memberikan keakraban sosial dengan kehadiran seseorang. Dalam hal ini, pihak penerima mendapat manfaat emosional yang baik (Julianto Simajuntak, 2019). Senada dengan itu, Sarafino dan Smith menuliskan bahwa, manusia membutuhkan dukungan sosial (*social support*) bagi sesamanya, seperti dukungan, penghiburan, perhatian, penerimaan dan bantuan dari seseorang atau kelompok masyarakat (Sarafino & Smith, 2022).

Menurut Winnubst Dkk dikutip Simanjuntak. ada beberapa macam dukungan sosial (*social support*). Dukungan emosional Ini melingkupi, 1) ungkapan empati, kepedulian dan perhatian terhadap orang yang bersangkutan, 2) dukungan penghargaan. Ini terjadi lewat ungkapan penghargaan, hormat positif terhadap orang itu. juga persetujuan terhadap gagasan atau perasaan individu, 3) dukungan informatif yang mencakup nasehat, petunjuk-petunjuk, dan saran-saran, serta *feedback* (Julianto Simajuntak, 2019). Dilain sisi, Sintawati mengutip Sarafino yang menyatakan bahwa individu yang mendapatkan dukungan sosial merasakan kasih sayang, perhatian, penghargaan, serta memiliki peran penting dalam jaringan sosial seperti keluarga atau komunitas. Dukungan sosial ini sangat penting bagi individu karena membantu mereka merasa diperhatikan, dicintai, dan tidak merasa sendirian (Sintawati, 2019). Senada dengan itu, Rambu Riada mengutip Cobb menjelaskan bahwa, dukungan sosial merujuk pada kenyamanan, perhatian, penghargaan, atau bantuan yang diberikan kepada seseorang oleh individu lain atau kelompok dalam masyarakat. Ini menunjukkan bahwa bantuan yang diterima dari orang lain dapat membawa rasa nyaman secara fisik dan psikologis bagi individu yang menerimanya (Riada, 2023). Selain itu, dalam Konseling pastoral Lee menjelaskan peran yang penting dalam memberikan dukungan sosial bagi lansia yang kesepian, yang dimana konseling pastoral dapat memberikan dukungan emosional, kerohanian, dan sosial kepada lansia yang merasa terisolasi dan kesepian. Para Konselor Pastoral dilatih untuk memahami dan merespons kebutuhan rohani lansia, serta memberikan dukungan moral

dan bimbingan dalam membangun hubungan yang berarti dengan orang lain dan dengan Tuhan.

Konselor pastoral juga dapat membantu lansia untuk menemukan makna dan tujuan hidup baru, mengatasi rasa takut dan kecemasan yang terkait dengan penuaan dan kesepian. Mereka dapat menghubungkan lansia dengan lingkungan sekitar dan komunitas yang ada, seperti kelompok doa, kelompok dukungan, atau kegiatan sosial lainnya, yang dapat membantu mengurangi rasa kesepian dan meningkatkan kualitas hidup (Lee, 2017).

Berdasarkan uraian diatas penulis menyimpulkan bahwa dukungan sosial dalam konseling pastoral bagi lansia yang kesepian dapat mendapatkan kenyamanan, perhatian, penghargaan, dan bantuan yang diperlukan dari pendeta atau konselor pastoral. Ini tidak hanya membantu mengurangi kesepian mereka secara emosional, tetapi juga dapat memberikan rasa nyaman fisik dan psikologis. Dukungan sosial ini juga dapat meningkatkan kualitas hidup lansia dengan memperkuat rasa koneksi dengan orang lain dan memberikan mereka tempat untuk berbagi pengalaman, kekhawatiran, dan harapan. Dengan demikian, konseling pastoral yang berfokus pada dukungan sosial dapat menjadi alat yang efektif dalam mengatasi kesepian dan meningkatkan kesejahteraan lansia.

Kedua, Mendengarkan aktif. Satu ciri lansia adalah memiliki status kelompok minoritas karena umumnya lansia lebih ingin didengarkan daripada mendengarkan. Melalui komunikasi, baik yang diselenggarakan, sangat memudahkan lansia untuk memahami diri dan lingkungan sekitarnya sehingga merasa dapat lebih diterima (Pepe et al., 2017). Harming dan Silitonga dalam artikelnya mengutip tulisan Siahaan dan Lawing yang menjelaskan bahwa dalam mendengarkan persoalan dan kegelisahan yang dirasakan konseli, adalah wujud perasaan empati konselor kepada konseli, selanjutnya juga menjelaskan bahwa konselor harus memiliki keinginan untuk mendengarkan konseli sehingga konseli merasa diperhatikan dan konseli dapat mengungkapkan masalahnya dengan jujur (Harming & Silitonga, 2021).

Dalam teknik Konseling, Yakub Susabda menjelaskan suatu teknik mendengar yaitu, *Effective Listening* yang dimana, *effective listening* tidak sama dengan sikap pasif seperti *pseudo-listening* yang seringkali dilakukan oleh konselor yang kurang berpengalaman. Sebaliknya, praktik *effective listening* melibatkan penggunaan sensitivitas yang tinggi dengan tujuan untuk memahami baik kata-kata yang diucapkan oleh konselor maupun perasaan yang tersirat dibalik kata-kata tersebut, ekspresi wajah, dan tingkah laku. Sikap ini bertujuan untuk mendorong konseli untuk mengungkapkan kata-kata dan perasaannya secara terbuka (Susabda, 2012). Selain itu, tiga *micro-skills* atau tiga keterampilan konseling dasar yang dikemukakan

simanjuntak, salah satunya adalah respon minimal (*minimal response*), yang dimana seseorang mendominasi dalam sebuah percakapan dengan mengambil peran seorang pendengar dibanding berbicara. Respon minimal ini bisa berbentuk nonverbal seperti mengangguk atau secara verbal dengan mengatakan, “uhm..”, “iya”, “baik” dsb. Ketika klien berbicara secara terus menerus, penting bagi konselor untuk memastikan bahwa klien merasa didengar dengan memberikan respon minimal yang tepat. Penggunaan respon minimal bukan hanya untuk menunjukkan pendengaran, tetapi juga memberikan ekspresi non-verbal yang mendukung komunikasi (Julianto Simanjuntak, 2019).

Neukrug yang dikutip aminah menjelaskan bahwa, seorang pendengar yang baik mempunyai beberapa kriteria antara lain: 1) Tidak banyak berbicara, 2) Konsentrasi pada konseli menyampaikan sesuatu, 3) Tidak memotong pembicaraan, 4) Tidak memberikan nasehat/saran, 5) Memberikan perhatian tulus, 6) Mendengar dengan konten yang sedang disampaikan oleh konseli, 7) Menangkap setiap pesan berupa perasaan yang dialami konseli, 8) Dapat memberikan respon berupa anggukan untuk memastikan kepada konseli bahwa ia memahami, 9) Menanyakan klarifikasi jika diperlukan, 10) Tidak menanyakan pertanyaan yang tidak berhubungan dengan konten permasalahan (Aminah, 2018).

Dapat disimpulkan bahwa, pentingnya bagi seorang konselor untuk dapat mendengarkan apa yang akan disampaikan oleh klien, dalam hal ini, konselor bersedia mendengarkan juga perasaan-perasaan yang dialami oleh klien. Akhirnya, Seorang konselor Pastoral harus memiliki kerinduan untuk serius menolong konselinya dan bersedia untuk mengorbankan kepentingan dalam diri seorang konselor pastoral, karena *listening* bukan sekedar teknik yang wajib dipelajari konselor (Susabda, 2012).

Ketiga, Pelayanan komunitas (*community care*). Manusia pada umumnya menghabiskan hidupnya di dalam sebuah komunitas, baik dalam komunitas yang kecil maupun dalam komunitas yang besar. Hal itu menunjukkan bahwa komunitas merupakan sarana yang penting dalam hidup seseorang. Mengingat bahwa manusia juga merupakan makhluk sosial dan membutuhkan komunikasi dan interaksi dengan orang lain, komunitas telah memenuhi kebutuhan aspek sosial manusia (Budiman Sabda, 2021). Selain itu, Hermawan dalam (Fauziah et al., 2014), mengatakan bahwa komunitas adalah sekelompok orang yang saling peduli satu dengan yang lain melebihi dari pada yang seharusnya, yang mana di dalam komunitas itu terjalin suatu relasi yang sangat erat antar anggota komunitas yang disebabkan adanya kesamaan kepentingan dan nilai-nilai. Dalam pastoral konseling, bentuk pendampingan

pelayanan pastoral dalam kehidupan komunitas Kristen adalah pelayanan diakonia yang sebagai upaya pemberian bantuan kepada sesama yang membutuhkan menjadi wahana olah batin meneruskan kemurnian pelayanan Tuhan Yesus kepada dunia. Tujuan dari pendampingan ini adalah untuk mengaktualisasikan kasih Allah dalam kehidupan komunitas beriman (Wijayatsih, 2012).

Selain itu, pendampingan pastoral juga dilihat sebagai bagian dari tanggung jawab komunitas gereja secara menyeluruh. Maka, ada kebutuhan untuk mengorganisasi komunitas gereja menjadi komunitas yang peduli (*community care*) dan yang memulihkan (*healing community*) sehingga gereja dapat mengembangkan pelayanan pastoral berbasis komunitas untuk menyikapi berbagai masalah kemanusiaan yang terjadi di lingkungannya (Messakh, 2018). Ronald Edwin Hughes dalam (Apriano, 2018) mengemukakan tentang model pelayanan pastoral berbasis C.A.R.E yang dimaknai sebagai pelayanan. Pemikirannya menjadi menarik ketika ia memaknai *care* sebagai akronim.

Menurutnya, akronim dari *care* adalah (*C*)ounsel, (*A*)ffirm, (*R*)esource, (*E*)quip. Ia menjelaskan bahwa, pelayanan pastoral *care* ini melibatkan peran jemaat, gembala, dan pelayan tahtaban. Komunitas ini melakukan pelayanan kepada orang-orang yang mengalami pergumulan hidup, seperti krisis identitas, krisis kerohanian, dan berbagai macam persoalan hidup lainnya, dengan pelayanan mendoakan, menasehati, pendampingan, mendengarkan, dan pelayanan diakonia. Dapat disimpulkan bahwa, *Pastoral care*, adalah sikap kepedulian terhadap sesama manusia untuk saling mendukung, menguatkan, dan membalut luka orang-orang yang mengalami persoalan hidup, tentunya harus mengenakan kasih Allah dalam mendampingi orang-orang tersebut.

## SIMPULAN

Berdasarkan uraian yang telah disajikan, maka kesimpulan yang dapat ditarik adalah, konseling pastoral memiliki peran yang penting dalam membantu lansia mengatasi perasaan kesepian atau loneliness. Dalam hal ini, pendekatan pastoral mendorong hubungan yang empati dan mendalam antara konselor pastoral dengan lansia, selanjutnya memerhatikan aspek kerohanian dan religiusitas lansia. Melalui pendekatan ini, lansia dapat merasa didukung, dipahami, dan diberi ruang untuk mengekspresikan perasaan mereka secara bebas. Hal ini memberikan kesempatan bagi mereka untuk menemukan makna baru dalam kehidupan mereka, memperkuat hubungan dengan Tuhan, dan merasa lebih terhubung dengan komunitas *care*. Dengan demikian, pendekatan konseling pastoral tidak hanya membantu mengatasi

kesepian, tetapi juga mempromosikan kebahagiaan lansia dalam aspek spiritual, emosional, dan sosial. Akhirnya, tidak lupa peran Roh Kudus didalam proses pemulihan dengan memakai Konselor Pastoral sebagai alat Tuhan untuk membalut luka lansia yang kesepian.

## DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, A. D. (2013). Kesepian Dan Isolasi Sosial Yang Dialami Lanjut Usia: Tinjauan Dari Perspektif Sosiologis. *Sosio Informa*, 18(3). <https://doi.org/10.33007/Inf.V18i3.56>
- Aminah, S. (2018). Pentingnya Mengembangkan Keterampilan Mendengarkan Efektif Dalam Konseling. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 4, 108–114. <https://doi.org/10.29210/120182203>
- Anderson, N. T. (2016). Menjadi Gereja Pembuat Murid: Metode Yang Terbukti Menumbuhkan Orang-Orang Kristen Yang Dewasa Rohani. *Katalis Media & Literature - Yayasan Gloria*. Files/1044/Anderson - 2016 - Menjadi Gereja Pembuat Murid Metode Yang Terbukti.Pdf
- Apriano, A. (2018). Pelayanan Bersama Komunitas Sebagai Model Pelayanan Pastoral Berbasis Paradigma Komunal-Kontekstual Dalam Teologi Pastoral. *Kurios (Jurnal Teologi Dan Pendidikan Agama Kristen)*, 4(2), 92–106. <https://doi.org/10.30995/Kur.V4i2.78>
- Brek, Y., & Waluyo, C. L. H. (2022). Konseling Pastoral Sebagai Kebutuhan Pendampingan Bagi Orang Tua Usia Lanjut. *Poimen Jurnal Pastoral Konseling*, 3(1), 16–36. <https://doi.org/10.51667/Pjpk.V3i1.938>
- Budiman Sabda, S. Susanto. (2021). Strategi Pelayanan Pastoral Di Masa Pandemi Covid-19 Menuju Pertumbuhan Gereja Yang Sehat. *Pneumatikos: Jurnal Teologi Kependetaan*, 11(2), 95–104. <https://stapin.ac.id/e-journal/index.php/pneumatikos/article/view/35>
- Cacioppo, J. T., & Patrick, W. (2008). *Loneliness: Human Nature And The Need For Social Connection*. W. W. Norton & Company. <https://books.google.co.id/books?id=W8pwz2agi4mc>
- Di, S., Ngudirejo, D., Diwek, K., Jombang, K., Yuswatiningsih, E., & Suhariati, H. I. (2021). Hubungan Tingkat Pendidikan Dengan Kemandirian Lansia Dalam Memenuhi Kebutuhan Sehari Hari. *Hospital Majapahit (Jurnal Ilmiah Kesehatan Politeknik Kesehatan Majapahit Mojokerto)*, 13(1), 61–70. <https://doi.org/10.5281/zenodo.4558447>
- Dittes, J. E. (1999). *Pastoral Counseling: The Basics*. Westminster John Knox Press. <https://books.google.co.id/books?id=A7ytlx3dz8c>
- Dores Simamora. (2021, November 11). Peranan Konseling Pastoral Kepada Lansia Dalam Menghadapi Masa Tua (Yes.46:4). *Kompasiana*. <https://www.kompasiana.com/andidoressimamora/618c6975ffe7b56552589282/Peranan-Konseling-Pastoral-Kepada-Lansia-Dalam-Menghadapi-Masa-Tua-Yes-46-4>
- Ellison, C. W. (1983). Spiritual Well-Being: Conceptualization And Measurement. *Journal Of Psychology And Theology*, 11(4), 330–340. <https://doi.org/10.1177/009164718301100406>
- Fauziah, M. R. N., Damayani, N. A., & Rohman, A. S. (2014). Perilaku Knowledge Sharing Multi Bahasa Pada Komunitas Fakta Bahasa. *Jurnal Kajian Informasi & Perpustakaan*, 2(2), 87–102. <https://doi.org/10.24198/Jkip.V2i2.11643>

- Fitriana, E., Sari, R. P., & Wibisono, H. A. Y. G. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kesepian Pada Lansia. *Nusantara Hasana Journal*, 1(5), 97–104. <https://Nusantarahasanajournal.Com/Index.Php/Nhj/Article/View/144>
- Gary R, C. (2007). *Konseling Kristen Yang Efektif*. Literatur Saat.
- Harming, H., & Silitonga, A. R. (2021). Strategi Pemecahan Masalah Neurosis Depressif Dalam Pelayanan Pastoral Kontekstual. *Shalom: Jurnal Teologi Kristen*, 1(1), 43–52. <https://Doi.Org/10.56191/Shalom.V1i1.3>
- Hermawati, N., & Hidayat, I. N. (2019). Loneliness Pada Individu Lanjut Usia Berdasarkan Peran Religiusitas. *Psikis : Jurnal Psikologi Islami*, 5(2), 155–166. <https://Doi.Org/10.19109/Psikis.V5i2.2639>
- Ikasi, A.-, Jumaini, - -, & Hasanah, O.-. (2014). Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Kesepian (Loneliness) Pada Lansia. *Jurnal Online Mahasiswa (Jom) Bidang Ilmu Keperawatan*, 1(2), 1–7. <https://Jom.Unri.Ac.Id/Index.Php/Jompsik/Article/View/3376>
- Julianto Simajuntak. (2019). *Perlengkapan Seorang Konselor : Panduan Lengkap Belajar Konseling*. Yayasan Pelikan. <https://Batupusaka.Bantenprov.Go.Id/Koleksi/Monograf/Konseling/Mtixmtqx-Perlengkapan-Seorang-Konselor-Panduan-Lengkap-Belajar-Konseling-Julianto-Simanjuntak?Perpus=Ahr0chm6ly9hzglpbi1pbmxc2xpdgutdgfuz2vyyw5na2filnblcnb1c25hcy5nby5pzc9pbmxc2xpdguzlw>
- Kaharuddin, K. (2021). Kualitatif: Ciri Dan Karakter Sebagai Metodologi. *Equilibrium: Jurnal Pendidikan*, 9(1), 1–8.
- Kurtubi, D. A. (2022, June 21). Lanjut Usia (Lansia) Sehat Indonesia Kuat. [Dinsos.Riau.Go.Id](https://Dinsos.Riau.Go.Id). [https://Dinsos.Riau.Go.Id/Web/Index.Php?Option=Com\\_Content&View=Article&Id=738:Lanjut-Usia-Lansia-Sehat-Indonesia-Kuat&Catid=17:Rpjmd&Itemid=117](https://Dinsos.Riau.Go.Id/Web/Index.Php?Option=Com_Content&View=Article&Id=738:Lanjut-Usia-Lansia-Sehat-Indonesia-Kuat&Catid=17:Rpjmd&Itemid=117)
- Lee, C. M. (2017). Pastoral Counseling For Elders: A Ministry Of Presence. *Journal Of Pastoral Care & Counseling*, 73(3), 190–196. <https://Doi.Org/10.1177/1542305017726449>
- Luhmann, M., & Hawkey, L. C. (2016). Age Differences In Loneliness From Late Adolescence To Oldest Old Age. *Developmental Psychology*, 52(6), 943–959. <https://Doi.Org/10.1037/Dev0000117>
- Maulida, S. R., & Dhania, D. R. (2012). Kesepian Pada Lanjut Usia: Studi Tentang Bentuk, Faktor Pencetus Dan Strategi Koping. *Jurnal Psikologi*, 11(2), 9. <https://Doi.Org/10.14710/Jpu.11.2.9>
- Mcminn, M. R. (2012). *Psychology, Theology, And Spirituality In Christian Counseling*. Tyndale House Publishers, Inc. [https://Books.Google.Co.Id/Books?Id=Lnt\\_Qsrkqggc](https://Books.Google.Co.Id/Books?Id=Lnt_Qsrkqggc)
- Messakh, B. J. T. (2018). Menuju Pelayanan Pastoral Yang Relevan Dan Kontekstual. *Theologia In Loco*, 1(1), 1. <https://Doi.Org/10.55935/Thilo.V1i1.10>
- Nainupu, M., & Th, M. (2016). *Peduli Terhadap Sesama Melalui Konseling Pastoral*. Media Nusa Creative (Mnc Publishing).
- Oates, W. E. (1974). *Pastoral Counseling*. Westminster Press. <https://Books.Google.Co.Id/Books?Id=4ppqaaaamaaj>
- Pandji, D. (2013). *Menembus Dunia Lansia*. Elex Media Komputindo. <https://Books.Google.Co.Id/Books?Id=Unpmdwaaqbaj>
- Pepe, C. K., Krisnani, H., A., D. H. S., & S., M. B. (2017). Dukungan Sosial Keluarga Dalam Memenuhi Kebutuhan Sosial Lansia Di Panti. *Share : Social Work Journal*, 7(1), 33. <https://Doi.Org/10.24198/Share.V7i1.13809>
- Pribadi, A. (2015). Pelatihan Aerobik Untuk Kebugaran Paru Jantung Bagi Lansia. *Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi)*, 11(2). <https://Doi.Org/10.21831/Jorpres.V11i2.5729>

- Rambu Riada, M. (2023). Pengaruh Dukungan Sosial Terhadap Psychological Well-Being Mahasiswa Perantau Di Masa Pandemi Covid-19 | Jiip - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan. *Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 6(5). <https://doi.org/10.54371/jiip.v6i5.2014>
- Risma, S. (2021). Pendampingan Pastoral Terhadap Orang Yang Berduka Karena Kehilangan Bapak Akibat Kecelakaan. *Jurnal Diakonia*, 1(2), 95–107. <https://doi.org/10.55199/jd.v1i2.39>
- Rizaty, M. A. (2024, January 2). Data Persentase Penduduk Lanjut Usia Di Indonesia Pada 2023. *DataIndonesia.Id*. <https://dataindonesia.id/varia/detail/data-persentase-penduduk-lanjut-usia-di-indonesia-pada-2023>
- Ronda, Dr. D. (2015). Pengantar Konseling Pastoral: Teori Dan Kasus Praktis Dalam Jemaat. *Kalam Hidup*. [//library.unai.edu%2findex.php%3fp%3dshow\\_detail%26id%3d702](http://library.unai.edu%2findex.php%3fp%3dshow_detail%26id%3d702)
- Russell, D. W. (1996). Ucla Loneliness Scale (Version 3): Reliability, Validity, And Factor Structure. *Journal Of Personality Assessment*, 66(1), 20–40. [https://doi.org/10.1207/S15327752jpa6601\\_2](https://doi.org/10.1207/S15327752jpa6601_2)
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2022). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions*. John Wiley & Sons. <https://books.google.co.id/books?id=Qtxseaaaqbaj>
- Septiningsih, D. S., & Na'imah, T. (2012). Kesepian Pada Lanjut Usia: Studi Tentang Bentuk, Faktor Pencetus Dan Strategi Koping. *Jurnal Psikologi*, 11(2), 9. <https://ejournal.undip.ac.id/index.php/psikologi/article/view/6697>
- Sianipar, F. (2019). Strategi Pelayanan Pastoral Konseling Sebagai Upaya Meningkatkan Antusiasme Jemaat Dalam Beribadah. *Missio Ecclesiae*, 8(2), 137–154. <https://doi.org/10.52157/me.v8i2.101>
- Sihombing, O. O., Sumual, I. S., Edu, F., Timadius, H., & Lumintang, O. (2019). Pelayanan Pastoral Bagi Lanjut Usia Yang Stress Di Panti Werdha Wisma Mulia Jakarta Barat. *Matheo : Jurnal Teologi/Kependetaan*, 9(2), 42–54. <https://doi.org/10.47562/matheo.v9i2.186>
- Sintawati, S. (2019). Dukungan Sosial, Harga Diri Dan Iklim Sekolah Pada Psychological Well-Being Siswa Kelas Xi Di Jakarta. *Journal Contyguity*, 15(1), 1–9.
- Susabda, Y. (2012). *Pastoral Konseling Jilid 1*. Gandum Mas. [//library.unai.edu%2findex.php%3fp%3dshow\\_detail%26id%3d2293](http://library.unai.edu%2findex.php%3fp%3dshow_detail%26id%3d2293)
- Susanty, S., Chung, M.-H., Chiu, H.-Y., Chi, M.-J., Hu, S. H., Kuo, C.-L., & Chuang, Y.-H. (2022). Prevalence Of Loneliness And Associated Factors Among Community-Dwelling Older Adults In Indonesia: A Cross-Sectional Study. *International Journal Of Environmental Research And Public Health*, 19(8), 4911. <https://doi.org/10.3390/ijerph19084911>
- Tamera, D., Monica, G., Siburian, J., Berutu, K. N., & Samaloisa, R. (2023). Pastoral Konseling Dalam Mengatasi Malas Belajar Terhadap Mahasiswa. *Mawar Saron: Jurnal Pendidikan Kristen Dan Gereja*, 6(2), 156–176. <https://ojs.sttmsl.ac.id/index.php/jurung/article/view/62>
- Tulus Tu'u. (2007). *Dasar-Dasar Konseling Pastoral*. In Pbmr Andi. [https://www.google.co.id/books/edition/Dasar\\_Dasar\\_Konseling\\_Pastoral/Bii5eaaaqbaj?hl=id&gbpv=1&dq=Tu.U+Konseling&pg=pr1&printsec=frontcover](https://www.google.co.id/books/edition/Dasar_Dasar_Konseling_Pastoral/Bii5eaaaqbaj?hl=id&gbpv=1&dq=Tu.U+Konseling&pg=pr1&printsec=frontcover)
- Weiss, R. (1975). *Loneliness: The Experience Of Emotional And Social Isolation*. Mit Press. <https://books.google.co.id/books?id=W9neaaaqbaj>
- Wijayatsih, H. (2012). Pendampingan Dan Konseling Pastoral. *Gema Teologi*, 35(1/2). <http://222.124.22.21/journal-theo/index.php/gema/article/view/122>
- Wiryasaputra, T. S. (2019). *Konseling Pastoral Di Era Milenial (1st Ed.)*. Seven Book. [Sevenbooks.Publisher@gmail.com](mailto:Sevenbooks.Publisher@gmail.com)

- Yurni, Y. (2017). Perasaan Kesepian Dan Self-Esteem Pada Mahasiswa. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 15(4), 123–128. <https://doi.org/10.33087/Jiubj.V15i4.134>
- Zaluchu, S. E. (2021). Metode Penelitian Di Dalam Manuskrip Jurnal Ilmiah Keagamaan. *Jtbh*, 3(2), 249–266. <https://doi.org/10.38189/Jtbh.V3i2.93>