

## PENUTUP

### A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian yang penulis dapat bahwa pengalaman dan pergumulan korban bencana di GKS Jemaat Lambanapu memberikan pengaruh yang besar bagi kehidupan mereka pasca bencana. Dampak-dampak yang dirasakan pada umumnya memberikan pengaruh bagi masyarakat. GKS dalam menjalankan pelayanannya terus bergumul untuk menjawab persoalan-persoalan dalam jemaat, termasuk pendampingan pastoral bagi korban bencana siklon seroja pada beberapa wilayah yang paling terdampak bencana di GKS Jemaat Lambanapu. Berbagai pendekatan pastoral mesti gereja lakukan secara tepat, agar dapat menjawab kebutuhan dasar dari masyarakat yang adalah bagian dari korban bencana.

Realita yang terlihat pasca badai siklon seroja menunjukkan bahwa bencana siklon tropis seroja meninggalkan trauma yang mendalam dan tertinggal pada diri korban bencana di GKS Lambanapu. Oleh karena itu, penulis hendak menawarkan *Cognitive Behavior Teraphy* sebagai upaya pendekatakan bagi korban bencana. Bagi penulis, Teori *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) memiliki relevansi yang signifikan dalam upaya membantu korban bencana yang mengalami trauma. Dalam situasi pasca bencana, individu yang terkena dampak seringkali mengalami berbagai *negative thought* (pemikiran negatif) dan *cognitive distortion* (distorsi kognitif) yang dapat memperburuk kondisi psikologis mereka. Sehingga, *Cognitive Behavior Therapy* dapat membantu individu mengidentifikasi pemikiran negatif yang muncul sebagai hasil dari pengalaman traumatis bencana. Melalui proses

terapi, korban dapat memahami dan menggantikan pemikiran negatif tersebut dengan pola pikir yang lebih positif dan adaptif.

Kehadiran GKS Jemaat Lambanapu tentunya tidak hanya terbatas pada dukungan materi, tetapi juga perlu melibatkan pendampingan emosional dan spiritual. Komunitas ini hadir sebagai teman seperjalanan yang dapat mendukung satu sama lain dalam mengatasi penderitaan dan tantangan yang dihadapi oleh anggota jemaat, termasuk penanganan trauma pasca bencana. GKS Jemaat Lambanapu pada masa sekarang ingin memakanai keberadaanya ditengah-tengah persekutuan orang percaya, sebagai “*Cure Of Souls*” dengan berdasar pada teladan Allah yang menjumpai keadaan manusia ciptaan-Nya.

## **B. Usul dan Saran**

### 1. Bagi anggota Jemaat GKS Lambanapu

- Anggota jemaat perlu menyadari pentingnya penanganan trauma dalam pemulihan bagi pribadi mereka. Menghadapi dampak psikologis akibat bencana siklon tropis Seroja, seharusnya mendorong mereka untuk membuka diri terhadap pelayanan pendampingan pastoral. Membuka diri terhadap pelayanan pendampingan pastoral merupakan langkah proaktif yang dapat membantu mereka mengatasi luka batin dan trauma yang muncul secara terus menerus. Kesadaran akan pentingnya dukungan ini dapat menjadi pijakan untuk memotivasi anggota jemaat agar lebih terbuka terhadap proses pemulihan melalui pendampingan pastoral yang dilakukan gereja.
- Bersikap terbuka kepada orang-orang terdekat, berkaitan dengan pergumulan psikologis yang telah dilewati, sehingga tidak merasa sendirian

dalam menyelesaikan masalah trauma atau luka batin. Dalam kesadaran yang sama setiap orang membutuhkan pertolongan, merasa saling ingin menolong antara satu dengan lainnya dalam kehidupan di suatu komunitas atau tempat.

- Penting bagi anggota jemaat untuk mengembangkan kemampuan dalam mengelola emosi negatif yang mungkin muncul akibat dampak trauma bencana. Dengan memiliki keterampilan ini, jemaat dapat lebih efektif mengatasi trauma atau luka batin yang mereka alami. Dengan memahami dan mengelola emosi negatif secara sehat, anggota jemaat dapat merespons lebih baik dampak trauma dan membangun ketahanan psikologis yang lebih kuat.

## 2. Bagi GKS Jemaat Lambanapu

- Bagi penulis juga, Gereja perlu beradaptasi dengan perubahan kebutuhan dan kondisi dari jemaat yang membutuhkan pendampingan pastoral. Pendampingan pastoral yang utuh memerlukan kehadiran fisik dan bantuan praktis, terutama jika bencana terjadi di lokasi yang sulit diakses atau terpencil, dapat menjadi kendala dalam memberikan pendampingan secara efektif. Untuk itu, gereja bisa melakukan pelayanan pendampingan secara berkala untuk memastikan kebutuhan mendasar dari jemaat yang membutuhkan pendampingan pastoral, dengan mengembangkan pelayanan pastoral yang kreatif.
- Gereja dapat memperkuat pemahaman dan penerimaan terhadap upaya pendampingan pastoral, sebagai langkah konkrit dalam mengatasi luka batin dan trauma. Dengan memberikan informasi yang tepat dan membuka ruang

untuk dialog bersama mereka, gereja dapat mendukung anggota jemaat dalam merespons dan mengelola emosi mereka dengan memakai pendekatan *Cognitive Behavioral Therapy*.

- Korban bencana di GKS Jemaat Lambanapu memiliki kebutuhan yang beragam, termasuk kebutuhan fisik, psikologis, dan ekonomi, aspek ini bisa menjadi tantangan, terutama jika GKS Jemaat Lambanapu tidak memiliki berbagai sumber daya dan keahlian dalam memberi pelayanan bagi jemaat. Alasan lain GKS Jemaat Lamabanapu belum mampu secara maksimal dalam menjalani fungsi pendampingan pastoral adalah kesadaran dari jemaat yang terdampak bencana yang tidak menyadari bahwa gereja dapat memberikan pendampingan pastoral. Maka, GKS Jemaat Lambanapu harus menyuarakan bahwa pendampingan pastoral menjadi bagian dari peran gereja untuk menolong umat yang berada dalam persoalan-persoalan tertentu, seperti melalui sosialisasi.