

## Mengawali Rekonsiliasi Secara Menyeluruh Dalam Kasus Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT)

<sup>1</sup>Iswanda Alfilia Prong, <sup>2</sup>Hendry Corneles Mamengko Runtuwene

<sup>1,2</sup>Fakultas Teologi Universitas Kristen Indonesia Tomohon  
Email Korespondensi: iswandaalfiliaprong@gmail.com

**Abstract:** Domestic violence, especially that experienced by children from an early age, leaves serious and lasting psychological, emotional, and spiritual impacts. This article discusses how the process of forgiveness and reconciliation can be a means of healing for victims of domestic violence, without neglecting justice and proper protection. The primary approach uses a psychospiritual perspective based on the REACH Forgiveness model developed by Everett L. Worthington Jr. Through forgiveness, victims are encouraged to free themselves from the shackles of revenge and emotional wounds. Reconciliation is understood not as an obligation to return to the perpetrator, but rather as a restoration of inner peace to the victim. The implications of this study emphasize the importance of distinguishing forgiveness and reconciliation as two distinct processes, as well as the need for a holistic and contextual approach in assisting victims of domestic violence. In the light of Christian faith, forgiveness is a form of spiritual maturity and the first step toward complete recovery, while reconciliation is only possible if justice, security, and repentance of the perpetrator have been fulfilled.

**Keywords:** Children, Faith, Domestic Violence, Forgiveness, Psychospiritual, Reconciliation

**Abstrak:** Kekerasan Dalam Rumah Tangga, terutama yang dialami oleh anak sejak usia dini, meninggalkan dampak yang serius dan berkepanjangan secara psikologis, dan spiritual. Artikel ini membahas bagaimana proses pengampunan dan rekonsiliasi dapat menjadi sarana pemulihan bagi korban KDRT, tanpa mengabaikan keadilan dan perlindungan yang layak. Pendekatan utama menggunakan perspektif psikospiritual berdasarkan model REACH Forgiveness yang dikembangkan oleh Everett L. Worthington Jr. Melalui pengampunan, korban diajak melepaskan diri dari belenggu dendam dan luka batin, sedangkan rekonsiliasi dipahami bukan sebagai keharusan untuk kembali kepada pelaku, melainkan sebagai pemulihan damai dalam batin korban. Implikasi dari kajian ini menekankan pentingnya pemisahan antara pengampunan dan rekonsiliasi sebagai dua proses yang berbeda, serta perlunya pendekatan yang holistik dan kontekstual dalam pendampingan korban KDRT. Dalam terang iman Kristen, pengampunan menjadi bentuk kedewasaan rohani dan langkah awal menuju pemulihan total, sedangkan rekonsiliasi hanya mungkin terjadi apabila keadilan, keamanan, dan pertobatan pelaku telah terpenuhi.

**Kata Kunci:** Anak, Iman, KDRT, Pengampunan, Psikospiritual, Rekonsiliasi

Article History

Submitted: 08 April 2025

Revised: 11 Juli 2025

Accepted: 31 Juli 2025

### PENDAHULUAN

Setiap bentuk kekerasan pada dasarnya adalah penyangkalan terhadap martabat manusia. Tutu menegaskan bahwa manusia diciptakan dengan nilai yang melekat dan tidak dapat dikurangi oleh siapa pun. (Tutu et al., 2014) Oleh karena itu, KDRT bukan sekadar persoalan konflik pribadi atau kegagalan komunikasi dalam keluarga, melainkan pelanggaran etis yang merusak kemanusiaan korban. Luka

yang ditimbulkan tidak hanya tampak secara fisik, tetapi juga menyentuh dimensi terdalam jiwa, seperti hilangnya rasa aman, hancurnya kepercayaan, dan trauma yang dapat bertahan dalam jangka panjang. Menurut Tutu, pengampunan sejati tidak pernah berarti menyangkal kejahatan atau meniadakan penderitaan korban. Pengampunan justru menuntut pengakuan atas kebenaran, keberanian untuk menamai kekerasan sebagai kejahatan, serta tanggung jawab moral dari pelaku. (Tutu et al., 2014) Dalam kerangka ini, menuntut korban KDRT untuk segera mengampuni tanpa perlindungan, keadilan, dan pemulihan adalah bentuk kekerasan baru yang bersifat spiritual dan psikologis. Hal tersebut tidak membebaskan, melainkan semakin membungkam dan melanggengkan siklus kekerasan.

Carole menekankan bahwa dampak kekerasan terhadap anak sangat kuat pada dimensi emosional dan relasional. Anak yang tumbuh dalam kekerasan cenderung mengalami gangguan regulasi emosi, seperti mudah marah, menarik diri, merasa tidak berharga, atau sulit mempercayai orang lain. Pengalaman ini membentuk pola relasi yang tidak sehat, karena anak belajar bahwa kekerasan merupakan bagian normal dari hubungan. Dalam jangka panjang, pola tersebut berisiko terbawa hingga masa dewasa dalam bentuk kesulitan membangun relasi intim yang aman dan sehat. (Carole, 2010) Ini menunjukkan bahwa pengalaman kekerasan di masa kanak-kanak memiliki korelasi kuat dengan meningkatnya risiko gangguan kesehatan mental di masa dewasa, seperti depresi, kecemasan, dan trauma berkepanjangan. Luka psikologis yang tidak tertangani dapat muncul kembali dalam bentuk perasaan takut, rasa bersalah, rendah diri, dan kesulitan menghadapi tekanan hidup. Dengan demikian, kekerasan terhadap anak tidak dapat dipahami hanya sebagai masalah masa lalu, melainkan sebagai persoalan perkembangan jangka panjang yang memengaruhi kualitas hidup seseorang secara keseluruhan.

Sejalan dengan itu, dijelaskan bahwa kekerasan dalam rumah tangga merupakan bentuk dosa terhadap sesama karena melanggar perintah kasih yang menjadi inti ajaran Kristiani. KDRT terhadap anak sering kali tidak tampak secara kasat mata karena bersifat emosional atau dilakukan secara tersembunyi, dan diperparah oleh budaya diam dalam keluarga maupun dalam pergaulan. Tidak sedikit anak yang tumbuh dalam ketakutan dan merasa bahwa kekerasan yang mereka alami adalah bagian normal dari “disiplin” atau “didikan.” (Carole, 2010) Padahal, seperti yang ditegaskan Carole, kekerasan terhadap anak dalam keluarga merusak dasar-dasar kepercayaan, harga diri, dan kapasitas anak untuk membangun hubungan yang sehat di masa depan. Carole menegaskan bahwa salah satu

dampak paling berbahaya dari KDRT terhadap anak adalah proses normalisasi kekerasan. Anak-anak yang terus-menerus mengalami perlakuan kasar, ancaman, atau pengabaian emosional cenderung memaknai kekerasan sebagai bagian wajar dari “disiplin” atau “didikan.” Dalam kondisi ini, anak kehilangan kemampuan untuk membedakan antara pengasuhan yang sehat dan perlakuan yang merusak. Kekerasan tidak lagi dipandang sebagai pelanggaran terhadap diri mereka, melainkan sebagai konsekuensi yang pantas diterima, sehingga anak tumbuh dengan rasa bersalah dan penerimaan pasif terhadap penderitaan. Lebih jauh, Carole menekankan bahwa KDRT terhadap anak secara langsung merusak dasar-dasar kepercayaan (*basic trust*) yang seharusnya dibangun sejak dini dalam relasi keluarga. Ketika figur orang tua atau pengasuh yang seharusnya menjadi sumber perlindungan justru menjadi pelaku kekerasan, anak mengalami kebingungan emosional dan kehilangan rasa aman. Kondisi ini berdampak serius pada pembentukan harga diri, karena anak belajar melihat dirinya sebagai pribadi yang tidak berharga, tidak layak dicintai, atau hanya diterima jika patuh dalam ketakutan.

Ketika kekerasan fisik, ancaman verbal, atau pengabaian emosional dialami secara berulang dan sistematis, anak tidak lagi memaknainya sebagai tindakan yang salah atau menyimpang, melainkan sebagai bagian yang “wajar” dari proses disiplin dan pendidikan. Dalam konteks ini, kekerasan tidak hanya melukai tubuh dan perasaan anak, tetapi juga membentuk kerangka berpikir yang keliru tentang relasi kuasa, kasih, dan otoritas. Anak kehilangan kapasitas kritis untuk membedakan antara pengasuhan yang mendidik dan praktik dominasi yang merusak, sehingga batas antara kasih dan kekerasan menjadi kabur. Bounds menegaskan bahwa kekerasan dalam relasi keluarga bukan sekadar kegagalan moral personal, tetapi merupakan pelanggaran serius terhadap kekudusan pernikahan sebagai panggilan hidup Kristiani. (M, n.d.) Pernikahan tidak dimaksudkan sebagai ruang legitimasi dominasi, melainkan sebagai persekutuan kasih yang merefleksikan kasih Kristus yang rela berkorban dan memelihara kehidupan.

Rekonsiliasi adalah inti dari misi Kristen yang menggabungkan keadilan dan perdamaian dalam terang salib Kristus. Mereka menegaskan bahwa rekonsiliasi bukan sekadar penyelesaian konflik, tetapi adalah perjalanan mendalam menuju pemulihan relasi yang rusak akibat dosa, baik pada level pribadi, komunitas, maupun struktural. (Emmanuel & Chris, 2008). Emmanuel menegaskan bahwa rekonsiliasi selalu melibatkan pengakuan terhadap realitas dosa dan luka yang ditimbulkannya. Oleh karena itu, rekonsiliasi Kristen menuntut keberanian untuk menghadapi

kebenaran, termasuk mengakui ketidakadilan, kekerasan, dan penindasan yang terjadi dalam relasi personal maupun struktural. Tanpa pengungkapan kebenaran dan keadilan yang nyata, perdamaian yang dihasilkan hanya bersifat semu dan rapuh. Dalam terang salib, keadilan bukanlah balas dendam, melainkan pemulihan martabat dan pemutusan siklus kekerasan. Emmanuel memandang rekonsiliasi sebagai sebuah perjalanan yang berkelanjutan, bukan peristiwa instan. Proses ini mencakup dimensi pribadi, komunitas, dan struktural. Pada tingkat pribadi, rekonsiliasi menuntut pertobatan, pengampunan, dan pembaruan relasi. Pada tingkat komunitas, rekonsiliasi memanggil umat untuk membangun kembali kepercayaan, solidaritas, dan hidup bersama yang adil. Sementara itu, pada tingkat struktural, rekonsiliasi mengharuskan transformasi sistem sosial, politik, dan budaya yang melanggengkan ketidakadilan dan kekerasan. Dalam konteks masyarakat yang terpecah akibat konflik atau pelanggaran Hak Asasi Manusia, rekonsiliasi menjadi panggilan profetik yang memerlukan keberanian moral, kejujuran sejarah, dan kesediaan untuk menyembuhkan luka masa lalu.

Rekonsiliasi adalah proses pembaruan relasi yang melibatkan keadilan, pengampunan, dan pemulihan martabat. Ini menekankan bahwa rekonsiliasi bukan semata-mata proses spiritual, tetapi tindakan politik dan sosial yang berakar pada iman dan kasih Allah. De Gruchy menyatakan bahwa tidak ada rekonsiliasi tanpa keadilan, dan rekonsiliasi bukan berarti menghapus masa lalu, tetapi menghadapinya dengan kebenaran dan kasih. (Gruchy de.W. John, 2002) Ini menegaskan bahwa “tidak ada rekonsiliasi tanpa keadilan,” sebuah prinsip yang menolak pandangan rekonsiliasi sebagai sekadar ajakan untuk berdamai tanpa perubahan nyata. Rekonsiliasi yang mengabaikan keadilan hanya menghasilkan perdamaian semu yang menutupi luka dan mempertahankan ketimpangan. Dalam perspektif ini, keadilan dipahami bukan sebagai pembalasan, melainkan sebagai pemulihan martabat korban, pengakuan kesalahan, dan pertanggungjawaban moral pelaku. Tanpa proses keadilan yang jujur dan berpihak pada korban, rekonsiliasi justru berpotensi menjadi alat pembungkaman dan legitimasi ketidakadilan.

Penelitian ini menghadirkan kebaruan tentang adanya bagaimana menerapkan konsep *REACH* disituasi kasus kekerasan dengan adanya trauma yang menekankan pemulihan. Disini juga memahami secara menyeluruh konsep rekonsiliasi dalam terang Iman Kristen, terutama ketika dihadapkan pada konteks relasi yang sangat kompleks dan penuh luka seperti dalam kasus Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT). Penelitian ini ingin mengeksplorasi bagaimana ajaran iman

Kristen tentang pengampunan, pemulihan, dan kasih dapat diterapkan secara realistis dan bertanggung jawab dalam situasi relasi yang tidak setara, penuh trauma, dan seringkali berulang dalam pola kekerasan. Lebih dari sekadar menjelaskan makna rekonsiliasi, penelitian ini bertujuan untuk memperlihatkan bahwa rekonsiliasi sejati tidak mungkin tercapai tanpa terlebih dahulu adanya keadilan, pengakuan akan luka, pertobatan dari pihak pelaku, serta pemulihan martabat dari pihak korban. Dalam hal ini, rekonsiliasi dipahami bukan sebagai kewajiban spiritual yang harus segera dicapai setelah terjadi konflik, melainkan sebagai proses yang perlu waktu, kejujuran, dan struktur pendukung yang aman dan sehat baik secara emosional, spiritual, maupun sosial.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis studi kasus intrinsik untuk mengkaji secara mendalam pengalaman seorang anak (yang kini telah dewasa) yang menjadi korban kekerasan dalam rumah tangga sejak masa kanak-kanak, dan proses pengampunannya berdasarkan pendekatan *REACH* pemikiran Everett L. Worthington Jr.(Jr.E, 2003) Pendekatan kualitatif dipilih karena memberikan keleluasaan bagi peneliti dalam menggali makna subjektif, dinamika batin, serta refleksi spiritual yang kompleks dari korban. Penelitian ini menempatkan korban sebagai subjek utama yang dipilih secara purposif berdasarkan kriteria tertentu, yaitu pernah mengalami KDRT secara berkelanjutan, sedang atau telah menjalani proses pengampunan, serta memiliki kesiapan dan kerelaan untuk membagikan pengalamannya secara reflektif. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam dengan subjek untuk memahami narasi traumatik, pergumulan emosional, dan proses batin yang dilaluinya dalam upaya mengampuni pelaku kekerasan. Selain itu, peneliti juga menggunakan teknik observasi dalam kegiatan keagamaan atau pemulihan spiritual tempat subjek terlibat, serta dokumentasi terhadap tulisan pribadi, dan refleksi iman korban.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

### **Uraian konsep *REACH* menurut Everett L. Worthington Jr.**

Pengampunan adalah proses yang sulit namun sangat penting dalam pemulihan diri manusia. Ia bukan hanya tentang memperbaiki hubungan yang rusak, tetapi terutama tentang menyembuhkan luka batin dan membebaskan diri dari emosi negatif seperti dendam, kebencian, dan kemarahan. (Jr.E, 2003) Dalam pengalaman

hidup yang penuh konflik dan ketidakadilan, pengampunan menjadi jalan menuju kedamaian batin dan keutuhan pribadi. Seperti ditegaskan Worthington, pengampunan menolong seseorang keluar dari belenggu luka masa lalu dan membuka ruang bagi harapan serta pemulihan relasi.

Model *REACH forgiveness* dari Worthington dapat dipahami sebagai pendekatan pengampunan yang realistis dan bertahap, karena menolong individu menghadapi luka secara jujur sekaligus mengolah respons emosionalnya. (Jr.E, 2003) Setiap tahap dirancang untuk mencegah pengampunan yang dangkal atau dipaksakan, dengan memberi ruang bagi pengakuan penderitaan, pengembangan empati tanpa membenarkan kesalahan, serta penguatan komitmen untuk mengampuni. Melalui proses ini, pengampunan dipahami bukan sebagai tindakan sesaat, melainkan sebagai perjalanan pemulihan yang berkelanjutan.

Pengampunan berperan penting dalam penyembuhan luka batin karena membantu seseorang melepaskan beban emosi negatif yang selama ini terpendam. Luka batin yang tidak diolah cenderung berkembang menjadi sumber penderitaan jangka panjang, seperti stres berkepanjangan, kecemasan, dan gangguan relasi sosial. (Jr.E, 2003) Menyimpan dendam dan kemarahan tidak berdampak pada pelaku, tetapi justru menguras energi emosional korban dan menghambat kesejahteraan psikologisnya. Melalui pengampunan, individu dapat mengurangi tekanan batin, memulihkan ketenangan diri, dan membangun kembali relasi sosial yang lebih sehat. Pengampunan dipahami sebagai ajaran Kristen yang memiliki kekuatan untuk menolong seseorang melepaskan diri dari beban luka batin, kemarahan, dan kepahitan akibat pengalaman hidup yang menyakitkan. (Katryn, Susanna, Shinta Permanasari, Ronaldo Yonathan, 2021) Melalui pengampunan, individu dibantu untuk membangun ketahanan diri, sehingga mampu bangkit, mengelola tekanan emosional, dan melanjutkan hidup secara lebih sehat tanpa terus terikat pada penderitaan masa lalu.

*Unforgiveness* merupakan kondisi psikologis yang berbahaya karena mempertahankan apa yang disebut sebagai *injustice gap*, yaitu jarak antara luka yang dialami dan rasa keadilan yang belum terpenuhi. (Jr.E, 2003) Selama kesenjangan ini dibiarkan, emosi negatif seperti marah, benci, dan kepahitan terus aktif dan menguras kesehatan mental. Dampaknya tidak hanya muncul dalam bentuk depresi, trauma, dan kerusakan relasi sosial, tetapi juga menjalar ke ranah fisik melalui peningkatan tekanan darah, risiko penyakit jantung, serta peradangan kronis.

Dengan demikian, *unforgiveness* bukan sekadar sikap batin, melainkan kondisi yang merusak kesejahteraan manusia secara menyeluruh.

### ***Pengampunan Membebaskan Jiwa***

Dengan mengampuni, seseorang melepaskan hak untuk membalas dan menyerahkan keadilan kepada Tuhan atau pihak berwenang. Ini bukan bentuk kepasrahan pasif, tetapi tindakan spiritual yang membebaskan seseorang dari belenggu emosi negatif. Worthington menekankan bahwa pengampunan bukanlah hadiah kepada pelaku.(Jr.E, 2003) Pengampunan membebaskan jiwa karena menolong seseorang melepaskan keterikatan pada kemarahan dan keinginan membalas yang menguras energi batin. Dengan menyerahkan keadilan kepada Tuhan atau pihak berwenang, pengampunan tidak berarti pasrah atau membenarkan kejahatan, melainkan memilih jalan pemulihan yang sehat. Seperti ditegaskan Worthington, pengampunan bukan keuntungan bagi pelaku, tetapi proses pembebasan bagi korban agar tidak terus terikat pada luka dan emosi negatif yang menghambat keutuhan diri.

Pengampunan dapat dimengerti sebagai suatu proses batin yang berlangsung secara bertahap, di mana seseorang secara sadar berupaya melepaskan diri dari keterikatan emosional yang muncul akibat pengalaman kekerasan.(Voiss, 2015) Proses ini menolong korban untuk tidak lagi dikendalikan oleh rasa marah, takut, atau luka batin yang terus mengikatnya pada pelaku. Dalam konteks Kekerasan Dalam Rumah Tangga, mengampuni tidak dimaksudkan sebagai usaha untuk memulihkan hubungan yang pernah melukai atau membahayakan keselamatan korban. Sebaliknya, pengampunan menjadi sarana bagi korban untuk membangun kembali kekuatan diri, memulihkan keseimbangan emosi, serta memperoleh kembali kebebasan batin agar dapat melanjutkan hidup secara lebih sehat, aman, dan bermartabat.

Pengampunan dapat dipahami sebagai sebuah tindakan sadar dan disengaja yang dilakukan seseorang untuk mengelola kemarahan, kekecewaan, dan luka batin dengan cara yang sehat dan konstruktif.(Lamb, Sharon, 2002) Tindakan ini tidak menuntut korban untuk menutup mata terhadap penderitaan yang dialami atau menyangkal kenyataan bahwa telah terjadi kekerasan yang melukai secara fisik maupun emosional. Dalam konteks Kekerasan Dalam Rumah Tangga, pengampunan berperan sebagai sarana bagi korban untuk mencegah dampak destruktif dari kebencian dan kepahitan yang berkepanjangan, yang berpotensi

merusak kesehatan mental dan kualitas hidup. Pada saat yang sama, pengampunan tidak berarti menghapus tanggung jawab pelaku atau melemahkan perlindungan diri korban, melainkan justru berjalan seiring dengan penetapan batas-batas yang jelas dan tegas demi menjaga keselamatan, martabat, dan pemulihan korban secara menyeluruh. (Armstrong, 2010) Pengampunan dapat dipahami sebagai perwujudan sikap belas kasih yang menolong seseorang untuk melepaskan diri dari beban penderitaan batin yang selama ini menekan kehidupan emosional dan psikologisnya. Sikap ini memungkinkan individu untuk tidak terus-menerus hidup dalam bayang-bayang luka, ketakutan, dan rasa sakit akibat pengalaman kekerasan. Dalam konteks pengalaman korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga, pengampunan berfungsi sebagai sarana pemulihan nilai kemanusiaan dan penguatan martabat diri yang sempat dirusak oleh tindakan kekerasan. Proses ini tidak mengharuskan korban untuk kembali menerima perlakuan yang menyakitkan atau membahayakan, melainkan menegaskan bahwa pengampunan dapat berjalan seiring dengan upaya perlindungan diri, penegakan batas yang jelas, dan pemulihan hidup secara aman serta bermartabat.

Pengampunan adalah perintah dan teladan iman Kristen. (Robert D. Enright, 2001) Dari perspektif spiritual, Worthington menyatakan bahwa pengampunan merupakan panggilan iman dan bagian dari identitas rohani orang percaya. Dalam Doa Bapa Kami, Yesus sendiri mengajarkan: "Ampunilah kami seperti kami juga mengampuni orang yang bersalah kepada kami." (Matius 6:12). Tuhan Yesus tidak hanya mengajarkan pengampunan, tetapi juga menunjukkan teladan tertinggi di kayu salib, ketika Ia berkata: "Bapa, ampunilah mereka karena mereka tidak tahu apa yang mereka perbuat." (Lukas 23:34). Dalam hal ini, pengampunan menjadi bentuk partisipasi manusia dalam kasih Allah. Mengampuni bukan karena pelaku pantas diampuni, tetapi karena Allah telah lebih dahulu mengampuni.

Pengampunan juga di bedakan antara dua jenis yaitu pengampunan keputusan (*Decisional Forgiveness*), ini adalah keputusan kognitif dan kehendak untuk menanggalkan niat membalas dendam atau menghindari pelaku. Dalam bentuk ini, seseorang secara sadar memilih untuk memperlakukan pelaku dengan kebaikan, kendati emosi negatif mungkin masih ada. Berikutnya, pengampunan emosional (*Emotional Forgiveness*), merujuk pada transformasi afektif yang lebih mendalam, di mana emosi negatif seperti marah, benci, dan sakit hati digantikan dengan empati, kasih, dan ketenangan. Proses ini terjadi ketika individu mengalami pelepasan batin dan mampu melihat pelaku dengan belas kasih yang mendalam.



(Jr.E, 2003) Pengampunan dalam iman Kristen dipahami sebagai perintah sekaligus teladan yang berakar pada ajaran dan tindakan Yesus sendiri. Worthington menegaskan bahwa pengampunan merupakan bagian dari identitas rohani orang percaya, karena orang Kristen dipanggil untuk menghidupi kasih Allah yang telah lebih dahulu mengampuni manusia. Teladan Yesus di kayu salib menunjukkan bahwa pengampunan tidak bergantung pada kelayakan pelaku, melainkan pada kasih Allah yang memulihkan. Ada perbedaan antara *decisional forgiveness* dan *emotional forgiveness* menegaskan bahwa pengampunan adalah proses yang bertahap. Keputusan untuk mengampuni menjadi langkah awal yang mengekang dorongan membalas, sementara pengampunan emosional mengarah pada perubahan batin yang lebih dalam, di mana emosi negatif perlahan digantikan oleh empati dan kedamaian.(Jr.E, 2003) Dengan demikian, pengampunan menjadi partisipasi nyata dalam kasih Allah yang membebaskan dan memulihkan relasi manusia.

### ***Landasan Teoritis: Model REACH Forgiveness***

Mengampuni orang yang telah menyakiti kita adalah tindakan yang sering kali sulit dilakukan, terutama ketika luka itu dalam dan keadilan terasa belum ditegakkan. Untuk membantu orang mengalami pengampunan yang sejati dan menyeluruh, Everett L. Worthington Jr. mengembangkan suatu model praktis dan teruji secara ilmiah yang dikenal dengan akronim REACH. Pengampunan dinyatakan melalui komitmen konkrit, seperti menulis surat, mengucapkan doa, atau menyatakan secara verbal. Hold on to Forgiveness (mempertahankan Pengampunan): Karena emosi negatif dapat kembali muncul, penting bagi individu untuk mengingat komitmennya dan terus berpegang pada keputusan mengampuni. Model *REACH* dari Worthington memberikan langkah demi langkah yang terstruktur dan realistis untuk mempraktikkan pengampunan yang sehat dan mendalam. Pengampunan bukan hanya tindakan religius, tapi proses psikologis dan spiritual yang dapat membebaskan individu dari trauma emosional, Menghasilkan pertumbuhan iman dan kedewasaan batin. “Pengampunan adalah jembatan menuju keutuhan dan harapan.” (Jr.E, 2003) Model *REACH Forgiveness* yang dikembangkan oleh Everett L. Worthington Jr. memberikan landasan teoritis yang kuat karena memadukan pendekatan psikologis dan spiritual dalam proses pengampunan. Model ini membantu individu menghadapi luka secara realistis, mengolah emosi negatif, serta meneguhkan komitmen mengampuni melalui tindakan konkret. Dengan menekankan

bahwa pengampunan perlu dipertahankan secara sadar, REACH menegaskan bahwa pengampunan adalah proses berkelanjutan, bukan tindakan sesaat. Pendekatan ini menunjukkan bahwa pengampunan tidak hanya berdampak pada pemulihan emosi dan trauma, tetapi juga mendorong pertumbuhan iman, kedewasaan batin, dan keutuhan hidup, sehingga pengampunan benar-benar menjadi jembatan menuju harapan dan pemulihan.

Pengampunan merupakan respon iman terhadap anugerah yang telah diterima. *“Ampunilah kami seperti kami juga mengampuni orang yang bersalah kepada kami.”* (Matius 6:12) Ayat ini menunjukkan bahwa pengampunan dari Allah dan pengampunan kepada sesama adalah dua sisi dari satu koin yang sama. Orang Kristen yang sungguh mengalami pengampunan dari Allah: akan terdorong secara batin untuk mengampuni, menjadikan pengampunan sebagai buah dari kehidupan rohani yang sehat, dan menunjukkan kasih dan kerendahan hati sebagai refleksi dari Kristus.

Lebih lanjut, pengampunan Kristen bersifat Kristosentris. Umat dipanggil untuk meneladani kasih dan pengorbanan Yesus Kristus. Disini menambahkan bahwa pengampunan adalah bentuk dari spiritual maturity atau kedewasaan rohani. Semakin seseorang dewasa secara spiritual, semakin besar kapasitasnya untuk mengampuni. Umat dipanggil untuk meneladani kasih dan pengorbanan Yesus Kristus. (Jr.E, 2003) Pernyataan ini menegaskan bahwa pengampunan dalam iman Kristen berpusat pada Kristus dan teladan kasih-Nya. Mengampuni bukan sekadar kewajiban moral, melainkan tanda kedewasaan rohani, karena membutuhkan kerendahan hati, kasih, dan penguasaan diri. Semakin seseorang bertumbuh secara rohani, semakin ia mampu mengampuni dengan tulus, sebagaimana Kristus telah lebih dahulu mengasihi dan mengorbankan diri-Nya bagi manusia. Pengampunan memiliki peran fundamental dalam menghentikan lingkaran kekerasan dan membuka jalan menuju pemulihan yang sejati, baik dalam kehidupan individu maupun dalam kehidupan sosial. Ia memandang bahwa dendam dan kebencian bukan hanya memperpanjang penderitaan, tetapi juga menghambat pertumbuhan rohani, emosional, dan sosial, karena ketika luka dibiarkan tanpa pengampunan, ia berubah menjadi racun yang terus merusak batin dan relasi. Pengampunan bukanlah bentuk pengabaian terhadap keadilan atau usaha melupakan masa lalu, juga bukan tindakan membiarkan pelaku lolos tanpa pertanggungjawaban.

Menurut Tutu, pengampunan memiliki peran kunci dalam memutus lingkaran kekerasan karena mencegah dendam dan kebencian terus memperpanjang

penderitaan. (Tutu et al., 2014) Luka yang tidak diolah melalui pengampunan akan merusak pertumbuhan rohani, emosional, dan relasional. Namun, pengampunan tidak berarti meniadakan keadilan atau melupakan masa lalu, melainkan keberanian untuk menghadapi kebenaran tanpa membalas kejahatan dengan kejahatan. Dalam kerangka ini, pengampunan menjadi kekuatan rohani yang membebaskan korban dari beban emosional dan membuka jalan bagi pemulihan serta harapan yang sejati.

### **Uraian Kasus Pada Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT)**

Kajian kasus ini bertujuan untuk menguraikan secara mendalam pengalaman emosional, spiritual, dan psikologis seorang yang menjadi korban kekerasan dalam rumah tangga sejak usia dini. Dalam penelitian ini ada seorang anak perempuan dewasa yang mengalami kekerasan fisik dan verbal dari ayah kandungnya selama masa kanak-kanak, remaja hingga pemuda. Pengalaman traumatis tersebut meninggalkan dampak jangka panjang berupa ketidakstabilan emosi, gangguan kepercayaan interpersonal, dan luka batin. Melalui penelitian observasi dan wawancara, objek penelitian sangat merasakan dampaknya sekarang dimana seringkali dalam waktu atau pikiran yang kosong, luka batin itu muncul kembali melalui pikiran sehingga mengganggu aktivitas yang dilakukan pada saat itu. Beberapa tahun yang lalu, si korban ini berkata, dia belum ada membuka hati untuk memberi maaf pada ayahnya, Tetapi seiring berjalannya waktu dia semakin tumbuh besar ia sadar dan mulai membuka hati untuk memaafkan. Melalui proses tersebut, kajian ini mengamati bagaimana korban secara bertahap mengalami perubahan dalam hal persepsi terhadap pelaku, pengelolaan emosi, serta pemulihan relasi sosial. Selain itu, kajian ini juga mengeksplorasi teologis dari pengampunan sebagai bagian dari pertumbuhan iman Kristen, di mana pengampunan dipahami bukan sebagai kelemahan, tetapi sebagai kekuatan spiritual yang membebaskan jiwa dari belenggu dendam dan kebencian.

Berdasarkan hasil pengamatan dan wawancara, ditemukan bahwa proses pengampunan bukanlah perjalanan linear, melainkan sebuah dinamika yang melibatkan perjuangan batin, refleksi spiritual, serta pendampingan dari komunitas yang mendukung. Meski rekonsiliasi penuh tidak selalu terjadi, namun pengampunan mampu memulihkan kembali identitas dan martabat korban sebagai pribadi yang utuh dan merdeka dari masa lalu. Uraian kasus ini memperlihatkan bahwa proses pengampunan dalam konteks KDRT bukanlah sebuah keputusan instan, melainkan perjalanan bertahap yang membutuhkan keberanian, pendampingan, dan

pemahaman teologis yang mendalam. Kasus ini juga menunjukkan bahwa dengan pendekatan yang tepat, pengampunan dapat menjadi jalan menuju keutuhan pribadi dan pemulihan spiritual yang sejati.

Dalam teologi Kristen, keluarga dilihat sebagai lembaga yang sakral, di mana cinta kasih yang tulus menjadi dasar hubungan antaranggota keluarga. Kekerasan dalam rumah tangga bertentangan dengan ajaran Alkitab, karena merusak komitmen kasih dan menghancurkan kepercayaan serta keselamatan dalam keluarga. Teologi Kristen juga mengajarkan bahwa setiap manusia diciptakan menurut gambar Allah (Kejadian 1:27) dan memiliki martabat yang harus dihormati. Kekerasan dalam rumah tangga dipandang sebagai pelanggaran terhadap martabat ini karena mencederai nilai-nilai kasih, kehormatan, dan tanggung jawab untuk menghormati setiap anggota keluarga. Kekerasan fisik, verbal, atau emosional dalam rumah tangga berarti memperlakukan seseorang tidak sesuai dengan martabat yang telah Allah berikan kepada mereka. (J.A, 2014) (Joseph, 2014) Dalam teologi Kristen, keluarga dipahami sebagai ruang sakral yang mencerminkan kasih Allah, sehingga relasi di dalamnya seharusnya dibangun atas dasar cinta, penghormatan, dan tanggung jawab. Kekerasan dalam rumah tangga bertentangan dengan ajaran Alkitab karena merusak kepercayaan, keselamatan, dan komitmen kasih yang menjadi fondasi keluarga. Karena setiap manusia diciptakan menurut gambar Allah, segala bentuk kekerasan merupakan pelanggaran terhadap martabat ilahi yang melekat pada diri setiap anggota keluarga. Dengan demikian, KDRT bukan hanya masalah sosial, tetapi juga pelanggaran teologis yang menodai panggilan keluarga Kristen sebagai persekutuan kasih yang mencerminkan relasi Tritunggal.

Dalam wawancara yang dilakukan pada tanggal 18 Juli 2025, informan menjelaskan bentuk kekerasan yang dilakukan oleh seorang ayah terhadap dia dalam lingkup Kekerasan Dalam Rumah Tangga yaitu kekerasan tersebut tidak terbatas pada kekerasan fisik seperti memukul, menampar, mencubit, atau melempar barang, tetapi juga mencakup kekerasan emosional yang bersifat verbal maupun psikologis. Contohnya termasuk meneriaki anak dengan kata-kata kasar, memermalukan anak di depan orang lain, membandingkan anak secara tidak adil dengan saudara kandungnya, hingga ancaman yang membuat anak hidup dalam ketakutan. Bahkan dalam beberapa situasi, kekerasan tersebut berbentuk penelantaran, ketika ayah tidak memberikan perhatian dan kasih sayang yang layak. Semua tindakan ini meninggalkan dampak mendalam yang berbahaya bagi kondisi mental anak.

Dampak psikologis yang muncul akibat kekerasan ini sangat kompleks. Informan yang menjadi korban sering kali tumbuh dalam kondisi batin yang terluka, mengalami gangguan kecemasan, kehilangan rasa aman, serta merasa dirinya tidak berharga. Luka emosional tersebut membuat informan memiliki kepercayaan diri yang rendah dan kesulitan menjalin relasi yang sehat di masa dewasa. Dalam hal trauma yang ia rasakan membuat ia menjadi pribadi yang sangat tertutup dan menarik diri dari lingkungan sosial karena merasa tidak pantas untuk dicintai. Semua ini menunjukkan bahwa dampak KDRT dalam relasi ayah dan anak tidak hanya berlangsung sesaat, melainkan dapat membekas seumur hidup.

Untuk memulihkan relasi antara ayah dan anak (informan) pasca terjadinya kekerasan, dibutuhkan pendekatan yang menyeluruh dan proses yang tidak instan. Langkah pertama yang sangat penting adalah pengakuan kesalahan oleh ayah sebagai pelaku, serta adanya niat tulus untuk berubah. Proses rekonsiliasi dilakukan secara bertahap, dimulai dari membangun komunikasi yang aman, perlahan-lahan memperbaiki kepercayaan yang rusak, hingga munculnya tanggung jawab nyata dari sang ayah dalam memperbaiki perilaku dan hubungan. Melalui wawancara ini, tampak bahwa rekonsiliasi dalam kasus KDRT antara ayah dan anak bukanlah hal yang mustahil, tetapi memerlukan komitmen kuat dari semua pihak dan dukungan yang sistematis. Proses ini harus ditekankan pada keselamatan, penyembuhan emosional, serta perubahan nyata dalam pola relasi, agar keluarga bisa kembali menjalani kehidupan yang sehat, saling menghormati, dan bebas dari kekerasan.

### **Menganalisa “Mengawali Rekonsiliasi Secara Menyeluruh Dalam Kasus KDRT” Melalui Kerangka Berfikir Everett L. Worthington Jr**

Melalui kajian ini, dari kasus tersebut korban mengikuti pemikiran *Everett L. Worthington Jr*, di mana seorang ayah melakukan kekerasan terhadap anaknya. Pendekatan Worthington membantu menjelaskan bahwa rekonsiliasi yang sungguh-sungguh harus diawali dengan pengakuan atas luka (*recall the hurt*). Anak sebagai korban perlu diberi ruang untuk mengingat dan mengekspresikan rasa sakitnya tanpa ditekan untuk langsung memaafkan. Ini menjadi tahap awal penting dalam rekonsiliasi menyeluruh, karena tanpa pengakuan luka, pemulihan relasi hanya akan bersifat semu. Di tahap berikutnya, Worthington mengajak kedua belah pihak, terutama korban, untuk mencoba memahami latar belakang pelaku melalui empati. Dalam kasus KDRT, hal ini bisa berarti memahami bahwa ayah mungkin juga pernah mengalami kekerasan, stres berat, atau ketidakmampuan dalam mengelola emosi.

Namun, empati ini tidak bertujuan untuk membenarkan perbuatan, melainkan sebagai bagian dari proses penyembuhan emosional.

Langkah selanjutnya dalam pendekatan Worthington adalah mendorong munculnya niat untuk mengampuni sebagai pemberian yang tidak bersyarat. Dalam kasus kekerasan, pengampunan ini tidak berarti korban harus langsung menerima pelaku kembali secara fisik, tetapi lebih kepada pembebasan batin dari kebencian dan dendam yang merusak jiwa. Ini menekankan bahwa pengampunan ini harus dilanjutkan dengan komitmen yang sadar untuk mempertahankan sikap pengampunan, meskipun perasaan sakit kadang kembali muncul. Pada titik ini, rekonsiliasi secara menyeluruh menjadi lebih dari sekadar penyelesaian konflik; ia menjadi proses pembentukan relasi baru yang lebih sehat, dengan komunikasi yang jujur, tanggung jawab yang nyata dari pelaku, dan perlindungan bagi korban. Ini menegaskan bahwa rekonsiliasi sejati hanya mungkin terjadi jika ada perubahan nyata dari pelaku kekerasan, bukan sekadar janji atau permintaan maaf yang dangkal.

Namun dalam perjalanan pemulihan, terutama setelah diperkenalkan pada model *REACH Forgiveness*, korban mulai menyadari bahwa menyimpan dendam tidak menyakitkan pelaku, tetapi justru menyiksa dirinya sendiri. Ia kemudian memutuskan untuk melepaskan hak membalas itu, bukan sebagai tanda kekalahan, melainkan sebagai bentuk penyerahan keadilan kepada Tuhan atau otoritas yang berwenang. Ini menjadi titik balik ketika ia memahami bahwa pengampunan adalah kebebasan, bukan ketundukan. Dalam korban Kekerasan dalam rumah tangga, prinsip Spiritual ini menjadi pondasi yang sangat penting dalam proses penyembuhan batin. Sebagai contoh kasus dalam penulisan ini, dalam melewati waktu-waktunya dengan berbagai perasaan yang mengguncang dirinya yang sejak kecil dan selama bertahun-tahun luka itu membekas dan menciptakan dinding kebencian yang tinggi terhadap pelaku. Namun, saat ia mulai kembali pada imannya dan merenungkan Firman Tuhan, ia menemukan aspek baru dari pengampunan sebagai tindakan spiritual, bukan sekadar pelepasan emosi. Pengampunan dalam konteks ini tidak berarti membenarkan atau melupakan kejahatan, melainkan sebuah keputusan iman. Dalam proses ini, korban mulai mengalami pembebasan batin. Ia tidak lagi mengikat dirinya pada luka masa lalu, melainkan membuka jalan bagi pemulihan rohani dan psikologis. Melalui konseling berbasis iman dan refleksi rohani, korban menyadari bahwa pengampunan adalah bentuk ketaatan dan kesaksian akan kasih Kristus yang mengubah.

Di sinilah kerangka *REACH Forgiveness* dari Everett L. Worthington Jr. menjadi sangat relevan. Model ini terdiri dari lima langkah, yaitu mengingat luka secara jujur (*Recall*), membangun empati terhadap pelaku (*Empathize*), memberikan pengampunan sebagai anugerah (*Altruistic Forgiveness*), berkomitmen untuk mengampuni (*Commit*), dan mempertahankan sikap pengampunan (*Hold on*). (Jr.E, 2003) Dalam konteks KDRT, model ini menekankan bahwa rekonsiliasi sejati dimulai dari pengakuan luka dan diikuti dengan pemulihan batin korban serta perubahan nyata dari pelaku. Worthington juga membedakan antara pengampunan pribadi dan rekonsiliasi relasional, dimana rekonsiliasi membutuhkan partisipasi dua pihak serta keterlibatan pihak ketiga seperti konselor atau lembaga perlindungan. Dengan demikian, pendekatan *REACH* memberi arah yang mendalam dan manusiawi dalam membangun kembali hubungan yang hancur, tanpa mengorbankan keadilan dan keselamatan korban. Kerangka *REACH Forgiveness* dari Worthington relevan dalam konteks KDRT karena menawarkan proses pengampunan yang realistis, bertahap, dan berpusat pada pemulihan korban. Model ini menegaskan bahwa pengampunan harus diawali dengan pengakuan jujur atas luka, bukan penyangkalan penderitaan. Dengan membedakan pengampunan pribadi dan rekonsiliasi relasional, Worthington menekankan bahwa rekonsiliasi hanya mungkin terjadi jika ada perubahan nyata dari pelaku serta jaminan keselamatan bagi korban. Oleh karena itu, *REACH* membantu membangun pemulihan yang manusiawi dan bertanggung jawab, tanpa mengorbankan keadilan maupun keamanan korban.

Rekonsiliasi membutuhkan proses yang dipandu secara profesional, misalnya melalui konseling keluarga, mediasi dari gereja atau lembaga sosial, serta pendekatan teologis dan psikologis yang memadai. Anak perlu merasa bahwa dia aman, dihargai, dan didengarkan. Sementara ayah sebagai pelaku harus membuktikan melalui tindakan nyata bahwa ia layak diberi kesempatan kedua. Tanpa proses ini, rekonsiliasi hanya akan menjadi formalitas kosong yang mengabaikan luka batin yang masih terbuka. Dengan demikian, judul tersebut sangat tepat dan menggambarkan arah pemulihan yang ideal: bahwa rekonsiliasi dalam kasus KDRT harus dimulai secara hati-hati (*mengawali*), harus menyentuh seluruh aspek relasi dan batin (*secara menyeluruh*), dan dilakukan dalam konteks kekerasan nyata yang telah terjadi (*dalam kasus KDRT*). Hal ini juga ada pesan etis dan spiritualnya bahwa setiap hubungan yang rusak bisa dipulihkan, tetapi hanya jika dilakukan dengan kejujuran, kasih, pertobatan, dan pendampingan yang tepat.

## KESIMPULAN

Dalam proses pemulihan, pengampunan dan rekonsiliasi menjadi dua hal penting yang tidak bisa dipaksakan, tetapi harus dilalui dengan sadar, perlahan, dan bertahap. Pengampunan bukan berarti melupakan atau membenarkan perbuatan pelaku, melainkan upaya untuk membebaskan diri dari beban emosi negatif yang terus menghantui. Sementara itu, rekonsiliasi bukanlah keharusan untuk kembali hidup bersama pelaku, melainkan pencapaian kedamaian batin dan pemulihan relasi dengan diri sendiri dan Tuhan. Dengan memahami bahwa pengampunan adalah proses pribadi dan rekonsiliasi adalah hasil yang bisa dicapai dengan waktu dan kesadaran, maka korban dapat melangkah maju tanpa terus dibayangi oleh masa lalu. Keseluruhan proses ini menegaskan bahwa penyembuhan sejati tidak hanya datang dari luar, tetapi juga dari dalam diri, melalui niat dan keberanian untuk mengampuni serta membuka diri terhadap pemulihan yang utuh. Bagi korban KDRT, mengampuni bukan tindakan lemah, melainkan bentuk keberanian untuk tidak membiarkan luka masa lalu terus mengendalikan hidup mereka. Dengan kekuatan dari iman, pengampunan menjadi langkah awal menuju pemulihan, dan rekonsiliasi menjadi kemungkinan yang terbuka ketika keadilan, pertobatan, dan keamanan telah dipulihkan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Armstrong, K. (2010). *Twelve Steps to a Compassionate Life*. In *New York: Alfred A. Knopf*.
- Carole, J. (2010). *Child Abuse and Neglect: Diagnosis, Treatment and Evidence*. Saunders.
- Emmanuel, K., & Chris, R. (2008). *Reconciling all things: A Christian vision for justice, peace and healing*. IVP.
- Gruchy de.W.John. (2002). *Reconciliaton: Restoring Justice*. Fortress Press.
- Jr.E, W. (2003). *Forgiving and Reconcilling :Bridgess to Wholeness and Hope*. InterVarsity Press.
- Katryn, Susanna, Shinta Permanasari, Ronaldo Yonathan, dan R. P. (2021). *Kekuatan Pengampunan: Pengaruh Ajaran Kristen tentang Pengampunan*



terhadap Resiliensi Personal. In *Matheo: Jurnal Teologi/Kependetaan: Vol. Vol 11* (Issue No 1).

Lamb, Sharon, and J. G. M. (2002). *Before Forgiving: Cautionary Views of Forgiveness in Psychotherapy*.

M, B. E. (n.d.). *Coming together/coming apart: Religion, modernity, and community*. Routledge.

Robert D. Enright. (2001). *Forgiveness Is a Choice: A Step-by-Step Process for Resolving Anger and Restoring Hope*. Washington. In *DC: American Psychological Association*.

Tutu, D., Abrams, D. C., & Tutu, M. A. (2014). *The book of forgiving : the fourfold path for healing ourselves and our world*. William Collins.

Voiss, J. K. (2015). *Rethinking Christian Forgiveness: Theological, Philosophical, and Psychological Explorations*. Collegeville. In *MN: Liturgical Press*,.