

Nama Kursus : Pernikahan Kristen (PKS)

Nama Pelajaran : Kemurnian

Kode Pelajaran : PKS-R04c

Referensi PKS-R03b diambil dari:

Judul Buku : Persiapan Pernikahan

Judul Artikel : Menghadapi Konflik

Pengarang : H. Norman Wright

Penerbit : Gloria, Yogyakarta, 1998

Halaman : 180 -- 182

REFERENSI PELAJARAN 04c - KEMURNIAN

MENGHADAPI KONFLIK

Ada lima cara untuk menghadapi konflik pernikahan.

Yang pertama adalah menarik diri. Jika Anda cenderung melihat konflik sebagai sesuatu yang sama sekali tak dapat dielakkan dan sangat sulit dikendalikan, maka mungkin memang tak ada gunanya Anda mencoba mengatasinya. Anda dapat menarik diri secara fisik dengan meninggalkan ruangan atau lingkungan tertentu, atau secara psikologis dengan tidak berbicara, bersikap acuh atau melindungi diri sedemikian rupa hingga apa yang dikatakan tidak akan mempengaruhi Anda. Ada banyak orang yang menggunakan pendekatan ini untuk melindungi diri mereka.

Memenangkan pertarungan adalah sebuah alternatif lain. Jika konsep diri Anda terancam atau jika Anda merasa harus mempertahankan kepentingan Anda, maka kemungkinan metode ini tepat bagi Anda. Jika Anda berada pada posisi yang lebih berotoritas dan posisi tersebut terancam, maka memenangkan pertarungan merupakan serangan balasan. Tak peduli apa pun harga yang harus dibayar, menang merupakan sasaran utama.

Orang menggunakan berbagai macam taktik untuk menang. Karena pasangan

suami-istri sadar betul akan daerah-daerah kelemahan dan yang bisa menyakitkan pasangannya, seringkali mereka justru memanfaatkannya untuk memaksa pasangannya mengikuti kemauan mereka. Para "pemenang" ini bahkan mungkin menyerang harga diri seseorang supaya menang. Mereka menyimpan dendam dan menggunakannya pada saat yang tepat untuk menghadapi sebuah konflik. Mereka dapat meluapkan emosi dan sakit hati yang sudah tersimpan lama pada saat yang menguntungkan. Pendekatan "menumpuk dendam" seperti ini merupakan bentuk lain dari balas dendam dan jelas tidak mencerminkan sikap pengampunan dari orang Kristen.

Kalau memenangkan pertarungan adalah cara yang Anda pilih, jawablah pertanyaan-pertanyaan berikut:

1. Apakah kemenangan itu sangat perlu untuk membangun atau mempertahankan harga diri Anda atau untuk mempertahankan gambar diri yang kuat dari pribadi Anda?

Orang memerlukan harga diri yang kuat untuk mendapatkan kepuasan dalam hidup dan dalam pernikahan mereka. Tetapi apa yang mendasari hal ini? Jika seseorang merasa tidak aman atau ragu-ragu, seringkali ia menciptakan gambar diri yang palsu untuk membodohi orang lain yang pada akhirnya justru membingungkan dirinya sendiri. Tunduk pada orang lain, mengalah atau kalah dalam debat atau pertengkaran merupakan ancaman besar terhadap perasaan seseorang akan dirinya sendiri, sehingga ia berjuang agar hal itu tidak terjadi. Orang yang otoriter biasanya tidak pernah merasa seaman seperti yang ia bayangkan. Tunduk pada orang lain merupakan suatu tanda bahwa posisinya telah lemah.

2. Apakah kemenangan diperlukan karena Anda dibingungkan antara keinginan dan kebutuhan?

Seseorang yang merasa membutuhkan sesuatu akan lebih gigih berusaha untuk mendapatkannya daripada bila ia hanya menginginkan sesuatu. Sudahkah Anda membedakan antara kebutuhan dan keinginan? Mungkin Anda akan melihat sesuatu sebagai kebutuhan dalam hidup Anda sementara pasangan Anda melihatnya sebagai keinginan belaka. Bagaimana Anda tahu bahwa sesuatu itu benar-benar merupakan kebutuhan?

Pendekatan ketiga dalam menghadapi konflik adalah menyerah. Kita sering melihat rambu-rambu jalan yang mengharuskan kita memberi jalan kepada orang lain; yang ditempatkan demi keamanan kita sendiri. Jika kita mau mengalah dalam suatu konflik, berarti kita juga melindungi diri kita sendiri. Kita tidak ingin berisiko menghadapi konfrontasi, sehingga kita mengalah dan mengikuti pasangan kita.

Kita semua menggunakan pendekatan ini dari waktu ke waktu, tetapi apakah mengalah merupakan pola yang biasa Anda gunakan? Mengalah terus-menerus bisa menciptakan rasa kemartiran atau pada akhirnya perasaan bersalah dalam diri pasangan Anda. Kita bahkan menemukan beberapa orang yang harus "kalah" dalam konflik rumah tangganya. Pendekatan ini merupakan cara untuk menjaga kesaksian kita. Dengan mengalah akan timbul kesan bahwa Anda dapat menguasai diri dan adalah orang yang "paling Kristen."

Kita belajar untuk menekan atau menahan kemarahan dan juga menumpuknya, bukannya melakukan apa yang Nehemia lakukan ketika mendengar adanya perlakuan sewenang-wenang terhadap bangsanya yang miskin. "Maka sangat marahlah aku [Nehemia], ketika kudengar keluhan mereka dan berita-berita itu. Setelah kupikir masak-masak, aku menggugat dan para pemuka dan penguasa" (Neh 5:b-7). Sebagian orang mendapatkan banyak hal dari kekalahan mereka sebanyak yang orang lain dapatkan dari kemenangan mereka.

Sebuah metode lain dalam menghadapi konflik adalah berkompromi atau memberi sedikit untuk mendapat sedikit. Anda telah belajar bahwa Anda perlu menahan sebagian ide atau tuntutan agar pasangan Anda dapat memberi respon. Anda tidak mau terus-menerus menang, tetapi juga tidak mau bila pasangan Anda yang terus-menerus menang. Pendekatan ini membutuhkan persetujuan dari kedua pihak.

Metode kelima disebut "menyelesaikan." Jika Anda mengikuti metode ini dalam menghadapi konflik, maka setiap situasi, sikap atau perilaku diubah melalui komunikasi secara langsung dan terbuka. Pasangan ini bersedia meluangkan cukup banyak waktu untuk membicarakan

keberbedaan-keberbedaan di antara mereka sehingga meski sebagian dari keinginan dan ide mereka yang semula telah berubah, mereka sangat puas dengan solusi yang mereka capai.

Metode yang paling baik atau paling ideal untuk mengatasi konflik? Masing-masing memiliki keefektifan dalam situasi-situasi tertentu. Ada saatnya mungkin, memenangkan pertempuran merupakan cara yang terbaik, dan bukan kompromi. Mengalah pada saat-saat tertentu bisa merupakan suatu tindakan nyata dari kasih dan perhatian yang benar dan murni. Tetapi cara ideal yang kita pakai adalah cara yang menyelesaikan konflik.

Ketika seseorang menggunakan penarikan diri sebagai pola yang biasa ia gunakan dalam menghadapi konflik, hubungan akan terganggu dan kebutuhan-kebutuhan akan sulit terpenuhi. Ini merupakan cara yang paling tidak membantu dalam menghadapi konflik. Hubungan tersebut tidak dapat bertumbuh dan berkembang.

Jika ini merupakan cara Anda, pikirkan mengapa Anda menarik diri. Ini bukanlah demonstrasi dari ketundukan dan kerendahan hati yang alkitabiah. Metode ini seringkali dipakai karena adanya perasaan takut-terhadap pasangan Anda atau terhadap kemauan Anda sendiri.

Memenangkan pertarungan akan memenuhi tujuan pribadi tetapi pada saat yang sama mengorbankan hubungan yang dimiliki. Seseorang bisa saja memenangkan pertempuran tetapi kalah dalam perang. Dalam suatu pernikahan, pernikahan, hubungan yang baik lebih penting daripada tujuan pribadi, dan memenangkan pertarungan dapat menjadi kemenangan yang hampa.

Mengalah punya nilai yang lebih tinggi karena kelihatannya membangun sebuah hubungan, tetapi tujuan atau kebutuhan pribadi seseorang dikorbankan di sini yang dapat menimbulkan dendam. Mengalah mungkin tidak membangun seperti yang diyakini banyak orang, karena jika hubungan itu sedemikian pentingnya, maka seseorang akan bersedia berbagi, berkronfontasi dan berani bicara. Apa yang dapat dicapai melalui resolusi akan membangun hubungan lebih baik lagi dan memperlihatkan perhatian yang semakin besar lagi bagi hubungan itu lebih dari metode

lainnya.

Kompromi merupakan sebuah usaha untuk menjaga kelangsungan suatu hubungan dan pemenuhan sebagian kebutuhan. Tawar menawar yang terjadi dapat berarti bahwa ada beberapa nilai yang dikompromikan. Anda bisa saja mendapati bahwa Anda tidak begitu puas dengan hasil akhirnya, tetapi masih lebih baik daripada tidak ada sama sekali. Sebenarnya hal ini pun dapat mengancam hubungan tersebut. Akan timbul kegelisahan setelah kompromi dibuat.

Menyelesaikan konflik adalah cita-cita yang harus dituju oleh setiap pasangan. Sebuah hubungan dapat diperkuat setelah konflik terselesaikan dan kebutuhan-kebutuhan terpenuhi bagi kedua pihak. Di sini dibutuhkan lebih banyak waktu, penerimaan serta kesediaan untuk mendengarkan.

Anda mungkin bisa berubah dalam proses tersebut, tetapi Anda senang dengan perubahan yang terjadi. Perubahan yang positif dan menguntungkan. Dan perubahan itu mungkin dilakukan, bahkan perlu dilakukan! Karena Yesus Kristus ada dalam hidup Anda, Anda dapat menyerahkan segala ketakutan dan kegelisahan. Anda dapat memiliki keyakinan dan keberanian baru untuk menghadapi berbagai masalah hidup, dan dengan cara yang baik, dengan orang-orang lain di sekitar Anda. Sebagian orang merasa bahwa mereka tidak mungkin berubah. Namun Firman Allah berkata, "Segala perkara dapat kutanggung di dalam Dia yang memberi kekuatan kepadaku." (Fili 4:13)