Kamu adalah Sahabatku
Kamu adalah sahabatku

Editor:
F.X. Kurniawan
Markus Situmorang
Charles Virgenius Setiawan

STFT Widya Sasana
Malang 2020
KAMU ADALAH SAHABATKU

STFT Widya Sasana
Jl. Terusan Rajabasa 2
Malang 65146
Tlp. (0341) 552120; Fax (0341) 566676
E-mail: stftws@gmail.com
Website: www.stfwidyasasana.ac.id; www.stftws.org

ISSN: 1411-9005
DAFTAR ISI

SERI FILSAFAT TEOLOGI WIDYA SASANA
VOL. 30, NO. SERI NO. 29, TAHUN 2020

Pengantar
Tim Editor ........................................................................................................ i

Daftar Isi ........................................................................................................ vii

PEMIKIRAN DARI PERSPEKTIF FILOSOFIS

Persahabatan Merespon Tanda-tanda Zaman
(Analisis Historiografis Duc in Altum Kolaborasi STFT Widya Sasana)
F.X. Armada Riyanto ...................................................................................... 1

Makna Persahabatan Sebuah Tinjauan dari Perspektif Filsafat
J. Sudarminta ............................................................................................... 25

Membangun Identitas Inklusif
Krisis Identitas dalam Lensa Kajian Poskolonialisme
Robertus Wijanarko ..................................................................................... 48

Menyoal Persahabatan sebagai Problem Relasionalitas:
Sebuah Konstruksi atas Konsep Alteritas Emmanuel Levinas
dan Pluralitas Hannah Arendt
Pius Pandor .................................................................................................... 66

Persahabatan dalam Prespektif Neo-Thomisme Yoseph Pieper
Donatus Sermada .......................................................................................... 95

Konsep Persahabatan dalam Pemikiran Thomas Aquinas
Valentinus Saeng ........................................................................................... 112

Humanisme Bagi Sesama - Menyingkap Akar Kekerasan
dalam Relasi Antarmanusia dan Etika Tanggungjawab Menurut
Emmanuel Levinas
Editha Soebagio ........................................................................................... 137
PEMIKIRAN DARI PERSPEKTIF BIBLIS

Persahabatan antara Allah dan Manusia:
Suatu Tinjauan Alkitabiah
  *Henricus Pidyarto Gunawan* ............................................................ 161

Abraham Sahabat Allah
  *Berthold Anton Pareira* ..................................................................... 172

Sahabat-Sahabat Tuhan Yesus: Suatu Renungan Teologi Biblis
  *Berthold Anton Pareira* ..................................................................... 183

Doa Batin:
Doa Persahabatan dengan Yesus Menurut Santa Teresia Dari Yesus
  *Berthold Anton Pareira* ..................................................................... 190

Redefinisi Arti Sahabat dalam Perspektif Kitab Ayub
  *Gregorius Tri Wardoyo* .................................................................... 200

Dinamika Persahabatan Barnabas dan Paulus
  *F.X. Didik Bagiyowinadi* ................................................................. 216

PEMIKIRAN DARI PERSPEKTIF TEOLOGIS

Allah Tritunggal: Allah yang Bersahabat
  *Kristoforus Bala* ................................................................................ 243

Jürgen Moltmann: Persahabatan Sebagai Antisipasi Kepenuhan Harapan
  *Antonius Denny Firmanto* .................................................................. 275

*Communicatio In Sacris*: Berbagi Kasanah Rohani
  *I Ketut Gegel* ...................................................................................... 294

Gereja sebagai Komunitas Persahabatan
  *Markus Situmorang* .......................................................................... 334

Kolegialitas: Suatu Bentuk Berkelanjutan Imam
  *Edison R.L. Tinambunan* .................................................................. 351

PEMIKIRAN DARI TEOLIGI PRAKTIS

Merayakan Persahabatan yang Memerdekakan
  *Robertus Pius Manik* ......................................................................... 369
Homo Homini Amicus:
Tanggungjawab Kultural Gereja dalam Zaman ini
Raymundus Sudhiarsa ................................................................. 381

Sollicitudo Omnium Ecclesiarum:
Kepedulian dan Kerjasama Gerejawi untuk Tanah Misi dan di Tanah Misi
A. Tjatur Raharso ............................................................................ 408

Pengaruh Persahabatan Terhadap Kesejahteraan Hidup Manusia
Kurniawan Dwi Madyo Utomo ........................................................ 434

Persahabatan Sejati dalam Islam
Peter Bruno Sarbini ....................................................................... 451

Misi dalam Kaitannya dengan Pemikiran Martin Buber/
Frans Hardjosetiko ................................................................. 466

Biodata Kontributor ..................................................................................... 471
Abstract
Friendships are fundamental to human social life. Therefore, people try every great effort to build and maintain these friendships. The aim of this paper is to discuss the effect of friendship on the well-being of individuals at every stage of human development. The method used to achieve this goal is to explore the results of studies related to friendship and its effect on human well-being. The results of these studies indicate that friendship can be related to well-being. Healthy friendships help people to adjust and give them happiness. Happy people also tend to try to build and maintain friendships. Contrarily, unhealthy friendships lead to loneliness and depression. Friendships which has been built since childhood also affects the well-being of an individual’s life at the later stages of human development.

Keywords: depression, friendship, happiness, loneliness, well being.

Abstrak
Persahabatan. Sebaliknya, persahabatan yang buruk membuat seseorang mengalami kesepian dan depresi. Persahabatan yang dibangun sejak masa kanak-kanak juga berpengaruh pada kesejahteraan hidup seseorang di tahap-tahap perkembangan hidup selanjutnya.

Kata kunci: depresi, kebahagiaan, kesepian, kesejahteraan hidup, persahabatan.

Pengantar

Setiap hari kita barangkali meluangkan waktu untuk mendengarkan lagu-laguyang sesuai dengan selera musik kita. Ada berbagai jenis musik misalnya: rock, pop, R&B, dangdut, keroncong, campursari, dll. Dari sekian banyak lagu yang kita dengarkan, persahabatan sering menjadi tema utama dari lagu-lagu itu. Kalau kita memasukkan kata “friend atau sahabat” di layanan streaming musik digital seperti Spotify dan iTunes, kita akan memperoleh lagu-lagu bertema sahabat dalam jumlah yang cukup banyak. Lagu-lagu tentang sahabat atau persahabatan itu ada di berbagai jenis musik dan dinyanyikan oleh banyak penyanyi terkenal, misalnya: Queen (You’re My Best Friend), Norah Jones (Everybody Needs a Friend), Miley Cyrus (True Friend), Mariah Carey (Anytime You Need A Friend), Elton John (Funeral For A Friend), The Beatles (With A Little Help From My Friends), Randy Newman (You’re Got A Friend in Me), dll. Lagu-lagu berbahasa Indonesia yang bertema sahabat atau persahabatan juga dengan mudah kita peroleh, misalnya: Iwan Fals (Kemesraan), Audy dan Nindy (Untuk Sahabat), Nidji (Arti Sahabat), Sheila on 7 (Sahabat Sejati), Project Pop (Ingatlah Hari Ini), Sindentosca (Kepompong), dll.

Yang mengesankan dari daftar lagu-lagu di atas bukan mengenai banyaknya lagu dengan tema sahabat atau persahabatan, tetapi soal bagaimana lagu-lagu tersebut mengungkapkan atau mendeskripsikan tema-tema tersebut secara berbeda-beda. Lagu-lagu tersebut selain berasal dari jenis musik yang beragam, penekanan tentang sahabat atau persahabatan dalam lagu-lagu itu juga berbeda-beda. Beberapa lagu menekankan sisi-sisi positif dari suatu persahabatan, misalnya: kedekatan, kesetiaan, perhatian,
kepedulian, dan kegembiraan. Lagu-lagu yang lain memberi tekanan atau perhatian pada sisi-sisi negatif yang dapat terjadi dalam suatu persahabatan, misalnya: rasa kehilangan dan kesedihan yang bisa saja terjadi ketika persahabatan berakhir, terutama ketika hal itu terjadi secara tiba-tiba dan tidak direncanakan, kompleksitas dan kesulitan dalam menjalin persahabatan, terutama ketika hal itu terkait dengan asmara atau ketika seseorang telah dikecewakan oleh seorang sahabat. Lagu-lagu tersebut barangkali memiliki tujuan untukmengingatkan kita bahwa keinginan untuk mempunyai sahabat atau menjalin persahabatan itu mungkin merupakan kebutuhan dasar dan kerinduan hati dari setiap manusia, dan persahabatan itu dapat menghadirkan kegembiraan, pertolongan, kepuasan, dan makna dalam hidup manusia.

Uraian tentang lagu-lagu di atas dimaksudkan sebagai pengantar untuk membahas tema pokok dari tulisan ini, yaitu persahabatan memberi pengaruh yang signifikan pada kesejahteraan hidup manusia. Karena persahabatan dipandang sebagai hal yang fundamental dalam kehidupan sosial, maka setiap orang berupaya keras untuk membangun dan memelihara persahabatan, dengan cara menginvestasikan waktu, energi, uang, dan sumber daya emosionalnya. Orang mengusahakan semuanya itu karena ia meyakini bahwa sahabat atau persahabatan dapat menumbuhkan penghargaan pada diri, bahwa seorang sahabat dapat bertindak sebagai cermin – membantu untuk mengenali dan memahami diri sendiri, dan bahwa sahabat-sahabat berbagi nilai-nilai yang dapat memberi pengaruh pada kesejahteraan dan kebahagiaan hidup seseorang (Helm, 2010). Hal-hal tersebut merupakan konsekuensi-konsekuensi logis yang diharapkan terjadi dalam suatu persahabatan. Akan tetapi, di sisi lain hal-hal itu malah memunculkan perbedaan pendapat antara pandangan utilitarian atau instrumental dan pandangan non-instrumental. Pandangan instrumental terhadap persahabatan cenderung menitikberatkan pada hal keuntungan, kesenangan, dan manfaat yang dapat diperoleh oleh seseorang dari persahabatan. Sebaliknya, pandangan non-instrumental memandang persahabatan sebagai fenomena yang kompleks, orang bergumul dengan aneka kesulitan untuk memahami apa yang diperlukan oleh seorang sahabat. Hal ini tercermin dari sikap peduli dan perhatian kepada dan demi sahabat itu sendiri (Demir, dkk., 2013).
Tema Hari Studi dalam rangka perayaan 50 tahun berdirinya STFT Widya Sasana, Malang adalah “Kamu adalah Sahabatku.” Mengingat bidang studi yang selama ini saya pelajari terkait dengan psikologi, maka saya ingin membahas pengaruh persahabatan terhadap kesejahteraan hidup manusia dari perspektif psikologi. Tulisan ini berusaha menguraikan hakikat persahabatan, elemen-elemen yang menyusun persahabatan, dan dinamika persahabatan. Tulisan ini juga ingin membahas dampak persahabatan (yang sehat dan yang tidak sehat) terhadap kesejahteraan hidup di setiap tahap perkembangan hidup manusia.

Hakikat dan Dinamika Persahabatan

Persahabatan dapat didefinisikan sebagai suatu relasi yang egaliter antara dua orang, di mana kedua orang tersebut saling tertarik satu sama lain dan tergerak untuk menjalin suatu relasi. Relasi persahabatan yang bersifat sukarela ini dicirikan oleh ikatan-ikatan emosional yang kuat untuk memenuhi tujuan sosio-emosional dari orang-orang yang terlibat di dalamnya (Demir & Weitekamp, 2007). Dengan kata lain, persahabatan itu dicirikan oleh adanya fungsi-fungsi sosial tertentu, terkait dengan konsekuensi-konsekuensi yang diterima oleh seseorang dari suatu persahabatan, misalnya: penerimaan, bantuan, keintiman, penghargaan pada diri, dll. Penelitian-penelitian terdahulu menunjukkan bahwa dalam suatu relasi persahabatan anak-anak, remaja, orang dewasa, dan orang tua cenderung memberi perhatian pada kebersamaan dan hubungan timbal balik. Kebersamaan dan hubungan timbal balik ini ternyata tidak stagnan, terus mengalami perubahan seiring dengan bertambahnya usia seseorang (Hartup & Stevens, 1997). Hal ini menyiratkan bahwa kebersamaan dan hubungan timbal balik dalam persahabatan itu adalah realitas yang tetap dalam hidup manusia, namun dalam realitas sehari-hari hal-hal tersebut mengalami perubahan atau mempunyai berbagai variasi di setiap tahap perkembangan hidup manusia.

Persahabatan juga terkait dengan sejumlah harapan mengenai bagaimana seseorang seharusnya berperilaku atau bertindak untuk sahabatnya. Contohnya, seseorang diharapkan meluangkan waktu yang cukup bersama sahabatnya dan memberi “manfaat positif” kepada


seseorang, terutama untuk melakukan penyesuaian diri. Contohnya, seseorang yang memiliki interaksi negatif dengan teman sebayanya (orang tersebut menarik diri dari pergaulan, merasa terisolasi dan ditolak, atau mempunyai perilaku agresif), akhirnya ia kurang memiliki kesempatan untuk bersosialisasi dan memperoleh pembelajaran sosial yang positif. Akibatnya adalah ia mengalami per-kembangan hidup yang buruk, tidak mampu untuk melakukan penyesuaian diri, dan tidak memiliki kesempatan untuk bersosialisasi.


Berdasarkan model-model yang dipaparkan di atas, memiliki persahabatan atau memiliki seorang sahabat itu fundamental dan bernilai. Ada tiga alasan pokok mengapa persahabatan itu perlu diupayakan. Pertama, karena persahabatan itu dapat meningkatkan kesejahteraan hidup manusia di setiap tahap perkembangan hidupnya, contoh: persahabatan membuat seseorang merasa dicintai, dipahami, dan dihargai. Kedua, kehadiran seorang sahabat itu membuat seseorang merasa didukung, terutama ketika ia sedang menghadapi aneka tantangan dan kesulitani tahap-tahap perkembangan hidupnya, dan yang terakhir, relasi persahabatan itu memberi konteks yang diperlukan oleh seseorang untuk melakukan perbaikan atau perubahan dalam hidupnya karena ia telah melakukan kesalahan di tahap perkembangan sebelumnya. Maksudnya adalah persahabatan itu memiliki peran sebagai interaksi korektif, yang membantu seseorang mengatasi kesulitan untuk melakukan penyesuaian diri di tahap per-kembangan sebelumnya dan untuk mengembangkan potensi diri secara penuh saat ini (Hartup & Stevens, 1997).
Dampak Positif dari Persahabatan yang Sehat


Persahabatan tersebut mengembangkan kemampuan anak-anak untuk membangun kepercayaan diri dan untuk mengekspresikan diri. Persahabatan yang sehat dengan teman-teman sebaya juga membantu mereka mempelajari cara-cara sehat dalam berelasi dengan orang lain, mengelola konflik, dan memecahkan persoalan. Kemampuan-kemampuan tersebut diperlukan untuk membangun dan memelihara relasi interpersonal saat mereka beranjak dewasa (Majors, 2012). Anak-anak yang memiliki persahabatan yang sehat juga mempunyai kemampuan yang lebih baik dalam hal mengelola stres, menghadapi tindakan kekerasan yang dilakukan oleh teman-teman sebaya, mempelajari harga diri dan perilaku pro sosial yang lebih baik, dan mengatasi kesepeian dan depresi (Burk & Laursen, 2005).

Persahabatan yang sehat juga memberi pengaruh positif pada kesejahteraan hidup seseorang di masa remaja. Sebagian besar remaja memiliki setidaknya satu atau dua orang sahabat dan beberapa teman dekat lainnya. Remaja cenderung meluangkan banyak waktu dengan teman-teman mereka daripada dengan orang tua atau anggota keluarga yang lain, misalnya: berinteraksi secara langsung/tatap muka, berbicara di telepon/HP, atau berkomunikasi lewat media sosial (Facebook, Twitter, Instagram, WhatsApp, dll.). Dalam interaksi-interaksi tersebut mereka cenderung memberi perhatian pada hal-hal kedekatan, kesetiaan, keintiman, pengertian, dan dukungan, yang mereka pandang sebagai syarat-syarat yang harus ada dalam suatu persahabatan di masa remaja (Berndt, 2004).


Pada masa dewasa muda, kesejahteraan hidup seseorang lebih dipengaruhi oleh dukungan sosial yang berasal dari sahabat daripada dukungan yang berasal dari keluarga. Akan tetapi, ketika seseorang menjadi semakin dewasa dan bertambah umurnya, relasi-relasi yang didasarkan pada hubungan kekerabatan ternyata lebih mempengaruhi kualitas dan kesejahteraan hidup seseorang (Walen & Lachman, 2000). Pada umumnya, orang dewasa muda yang memiliki beberapa sahabat dekat merasa lebih bahagia daripada mereka yang memiliki sedikit atau tidak memiliki sahabat, dan mereka yang mengatakan bahwa mereka adalah orang yang paling bahagia bertindak lebih sosial dan memiliki hubungan romantis yang lebih
Pengaruh Persahabatan, Kurniawan Dwi M.U

mendalam daripada orang yang kurang atau tidak bahagia (Diener & Seligman, 2002).

Pada masa paruh baya (masa dewasa tengah) persahabatan mempunyai peran yang penting. Masa paruh baya adalah tahap perkembangan yang ditandai oleh perubahan faktor-faktor sosial, kesehatan, dan hubungan intrapersonal yang dalam banyak hal berbeda dari masa dewasa awal dan masa dewasa akhir (masa tua). Orang dewasa di masa paruh baya menghadapi peran-peran sosial yang kompleks yang dicirikan oleh tugas-tugas ganda, yaitu di satu sisi ia perlu memberi dukungan sosial kepada orang lain, tetapi di sisi lain ia menjadi penerima bantuan atau dukungan sosial (Lachman, 2004). Selain itu, masa paruh baya juga diwarnai oleh beberapa hal yang dapat menyebabkan stres, misalnya: infertilitas atau mandul, menopause, perceraian, dan kehilangan pasangan. Tugas ganda (contohnya: mengerjakan suatu pekerjaan dan menjadi orang tua) menyebabkan persahabatan di masa paruh baya bisa “menyatu atau tercampur” dengan tugas ganda tersebut. Penelitian yang dilakukan oleh Hartup dan Stevens (1997) menemukan bahwa di usia paruh baya, orang dewasa menghabiskan kurang dari 10% waktunya dengan teman-temannya. Namun, di sisi lain ditemukan juga bahwa seorang ibu yang bekerja melaporkan bahwa setelah usia 40-an, ia mengunjungi teman-temannya lebih sering dibandingkan dengan periode sebelumnya karena ia ingin membebaskan diri dari tanggung jawab di keluarga. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa tuntutan-tuntutan fungsional mempengaruhi seseorang di usia paruh baya dalam mengalokasikan waktu untuk bertemu atau berkumpul dengan teman-temannya.

Jelas bahwa bersahabat dekat dengan seorang teman, saling berbagi, berbicara/bertukar cerita, memberi dukungan emosional (terutama dalam situasi krisis) penting dalam persahabatan di usia paruh baya (Hartup & Stevens, 1997). Penelitian yang dilakukan oleh Weiss dan Lowenthal (1975) menunjukkan bahwa orang dewasa yang berada di masa paruh baya semakin terlibat dalam menumbuhkan dan memahami suatu relasi daripada remaja dan orang dewasa muda. Tumbuhnya kesadaran akan batas waktu yang tersisa dalam hidup memotivasi orang dewasa pada periode ini untuk menumbuhkan relasi sosial yang lebih bermakna dan berkualitas dengan
sahabat dan keluarga. Hal ini dapat berpengaruh pada berkurangnya kuantitas persahabatan tetapi sejatinya meningkatkan kualitas persahabatan.


Dampak Negatif dari Persahabatan yang tidak Sehat


444 Seri Filsafat & Teologi, Vol. 30 No. Seri 29, 2020
Pengaruh Persahabatan, Kurniawan Dwi M.U


risiko, yaitu mereka akan memiliki sedikit atau tidak memiliki persahabatan timbal balik yang saling menguntungkan. Contohnya adalah relasi maladaptif (yang terkait dengan) dan gejala depresi, dapat menyebabkan remaja yang depresi memilih untuk menjauhkan diri dari lingkungan sosial mereka. Akibatnya adalah kesempatan mereka untuk terlibat dalam persahabatan berkurang. Sebaliknya, orang lain tidak mau bersahabat dengan orang yang depresi tersebut, karena tindakan menjauhkan diri dari lingkungan sosial tersebut dapat ditafsirkan sebagai ketidaktertarikannya pada hidup sosial (Rudolph, dkk., 2008).


Simpulan

Memiliki relasi persahabatan yang baik berpengaruh pada kesejahteraan individu. Temuan beberapa penelitian menunjukkan bahwa persahabatan yang sehat dapat meningkatkan kebahagiaan dan kesejahteraan hidup seseorang, dan lebih lanjut, hasil penelitian juga menunjukkan bahwa orang yang bahagia cenderung berusaha membangun dan memelihara persahabatan. Ada hubungan timbal balik antara persahabatan dan kesejahteraan hidup, yaitu: persahabatan berkontribusi pada kesejahteraan hidup seseorang, dan seseorang yang sejahtera/bahagia akan berusaha menumbuhkan dan memelihara persahabatan. Temuan dari beberapa penelitian juga menunjukkan hubungan antara persahabatan dan kesepian, yaitu: orang yang sedikit memiliki atau tidak memiliki sahabat cenderung mengalami kesepian. Temuan penelitian yang lain membuktikan bahwa memiliki sahabat dan memiliki persahabatan yang sehat terkait dengan tingkat depresi yang rendah. Depresi terjadi karena relasi persahabatan yang buruk, ketika seseorang merasa tidak bahagia dan merasa kesepian.

Penelitian tentang pengaruh persahabatan terhadap kesejahteraan hidup manusia sangat relevan mengingat bahwa banyak tantangan yang harus dihadapi dan diatasi oleh setiap orang di setiap tahap perkembangan hidupnya. Penelitian yang difokuskan pada studi mengenai pengaruh persahabatan terhadap kesejahteraan hidup dapat memberi informasi-informasi yang berguna untuk menghadapi tantangan-tantangan di setiap tahap perkembangan tersebut dan juga, kemungkinan strategi-strategi intervensi yang berguna untuk mencegah dampak negatif dari persahabatan yang tidak sehat dan untuk mempromosikan kesejahteraan hidup.

KEPUSTAKAAN


Development, 62, 284–300.


