SPIRITUALITAS IGNASIAN SEBAGAI JALAN MEMBANGUN KESATUAN HIDUP BERKELUARGA: SEBUAH STUDI KASUS KUALITATIF

IGNATIAN SPIRITUALITY AS A PATH TO BUILDING UNITY IN FAMILY LIFE: A QUALITATIVE CASE STUDY

Gabriel Abdi Susanto
Sekolah Tinggi Filsafat Driyarkara, Indonesia
abdisusanto@yahoo.com

Dikirimkan: 12 Februari 2025; Diterima: 29 Desember 2025
DOI: https://doi.org/10.24071/si.v25i1.11719

ABSTRACT

This article examines Ignatian Spirituality as a spiritual framework capable of fostering and sustaining unity in family life amid differences in character, cultural background, and life values. Departing from the reality of conflicts commonly encountered in contemporary families, the study argues that spirituality functions not merely as a reinforcement of faith but as a transformative force in relational life. Employing a qualitative approach through a case study method, this research focuses on a Catholic married couple who have lived their marital vocation for more than five decades. The primary data consist of personal reflective documents, which are thematically analyzed in light of the principles of Saint Ignatius of Loyola's Spiritual Exercises. The findings demonstrate that key practices of Ignatian Spirituality—such as self-denial, discernment of spirits, freedom from disordered attachments, magnanimity, and humility—play a significant role in managing conflict, deepening mutual understanding, and nurturing relational unity within the family. Concrete practices, including reflective prayer, shared spiritual exercises, open communication, and the courage to undergo personal transformation, emerge as effective pathways for relational healing and growth. This article concludes that Ignatian Spirituality is not merely a personal devotional practice but a holistic and effective approach to building sustainable family unity. By orienting family life toward Christ as its ultimate end, Ignatian Spirituality offers a concrete spiritual resource for families to grow in love, interior freedom, and faithful commitment.

Keywords*: discernment of spirits, family unity, Ignatian spirituality, qualitative case study, spiritual exercises*

ABSTRAK

Artikel ini mengkaji Spiritualitas Ignasian sebagai kerangka rohani yang mampu membangun dan memelihara kesatuan hidup berkeluarga di tengah perbedaan karakter, latar budaya, dan nilai hidup. Berangkat dari realitas konflik yang kerap muncul dalam kehidupan keluarga modern, artikel ini menegaskan bahwa pendekatan spiritual tidak hanya berfungsi sebagai penguatan iman, tetapi juga sebagai sarana transformasi relasi. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus terhadap pasangan suami istri Katolik yang telah menjalani kehidupan perkawinan lebih dari lima dekade. Data utama diperoleh dari dokumen refleksi personal yang dianalisis secara tematik dalam terang prinsip-*prinsip Latihan Rohani* Santo Ignatius Loyola. Hasil penelitian menunjukkan bahwa praktik-praktik utama Spiritualitas Ignasian—seperti *self-denial* (menyangkal diri), *discernment of spirits*

This work is licensed under CC BY-SA.
Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License.

(pembedaan roh), kebebasan dari kelekatan tak teratur, jiwa besar, dan kerendahan hati—berperan signifikan dalam mengelola konflik, memperdalam saling pengertian, serta menumbuhkan kesatuan relasional dalam keluarga. Refleksi, doa bersama, keterbukaan dalam komunikasi, dan keberanian untuk mengubah diri sendiri terbukti menjadi jalan konkret bagi transformasi relasi pasutri. Artikel ini menyimpulkan bahwa Spiritualitas Ignasian bukan sekadar praktik rohani personal, melainkan sebuah pendekatan holistik yang relevan dan efektif dalam membangun kesatuan hidup berkeluarga secara berkelanjutan. Dengan menempatkan Kristus sebagai orientasi tujuan hidup, Spiritualitas Ignasian memberikan kekuatan rohani yang nyata bagi keluarga untuk bertumbuh dalam kasih, kebebasan batin, dan kesetiaan.

Kata kunci: kesatuan keluarga, latihan rohani, pembedaan roh, spiritualitas Ignasian, studi kasus

1. PENDAHULUAN

Keluarga merupakan unit sosial paling dasar yang menjadi ruang pertama pembentukan kepribadian, nilai, dan iman setiap individu. Dalam kehidupan keluarga, relasi kasih tidak pernah terlepas dari dinamika perbedaan—baik perbedaan karakter, latar budaya, cara pandang, maupun ekspektasi hidup. Perbedaan tersebut merupakan realitas yang tak terhindarkan, namun sering kali menjadi sumber konflik yang menggerogoti kesatuan hidup berkeluarga apabila tidak dikelola secara dewasa dan reflektif. Paus Fransiskus menegaskan bahwa keluarga bukanlah realitas yang statis, melainkan sebuah proses pertumbuhan yang menuntut kesediaan untuk belajar mengasihi dalam situasi konkret kehidupan sehari-hari (Pope Francis, 2016).[1]

Berbagai pendekatan telah dikembangkan untuk membantu keluarga menghadapi konflik dan membangun relasi yang sehat. Psikologi keluarga menekankan pentingnya komunikasi interpersonal, keterbukaan emosional, serta kemampuan mengelola perbedaan secara adaptif (Gottman, 1999; Markman et al., 2010). Pendekatan sosiologis memandang keluarga sebagai sistem relasional yang terus bernegosiasi antara peran, nilai, dan kepentingan individual (Hochschild, 2012a). Sementara itu, pendekatan etika relasional menyoroti pentingnya empati, tanggung jawab, dan pengorbanan sebagai dasar keberlanjutan relasi. Meskipun pendekatan-pendekatan ini memberikan kontribusi penting, fokusnya sering kali terbatas pada aspek psikologis dan sosial, tanpa secara mendalam menyentuh dimensi batiniah dan spiritual yang menjadi sumber motivasi terdalam manusia dalam berelasi.

Dalam konteks inilah spiritualitas menjadi elemen penting dalam membangun kesatuan hidup berkeluarga. Spiritualitas tidak hanya berfungsi sebagai praktik religius, tetapi sebagai

[1] Paus Fransiskus, *Amoris Laetitia* (2016), no. 325.

orientasi hidup yang membentuk cara seseorang memandang diri, pasangan, konflik, dan tujuan hidup bersama. Salah satu spiritualitas yang menawarkan kerangka reflektif sekaligus praksis dalam mengelola relasi adalah Spiritualitas Ignasian, yang berakar pada pengalaman rohani Santo Ignatius Loyola dan dirumuskan dalam *Latihan Rohani*.[2]

Pada intinya, Spiritualitas Ignasian bertumpu pada **Asas dan Dasar**[3], yaitu kesadaran bahwa manusia diciptakan untuk memuji, menghormati, dan mengabdi Tuhan, dan bahwa segala sesuatu lainnya merupakan sarana untuk mencapai tujuan tersebut (Ignatius Loyola, 1993). Prinsip ini membantu individu membedakan antara tujuan dan sarana dalam hidup, termasuk dalam relasi keluarga. Konflik sering kali muncul ketika sarana—seperti ego, kenyamanan pribadi, gengsi, atau keinginan untuk menang—menggantikan tujuan sejati relasi, yakni kasih yang mempersatukan. Dengan menempatkan tujuan hidup secara benar, Spiritualitas Ignasian menyediakan landasan bagi proses pembedaan (discernment) yang jujur dan membebaskan.

Berangkat dari Asas dan Dasar ini, Spiritualitas Ignasian mengembangkan prinsip-prinsip lain yang relevan bagi kehidupan keluarga, seperti self-denial (menyangkal diri), kebebasan dari kelekatan tak teratur (*indifference*), jiwa besar (*magnanimity*), kerendahan hati, serta *discernment of spirits* (pembedaan roh). Prinsip-prinsip ini tidak dimaksudkan sebagai ideal moral abstrak, melainkan sebagai latihan konkret yang membantu seseorang mengenali gerak batin, mengelola konflik, dan mengambil keputusan yang lebih selaras dengan kasih. Dalam konteks relasi suami istri, praktik-praktik Ignasian ini menuntun individu untuk berani mengubah diri sendiri, alih-alih menuntut perubahan dari pasangan.

Meskipun Spiritualitas Ignasian memiliki kekayaan konseptual dan praksis yang mendalam, kajian akademik yang menempatkannya secara konkret dalam konteks kehidupan berkeluarga—terutama melalui studi kasus kualitatif—masih relatif terbatas. Banyak pembahasan mengenai Spiritualitas Ignasian berfokus pada kehidupan religius, pendidikan, atau kepemimpinan, sementara penerapannya dalam dinamika keluarga sehari-hari belum banyak dieksplorasi secara sistematis.

---

[2] Ignatius Loyola, St. Latihan St. Ignatius Loyola. Diterjemahkan oleh J. Darminta, SJ. Pusat Spiritualitas Girisonta. Yogyakarta: Kanisius, 1993.

[3] *"Manusia diciptakan untuk memuji, menghormati, dan mengabdi Allah Tuhan kita, dan dengan demikian menyelamatkan jiwanya. Hal-hal lain di atas bumi diciptakan untuk manusia, dan untuk membantunya mencapai tujuan ia diciptakan. Dari situ manusia harus menggunakan semuanya sejauh hal-hal itu membantunya mencapai tujuan itu, dan harus melepaskan diri darinya sejauh menghalanginya. Oleh karena itu kita perlu menjadikan diri kita tak terikat terhadap segala hal ciptaan, sejauh hal itu diserahkan kepada kebebasan kehendak kita dan tidak dilarang, sehingga kita tidak lebih menginginkan kesehatan daripada sakit, kekayaan daripada kemiskinan, kehormatan daripada kehinaan, hidup panjang daripada hidup pendek, melainkan hanya menginginkan dan memilih apa yang lebih menghantar kita kepada tujuan kita diciptakan."*

Berdasarkan latar belakang tersebut, artikel ini bertujuan untuk mengkaji bagaimana Spiritualitas Ignasian berfungsi sebagai jalan rohani dalam membangun dan memelihara kesatuan hidup berkeluarga. Dengan menggunakan pendekatan kualitatif melalui studi kasus pasangan suami istri Katolik yang telah menjalani kehidupan perkawinan lebih dari lima dekade, artikel ini menelusuri pengalaman konkret, konflik, dan proses transformasi relasional dalam terang prinsip-prinsip *Latihan Rohani* Santo Ignatius Loyola. Melalui kajian ini, artikel ini hendak menunjukkan bahwa Spiritualitas Ignasian bukan sekadar praktik devosional personal, melainkan sebuah kerangka holistik yang relevan dan efektif untuk membantu keluarga bertumbuh dalam kasih, kebebasan batin, dan kesetiaan dalam kehidupan modern.

2. METODE

2.1 Pendekatan dan Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus intrinsik. Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk memahami secara mendalam pengalaman hidup, makna, serta proses reflektif yang dialami oleh pasangan suami istri dalam membangun kesatuan hidup berkeluarga. Studi kasus intrinsik dipandang relevan karena fokus penelitian bukan pada generalisasi, melainkan pada pendalaman satu kasus yang secara khas memperlihatkan dinamika penerapan prinsip-prinsip Spiritualitas Ignasian dalam kehidupan keluarga (Stake, 1995).

Pendekatan ini memungkinkan peneliti untuk menangkap kompleksitas relasi, pergulatan batin, dan transformasi spiritual yang tidak dapat diukur secara kuantitatif, tetapi terungkap melalui narasi, refleksi, dan interpretasi makna.

2.2 Partisipan Penelitian

Partisipan dalam penelitian ini adalah sepasang suami istri Katolik (selanjutnya disebut dengan inisial **P1** dan **P2**) yang telah menjalani kehidupan perkawinan selama lebih dari lima dekade. Pasangan ini dipilih secara purposif dengan beberapa pertimbangan: (1). Lamanya masa hidup perkawinan yang memungkinkan refleksi atas dinamika relasi jangka panjang; (2). Keterbukaan partisipan dalam merefleksikan pengalaman konflik dan pertumbuhan relasional; serta (3). Kekayaan narasi yang memperlihatkan proses transformasi batin dalam kehidupan berkeluarga.

Penting dicatat bahwa partisipan P1 merupakan mantan anggota Ordo Serikat Yesus (Yesuit) yang telah mengundurkan diri setelah menjalani pendidikan selama beberapa tahun. Dalam proses kehidupan selanjutnya, P1 masih menjadikan spiritualitas (Ignasian) yang ditanamkan dalam dirinya oleh para pendidik di Ordo Serikat Yesus sebagai cara bertindak dalam kehidupan sehari-hari terutama dalam kehidupan rumah tangga. Karena itu, refleksi dan praktik hidup yang dinarasikan menunjukkan pola-pola yang secara substantif sejalan dengan kerangka Spiritualitas Ignasian.

2.3 Sumber dan Teknik Pengumpulan Data

Data utama penelitian diperoleh dari dokumen refleksi personal yang ditulis oleh partisipan dan memuat pengalaman hidup berkeluarga, konflik relasional, proses pengambilan keputusan, serta refleksi iman yang menyertainya. Dokumen ini bersifat naratif dan reflektif.[4] Untuk memperkuat pemahaman konteks dan memperdalam makna refleksi, data tersebut dilengkapi dengan klarifikasi naratif melalui percakapan (wawancara) reflektif tidak terstruktur antara peneliti dan partisipan. Selain itu, data sekunder diperoleh dari literatur akademik dan spiritual mengenai Spiritualitas Ignasian, khususnya *Latihan Rohani* Santo Ignatius Loyola dan karya-karya teolog serta praktisi Ignasian.

2.4 Instrumen Penelitian dan Posisi Peneliti

Dalam penelitian kualitatif, peneliti merupakan instrumen utama (Patton, 2015). Peneliti[5] dalam studi ini memiliki latar belakang pemahaman dan keterlibatan dalam tradisi Spiritualitas Ignasian, yang memungkinkan interpretasi data dilakukan secara reflektif dan kontekstual. Kesadaran akan posisi ini mendorong peneliti untuk terus melakukan refleksi diri guna meminimalkan bias interpretatif dan menjaga keterbukaan terhadap makna yang muncul dari data. Refleksivitas peneliti dijaga melalui pencatatan proses interpretasi, dialog dengan literatur, serta pembacaan ulang data secara berulang untuk memastikan bahwa analisis berangkat dari pengalaman partisipan, bukan dari asumsi awal peneliti.

---

[4] Damar Harsanto dkk., *Membangun Keluarga Berdasarkan Semangat Ignasian: Antologi Pengalaman Berkeluarga Awam Yesuit* (Yogyakarta: Kunca Wacana bekerja sama dengan Yayasan Sesawi, 2025), hlm. 1–13.

[5] Peneliti pernah menjadi siswa di Seminari Menengah Mertoyudan (1991-1995), Magelang dan anggota Serikat Yesus Provinsi Indonesia dari tahun 1995-2001. Selama waktu itu, peneliti mendapatkan pendidikan penanaman Spiritualitas Yesuit (Ignasian) melalui proses formasi baik di tahapan seminari menengah maupun di Novisiat juga tahap filosofan (belajar filsafat di Sekolah Tinggi Filsafat Driyarkara). Pemahaman mendalam mengenai spiritualitas didapat baik dari pembacaan dokumen maupun dari kuliah lisan.

2.5 Teknik Analisis Data

Analisis data dilakukan dengan analisis tematik reflektif, melalui tahapan berikut:

1. **Pembacaan berulang** terhadap dokumen refleksi untuk memahami konteks dan alur pengalaman partisipan.
2. **Identifikasi kata kunci dan tema awal** yang berkaitan dengan konflik, relasi, pengambilan keputusan, dan pengalaman batin.
3. **Pengelompokan tema** berdasarkan prinsip-prinsip utama Spiritualitas Ignasian, seperti *self-denial*, *discernment of spirits*, kebebasan dari kelekatan tak teratur, kerendahan hati, dan jiwa besar.
4. **Interpretasi tematik** dengan mengaitkan pengalaman partisipan dengan kerangka *Latihan Rohani* Santo Ignatius Loyola serta literatur pendukung.
5. **Penarikan makna reflektif**, yaitu memahami bagaimana prinsip-prinsip Ignasian berfungsi dalam membentuk kesatuan hidup berkeluarga.

2.6 Keabsahan Data

Keabsahan data dijaga melalui beberapa strategi, antara lain: (1). **Triangulasi sumber**, dengan membandingkan refleksi personal, klarifikasi naratif, dan literatur Ignasian; (2), **ketekunan pengamatan**, melalui pembacaan mendalam dan berulang terhadap data; dan, (3) **konsistensi teoretis**, yakni kesesuaian antara tema-tema yang muncul dan kerangka Spiritualitas Ignasian yang digunakan.

2.7 Batasan Penelitian

Penelitian ini bersifat kontekstual, sehingga temuan-temuannya lebih relevan untuk keluarga dengan latar belakang Agama Katolik atau mereka yang ingin menerapkan prinsip-prinsip Spiritualitas Ignasian. Studi ini juga bergantung pada narasi subjektif, sehingga tidak mewakili semua pengalaman keluarga.

2.8 Etika Penelitian

Penelitian ini memperhatikan prinsip-prinsip etika penelitian kualitatif. Identitas partisipan disamarkan dengan penggunaan inisial untuk menjaga privasi dan kerahasiaan. Partisipan memberikan persetujuan atas penggunaan refleksi personal mereka untuk kepentingan akademik. Penelitian ini tidak menimbulkan risiko psikologis maupun sosial bagi

partisipan, serta dilakukan dengan menjunjung tinggi sikap hormat terhadap pengalaman hidup dan iman mereka.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1. Kisah Pasutri P1 dan P2

3.1.1. Awal Perkawinan

3.1.1.1.Dua Kasus

Sebagai pasangan suami istri Katolik, P1 dan P2 menyadari bahwa Perkawinan Katolik itu tidak bisa dipisahkan sampai maut sendiri yang memisahkan. Ini sudah disadari saat misa pemberkatan perkawinan 55 tahun lalu. Namun, P1 merasa, untuk sampai menjalani komitmen ini semestinya ada yang menopang agar cinta ini bisa awet seumur hidup. Khususnya menopang perbedaan-perbedaan yang ada antara kedua belah pihak sehingga bisa dikelola dengan baik. Dengan demikian, kesatuan sebagai keluarga Katolik tetap terjaga seumur hidup. Mulailah P1 menuturkan dua kasus kecil di awal perkawinan.

> **Kasus Pertama**
> *Suatu hari saya pulang dari kantor dan ketemu P2 di rumah tetapi dia diam saja saat saya memulai sambutan dengan seruan singkat "Hai P2, baik-baik saja di rumah?" Tetapi dia diam saja, tidak menjawab dan membalas seruan saya. Saya diam juga, ganti pakaian kemudian membaca koran. Saat sudah mendekati makan malam, saya tanya: "Ada makanan kan?". Dia diam sambil menyediakan makanan. Selesai makan, masih diam. Saya masih meneruskan membaca koran. Menjelang tidur, kami berdua masih diam satu sama lain. Tidak ada celetukan sama sekali. Sampai akhirnya saat tengah malam saya kaget mendengar teriakan P2, "Kamu kawin saja dengan koran!"*
> *"Lho maksudmu apa?" jawab saya agak bingung.*
> *"Coba bayangkan Mas. Dari pulang kantor yang kamu cari koran, sebelum makan yang dipegang koran, sesudah makan juga koran yang disentuh!" seru P2.*
> *Kaget juga saya dengan kejadian ini.*
> *"Selama 8 jam lebih saya di rumah sendiri ngomong hanya dengan pembantu," seru P2.*
> *Saya sadari apa yang disampaikan P2 dengan berteriak itu tidak ada yang salah. Saya mengakui kebenaran itu dan tidak menolaknya. Setelah P2 menuntaskan keluhannya, saya kemudian menanggapinya dengan kalimat,*
> *"Maaf, saya tidak sadar" Mungkin kalau saya jawab "So what?" Hancurlah perkawinan kami.*

Situasi tegang ini rupanya tidak berhenti sampai di situ. Kejadian lain menyusul. Bahkan lebih gawat.

Kasus Kedua

Setahun setelah menikah saya ditugaskan Rm Kadarman, Direktur dan Pendiri LPPM, Menteng agar saya sekolah di Asian Institute of Management di Philipina dan saya diizinkan membawa isteri. Salah satu mata kuliah yang harus saya ikuti adakah Psikologi di Universitas Ateneo. Sangat mengagetkan tetapi juga sangat menyenangkan karena ternyata dosennya cantik sekali.

Maka, timbulah keinginan-keinginan manusiawi saya: ingin sering ketemu terus dan pura-pura menanyakan beberapa hal yang yang sebetulnya sudah saya pahami. Dalam hati, yang penting dalam sesi itu: saya ketemu, kesengsem, bahkan ingin mencium.

Keinginan ini begitu kuat hingga saya kerap minta izin P2 agar bisa dulu ke kampus meski sebenarnya hanya ingin ketemu dosen cantik itu. Namun, rupanya di sisi lain, dalam hati ada yang mengingatkan saya. Roh baik itu bilang; "Ingat janjimu ke P2 dan Tuhan."

Tarik menarik dua kekuatan itu (roh baik dan roh jahat) membuat saya akhirnya memutuskan untuk mengaku ke P2 dan membeberkan semua godaan yang saya alami terkait dengan dosen cantik itu.

"Mom (panggilan saya ke P2) saya kasih tahu. Dosen psikologi saya itu cantik sekali".

"Kepengen yah?"komentgr singkat P2. "Makanya sering pamit mau ke Atheneo. Biar bisa ketemu lama yah?", ungkap P2.

Rupanya bukan saya yang mengaku dosa tetapi justru P2 yang malah membuka rahasia saya. Rupanya dia sudah tahu. Namun, yang membuat saya terkejut adalah permintaan P2,

"Kapan kamu mau ketemu dia? Aku ikut biar bisa lihat juga? "ujar P2.

Mendengar apa yang disampaikan P2, saya langsung lemas. Ternyata apa yang saya rahasiakan selama ini, sudah diketahui P2. Saat kami berdua ketemu si dosen, P2 malah komentar,

"Bener Mas, cantik sekali! Nyesel ya kamu ha ha ha haaaa……" serunya.

Dari kedua kasus ini, P1 menemukan beberapa hal penting dalam perkawinan agar tetap bisa bersatu meski penuh perjuangan. Kasus pertama, P1 menegaskan bahwa kesatuan harus didasari pada, (1) pengenalan akan sifat dan minat kedua pribadi dan (2) kesediaan untuk menerima perbedaan-perbedaan yang ada. (3) Kesadaran ini akan menuntun pasutri sampai pada sikap saling mengerti atau *understanding*.

Kesadaaran itu tidak terjadi otomatis. Sering sukar sampai ke arah itu. Bahkan bisa jadi salah satu, atau keduanya harus rela dan banyak berkorban. Ambil contoh misalnya. Sejak P1 didamprat P2, dirinya mulai menyadari dan bertekad tidak ingin "kawin dengan koran". Mulailah P1 rela menemani dan mengantar P2 ke pasar, ikut mendengarkan P2 tawar-menawar dengan para pedagang, yang bagi P1 sering terasa menyedihan bagi si penjual. P1 juga harus berkorban dengan tidak menonton pertandingan sepak bola di Senayan yang disenanginya karena 'terpanggil' untuk menemani P2 berbelanja.

Sementara kasus terpincut dosen cantik juga menimbulkan pertempuran dalam hati (nurani). Ini karena P1 benar-benar jatuh hati, namun sudah terlanjur sumpah di hadapan Tuhan untuk mencintai dalam suka dan duka sampai mati. Untungnya, di saat-saat genting itu, ada dorongan kuat untuk 'mengaku' meski dibayangi 'pertempuran hebat'. Dan untungnya lagi, keberanian mengaku itu cukup kuat untuk mengalahkan ketakutan bakal terjadi 'perang dunia' (pertengkaran hebat). Karena, ternyata pengakuan bahwa P1 telah jatuh hati pada dosennya itu diterima dengan baik oleh P2. Malah P2 mengajak ketemu dosen cantik itu.

Peristiwa penerimaan atas pengakuan ini merupakan jawaban penuh *understanding* yang ternyata sangat diperlukan dalam usaha bersatu dalam kehidupan keluarga. Sikap *Understanding* dari P2 itu menurut P1 dianggap sebagai 'pengampunan atas kesalahan atau kekurangan yang melekat cukup dalam dalam diri P1 yaitu: 'mudah jatuh hati pada perempuan cantik.'

3.1.1.2.Perspektif Psikologi Keluarga Modern

Komunikasi dan kesetiaan merupakan dua aspek fundamental yang menentukan keharmonisan hubungan (rumah tangga) jangka panjang. Berdasarkan dua kasus yang dialami oleh P1 dan P2, dari perspektif psikologi keluarga modern, dinamika komunikasi dan manajemen godaan dalam relasi pasangan suami istri dapat dilihat dalam beberapa aspek.

Pentingnya komunikasi interpersonal dalam pernikahan. Kasus pertama mencerminkan pentingnya komunikasi interpersonal dalam menjaga hubungan yang sehat. Menurut Markman et al. (2010) dalam bukunya "*Fighting for Your Marriage*", komunikasi yang buruk sering kali menjadi pemicu utama konflik dalam pernikahan. P1 yang sibuk dengan koran tanpa menyadari kebutuhan emosional P2 menunjukkan kurangnya komunikasi yang responsif. Gottman & Silver (1999) dalam "The Seven Principles for Making Marriage Work" menegaskan bahwa salah satu kunci keberhasilan pernikahan adalah *turning toward each other*, yaitu keterampilan untuk merespons pasangan dengan perhatian dan kepedulian.

Dalam kasus ini, reaksi emosional P2 yang mengekspresikan ketidakpuasannya merupakan bentuk *bid for attention*, atau permintaan perhatian dari pasangan, yang jika diabaikan dapat memicu ketegangan jangka panjang. Berdasarkan penelitian Fincham & Beach (2010), pasangan yang secara aktif berpartisipasi dalam komunikasi yang responsif dan terbuka cenderung memiliki hubungan yang lebih stabil dibandingkan pasangan yang mengabaikan perasaan satu sama lain. P1 akhirnya belajar untuk lebih beradaptasi dengan kebutuhan emosional P2, yang sejalan dengan konsep *emotional attunement* dari Johnson (2004) dalam

"The Practice of Emotionally Focused Couple Therapy" yang menyatakan bahwa pasangan yang secara emosional peka terhadap pasangannya lebih mampu menyelesaikan konflik dengan damai.

Terkait dengan manajemen godaan dan kesetiaan dalam pernikahan, kasus kedua berkaitan dengan tantangan dalam menjaga kesetiaan. Menurut Glass (2003) dalam "Not Just Friends", godaan dalam pernikahan sering kali muncul dari ketertarikan terhadap orang lain di luar pasangan, dan dapat berkembang menjadi keterlibatan emosional atau bahkan perselingkuhan jika tidak dikelola dengan baik. P1 menghadapi tarik-menarik antara kesetiaan kepada P2 dan ketertarikannya pada dosen cantik, yang merupakan fenomena psikologis umum dalam relasi jangka panjang. Dalam kajian psikologi pernikahan, Buss & Shackelford (1997) dalam Jurnal Personality and Individual Differences menyoroti bahwa dorongan biologis manusia cenderung menginginkan variasi dalam hubungan romantis, tetapi kontrol diri dan komitmen adalah faktor utama yang menentukan keberhasilan pernikahan. P1 akhirnya memilih untuk terbuka dan mengakui perasaannya kepada P2, yang merupakan langkah penting dalam menjaga transparansi dalam pernikahan. Tanggapan P2 yang penuh humor dan pemahaman menunjukkan tingginya tingkat *marital satisfaction*, sebagaimana dijelaskan oleh Karney dan Bradbury (2005) dalam Jurnal Journal of Marriage and Family, bahwa pasangan dengan tingkat kepercayaan dan keterbukaan tinggi lebih mampu mengatasi tantangan dalam hubungandibandingkan dengan pasangan yang cenderung menyembunyikan perasaan mereka.

Jadi, kunci keberhasilan pernikahan dalam psikologi keluarga, bisa diuraikan dalam beberapa prinsip: (1) Komunikasi responsif, pasangan perlu mengenali dan merespons kebutuhan emosional satu sama lain untuk membangun koneksi yang lebih dalam (Gottman, 1999). (2) Kesadaran dan adaptasi, menyadari perbedaan dalam kebiasaan dan minat membantu pasangan lebih memahami dan menghargai satu sama lain (Markman et al., 2010). Dan, (3) manajemen godaan dan transparansi. Keterbukaan dalam menyampaikan perasaan dapat membantu menjaga kesetiaan dan memperkuat kepercayaan dalam hubungan (Glass, 2003).

Dari perspektif psikologi keluarga modern, pernikahan yang langgeng bukan hanya bergantung pada cinta di awal hubungan, tetapi juga keterampilan untuk berkomunikasi, beradaptasi, dan mengelola tantangan yang muncul sepanjang perjalanan hidup bersama.

3.1.2. Perbedaan Fundamental Terasa Sekali

3.1.2.1.*China dan Jawa*

Kedua kasus yang telah disampaikan sebelumnya bagi P1 rupanya masih dianggap sebagai ujian. P1 belum merasa dihadapkan pada persoalan perbedaan yang lebih mendalam, seperti misalnya perbedaan karakter, perbedaan nilai dan perbedaan budaya. Tentu saja, di antara mereka ada perbedaan yang mencolok.

P2 adalah keturunan China dan P1 adalah keturunan Jawa yang masing-masing mempunyai latar belakang kuat terkait budaya. Ciri yang terlihat dalam hidup pasutri ini misalnya: P2 sebagai keturunan China lebih terbuka, lebih mudah berkata terus terang dan apa adanya, bahkan bisa menyakitkan. Terhadap tantangan seperti itu orang Jawa lebih cenderung 'mendem jero' atau menyimpan dalam hati.

Disamping itu juga ada minat dan keinginan yang sangat berbeda antara P2 dan P1. P2 cenderung rapi, bersih, dan hemat. P1 cenderung tidak peduli dan *bossy* (maunya dilayani dan memerintah). Maka ketika pulang dari kantor, P1 cenderung seenaknya melepas sepatu dan menaruh asal-asalan. Tak heran, sikap itu kemudian direspon P2 dengan kalimat, "sepatunya ditaruh ditempatnya dong!". Dan bila P1 mau makan, saat memegang piring dan hendak mengambil makanan, tiba-tiba terdengar suara nyaring, "cuci tangan dulu deh", seru P2. Saat keluar kamar dan lampu tetap nyala, terdengar teriakan, "lampu dimatiin dong!" Perintah-perintah seperti ini, menurut P1 pada dasarnya baik. Namun, P1 menganggapnya sebagai sebuah penghinaan dan dianggap sebagai ungkapan kurang menghargai kerja kerasnya di kantor. Bagi P1, bukankah semua hal itu menjadi tugas perempuan?

Ini semua baru perbedaan gaya. Belum lagi perbedaan-perbedaan yang lebih berat seperti perbedaan minat, perbedaan kepentingan, perbedaan hasrat, dan perbedaan cara penyelesaiannya. Suatu saat, pernah terjadi demikian. P2 dan P1 mengendarai mobil dan bertengkar hebat tentang perbedaan-perbedaan yang makin tampak menajam dan meningkat. Pertengkaran ini menyebabkan P2 sampai harus berteriak dan berniat keluar dari mobil saat itu, meski mobil masih berjalan. Ketegangan itu menyebabkan P1 gerah dan tidak krasan dan berniat tinggal di luar rumah. Untung keinginan itu tidak dijalankannya. Namun, keinginan itu menguat, hingga suatu hari, P1 pergi dan meninggalkan pesan di sebuah kertas kecil bertuliskan, "Saya pergi, dan jangan mencari saya. Juga jangan lapor ke anak-anak." Kebetulan saat itu anak-anak mereka masih sekolah di luar negeri.

P1 pun akhirnya menyadari dan bertanya dalam hati : mengapa harus diatasi dengan *minggat*? (Jawa : pergi tanpa pamit) Dia sadar bahwa kondisi ini tidak membuatnya nyaman;

bertengkar dan masing-masing merasa benar. Hingga akhirnya, ia pergi ke Semarang untuk bertemu dengan pastor pembimbing rohaninya, Romo FX. Tandean SJ. Dalam pertemuannya dengan Romo Tandean, P1 berkisah:

> *Saat pertemuan itu, aku menceritakan segalanya—setiap pertengkaran, setiap ketidakpuasan, setiap luka yang tertinggal dalam hubungan kami. Kata-kataku penuh dengan pembelaan diri, menyiratkan bahwa kesalahan ada pada P2, bahwa dialah yang seharusnya berubah. Aku ingin jawaban, ingin solusi, ingin jalan keluar yang bisa membuatnya mengerti dan mengubah sikapnya.*
> *Romo mendengarkan dengan sabar, tanpa menyela. Matanya tajam, tetapi penuh belas kasih, seolah melihat lebih dalam daripada apa yang sanggup kusampaikan. Setelah aku menumpahkan semua yang ada di hatiku, ia akhirnya bertanya dengan suara yang dalam dan penuh keyakinan, "Kamu ingin P2 berubah?"*
> *"Ya, Romo! Bagaimana caranya?" tanyaku penuh harap.*
> *Namun, jawaban yang kudapat bukanlah yang kuinginkan. Romo menatapku lekat dan berkata dengan tegas, "Kamu tidak bisa mengubah dia. Satu-satunya yang bisa kamu ubah adalah dirimu sendiri."*
> *Kata-kata itu menghantamku seperti petir di siang bolong. Aku terdiam, merasa seakan seluruh pemahamanku tentang hubungan ini runtuh dalam sekejap. Bagaimana mungkin? Bukankah selama ini aku berusaha mencari cara agar P2 berubah? Mengapa justru aku yang harus berubah?*
> *Romo memberiku waktu untuk merenungkan itu semua. Hari itu, aku diminta untuk menyelami kitab suci—secara khusus, Injil Markus 8:34 dan Lukas 9:23. Ayat-ayat yang berbicara tentang menyangkal diri, memanggul salib, dan mengikut Kristus.*
> *Saat membaca dan merenungkannya, pergulatan batinku semakin dalam. Aku bertanya pada diriku sendiri: mengapa aku hidup? Mengapa aku memilih pernikahan ini? Apakah aku sungguh memahami maknanya? Hari itu bersama Romo Tandean menjadi titik balik yang tak terduga. Sebelum aku pulang, ia memberi satu perintah terakhir—mengundang P2 ke Semarang untuk berekoleksi bersama.*

Dan di sanalah, dalam perjalanan batin yang panjang itu, P1 merasa dihancurkan oleh Sabda Tuhan sendiri. Ia dihadapkan pada realitas bahwa cinta sejati bukan soal menuntut perubahan dari orang lain, melainkan tentang belajar menyerahkan diri, menyangkal ego, dan memanggul salib dengan penuh kerelaan. Hanya dengan begitu, P1 merasa benar-benar mengikuti-Nya.

Dalam perjalanan memahami *self-denial*, P1 mulai membuka kembali peristiwa-peristiwa yang kerap terjadi di antara mereka. Di setiap konflik, yang selalu muncul adalah keinginan untuk mempertahankan kebenaran masing-masing, sebuah pertarungan ego di mana P1 mencoba membenarkan diri sendiri dan secara tak langsung menyalahkan P2. P1 melanjutkan ceritanya:

Perubahan perlahan terjadi ketika aku mulai mencoba memahami pandangan P2—bukan sekadar mendengar, tetapi benar-benar menyelami maksudnya. Aku berusaha merangkum apa yang ia katakan, lalu memeriksanya kembali padanya. Jika ia merasa pemahamanku benar, maka aku tahu aku telah menangkap maksudnya dengan baik. Jika tidak, aku belajar untuk meminta maaf dan mengulanginya hingga P2 benar-benar merasa bahwa aku memahami apa yang ia maksud.

Proses ini tidak mudah. Mengakui bahwa aku salah dalam memahami P2 bukanlah hal yang nyaman. Setiap kali ia memberikan umpan balik bahwa aku keliru, ada dorongan dalam diriku untuk membela diri, untuk menolak kesalahan itu. Namun, di titik ini aku menyadari sesuatu yang mendasar: ketidaksiapan menerima kesalahan dalam memahami orang lain adalah batu penghalang terbesar bagi saling pengertian.

Ketika aku akhirnya bisa menerima bahwa aku salah—dan lebih dari itu, memahami di mana letak kesalahanku—aku justru merasakan semacam ***konsolasi batin*** *yang mendalam. Sebuah kedamaian yang ingin kujaga, bukan sekadar demi menghindari konflik, tetapi karena aku mulai melihat bahwa dalam memahami orang lain, ada kasih yang tumbuh.*

Dari titik ini, lahirlah sebuah keseimbangan baru: setelah aku memahami P2, tanpa kusadari, P2 pun mulai memahami aku. Namun, ini bukanlah tentang menuntut pemahaman darinya. Aku hanya berusaha menemukan di mana letak perbedaan di antara kami, bukan untuk diperdebatkan, melainkan untuk dipahami. Seiring berjalannya waktu, pola ini berulang, dan konflik yang dulu sering muncul perlahan mulai mereda. Aku tak tahu pasti apakah semua ini terjadi semata-mata karena kesediaan kami untuk memahami satu sama lain. Namun, satu hal yang jelas: berkurangnya kesalahpahaman membawa dampak yang nyata pada hubungan kami—kerukunan, bahkan kemesraan, tumbuh dengan lebih alami.

Konflik yang mereka alami sering kali berakar pada ketidaksiapan untuk menerima perbedaan pemahaman. Sesederhana memilih jam misa di hari Minggu bisa menjadi perdebatan yang tak berujung. Jika masing-masing mempertahankan keinginan sendiri, akhirnya mereka akan pergi misa di waktu yang berbeda. Namun, ketika ada kesediaan untuk memahami keinginan satu sama lain, P1 menyadari bahwa memanggul salib bukan selalu tentang penderitaan besar—kadang ia hadir dalam bentuk sederhana: merelakan sesuatu demi kebersamaan. Dan mungkin, di situlah letak makna salib yang sebenarnya.

3.1.2.2.Perspektif Psikologi Keluarga Modern

Dalam dinamika hubungan pernikahan modern, konflik antara pasangan sering kali muncul bukan hanya karena perbedaan latar belakang budaya, tetapi juga karena perbedaan nilai, pola pikir, dan ekspektasi terhadap peran masing-masing dalam rumah tangga. Kisah P1 dan P2 menggambarkan bagaimana perbedaan ini dapat menimbulkan gesekan yang tajam, bahkan berujung pada keinginan untuk meninggalkan hubungan. Namun, melalui refleksi

mendalam, P1 menemukan bahwa penyelesaian konflik tidak terletak pada perubahan pasangan, melainkan pada perubahan diri sendiri. Perspektif ini dapat dianalisis lebih jauh dalam kerangka psikologi keluarga modern.

John Gottman dalam "The Seven Principles for Making Marriage Work" (1999), mengungkapkan bahwa pasangan yang berhasil bukanlah mereka yang tidak mengalami konflik, melainkan mereka yang mampu mengelola konflik dengan cara yang sehat. Salah satu faktor utama yang menentukan keberhasilan hubungan adalah bagaimana pasangan memahami dan merespons perbedaan. Dalam kasus P1 dan P2, P1 pada awalnya melihat P2 sebagai sumber masalah, tetapi seiring waktu, ia menyadari bahwa keberhasilan pernikahan tidak terletak pada perubahan P2, melainkan pada kemampuannya untuk menerima, memahami, dan menyesuaikan diri dengan perbedaan tersebut.

Menurut teori keterikatan dalam hubungan dewasa yang dikembangkan oleh Sue Johnson dalam "Hold Me Tight: Seven Conversations for a Lifetime of Love" (2008), hubungan yang sehat dibangun di atas rasa aman emosional, di mana masing-masing pasangan merasa didengar, dipahami, dan diterima. Johnson menekankan pentingnya "momen korektif emosional," yaitu saat individu dalam hubungan dapat mengubah pola komunikasi yang merusak menjadi lebih empatik dan terbuka. Proses yang dialami P1 menunjukkan bahwa ketika ia mulai mencoba memahami P2 dengan tulus—bukan sekadar untuk memenangkan argumen—hubungan mereka mulai mengalami perbaikan yang signifikan.

Lebih jauh, dalam perspektif psikologi positif, Martin Seligman dalam "Authentic Happiness" (2002) menjelaskan konsep "pernikahan yang berkembang" di mana pasangan tidak hanya berusaha untuk bertahan, tetapi juga berusaha untuk mencapai kebahagiaan dan kesejahteraan bersama. Salah satu elemen kunci dalam konsep ini adalah kemampuan untuk melihat konflik sebagai peluang untuk bertumbuh, bukan sebagai ancaman terhadap hubungan. Dalam perjalanan P1, perubahan terjadi ketika ia beralih dari pola pikir defensif menuju pola pikir reflektif. Dengan memahami P2 tanpa langsung bereaksi secara emosional, ia mulai membangun hubungan yang lebih harmonis.

Konflik dalam pernikahan juga sering kali terkait dengan ekspektasi sosial terhadap peran gender. Dalam penelitian yang dilakukan oleh Arlie Hochschild dalam "The Second Shift: Working Families and the Revolution at Home" (2012b), ia menemukan bahwa banyak pria dalam pernikahan tradisional masih memegang ekspektasi bahwa tugas domestik adalah tanggung jawab perempuan. Hal ini selaras dengan pola pikir awal P1 yang menganggap bahwa P2 seharusnya mengurus urusan rumah tangga tanpa banyak keluhan. Namun, setelah proses

refleksi dan bimbingan spiritual, P1 menyadari bahwa pernikahan adalah kemitraan yang membutuhkan kontribusi dan kompromi dari kedua belah pihak. Dalam konteks psikologi keluarga modern, teori "relational dialectics" dari Leslie Baxter dan Barbara Montgomery dalam "Relating: Dialogues and Dialectics" (1996) juga relevan. Mereka berargumen bahwa hubungan romantis selalu menghadapi ketegangan antara kebutuhan untuk kemandirian dan kebutuhan untuk keterhubungan. Dalam kasus P1 dan P2, perbedaan mereka menciptakan ketegangan yang pada awalnya sulit untuk didamaikan. Namun, dengan proses negosiasi dan pemahaman yang lebih dalam, mereka mulai menemukan keseimbangan antara individualitas dan kebersamaan.

Transformasi yang dialami P1 juga sejalan dengan pendekatan terapi berbasis kesadaran (mindfulness-based therapy), seperti yang dikembangkan oleh Jon Kabat-Zinn dalam "*Full Catastrophe Living: Using the Wisdom of Your Body and Mind to Face Stress, Pain, and Illness*" (2003). Mindfulness membantu individu untuk merespons situasi dengan kesadaran penuh, alih-alih bereaksi secara impulsif berdasarkan emosi sesaat. Dengan mulai memahami pola komunikasinya dengan P2 dan mencoba merespons dengan lebih bijaksana, P1 menunjukkan perkembangan dalam kesadaran diri dan regulasi emosinya.

Kisah P1 dan P2 menggambarkan perjalanan psikologis yang kompleks tetapi bermakna dalam membangun hubungan pernikahan yang lebih matang. Mereka menghadapi berbagai tantangan, dari perbedaan budaya hingga ekspektasi gender, tetapi keberhasilan mereka dalam mengatasi konflik bukanlah hasil dari satu pihak yang berubah secara drastis, melainkan dari kesediaan untuk memahami, menerima, dan menyesuaikan diri secara mutual. Sebagaimana yang dikatakan oleh Carl Rogers dalam "On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy" (1961), "Ketika seseorang benar-benar didengar dan dipahami, ia lebih mungkin untuk berubah." Perubahan yang terjadi dalam hubungan mereka bukanlah tentang mengalah atau menghilangkan identitas masing-masing, melainkan tentang menemukan keseimbangan yang memungkinkan mereka untuk tetap bersama dalam harmoni.

3.1.2.3.Sabda Yesus: Ikutlah Aku

Sabda Yesus: *Ikutilah Aku* menjadi kunci yang membuka jalan bagi keakraban, kerukunan, dan bahkan kemesraan dalam kehidupan rumah tangga P1 dan P2. Dalam perjalanan batinnya, P1 menemukan bahwa suasana yang lebih harmonis, yang lahir dari kesediaan untuk memahami dan menyangkal diri, telah menumbuhkan minat yang lebih dalam terhadap makna panggilan itu. Dia mulai mendalami Injil dengan sederhana—membaca teks

bacaan misa harian sebelum tidur, lalu mengingat kembali dua butir penting dari Injil itu saat kepalanya telah menyentuh bantal. Perenungan ini menjadi bagian dari keseharian, bersama doa pagi dan kehadiran di misa harian.

Sejak mencoba menerapkan *self-denial*, memanggul salib, dan mengikuti Yesus, perlahan- lahan kebiasaan kecil dalam rumah tangga berubah. P1 dan P2 berusaha menghadiri misa setiap hari, mengenakan pakaian yang selaras saat ke gereja, makan bersama, dan selalu memberikan salam penuh kasih saat berpisah dan bertemu kembali. Kadang, mereka berdua melantunkan doa koronka atau rosario bersama. Semua ini menjadi ekspresi nyata dari pembangunan kesatuan dalam keluarga.

Kini, setelah menerima panggilan untuk berubah, P1 merasakan keindahan yang tak pernah disangka sebelumnya. Keakraban, kerukunan, dan kerja sama dalam rumah tangga menjadi lebih nyata. P1 dan P2 menjalani hari-hari dengan lebih selaras—pergi ke pasar bersama, menghadiri misa setiap pagi, dan berbagi doa di waktu-waktu tertentu. Bahkan dalam hal kecil seperti berpakaian serasi, P2 selalu memastikan ada keselarasan, seolah itu adalah lambang dari kesatuan hati kami.

> *Saat ini, P2 berusia 80 tahun dan saya 86 tahun. Pernikahan kami, yang telah berlangsung sejak 1971, telah melewati lebih dari lima dekade perjalanan. Kami telah menapaki begitu banyak suka dan duka, namun di usia senja ini, kami menemukan kebahagiaan yang sejati: sebuah kesatuan yang tidak hanya bertumpu pada cinta manusiawi, tetapi juga pada kasih Tuhan yang selalu menyertai.*

P1 bersyukur bahwa dalam perjalanan panjang ini, Tuhan telah menuntunnya memahami bahwa cinta sejati bukanlah soal siapa yang menang dalam perdebatan, tetapi siapa yang bersedia merendahkan hati dan saling mengasihi. Jika dulu dirinya mengira bahwa kebahagiaan ada dalam mempertahankan pendapat pribadi, kini dirinya sadar bahwa kebahagiaan sejati ada dalam pengorbanan kecil yang dilakukan setiap hari untuk istrinya dan dalam menyaksikan senyum bahagianya setiap pagi.

3.1.3. Melihat dari Sudut Pandang Ignasian

3.1.3.1.*Mulai Membaca Latihan Rohani*

P1 menyadari bahwa keindahan yang kini mereka alami bukanlah hasil dari upaya manusiawi semata, melainkan rahmat yang menyertai keputusan untuk berkata Ikutilah Aku—menggantikan egoisme yang dulu kerap berkata, *Gue mau gini! Peduli amat kamu!* Namun, dia bertanya-tanya: di mana letak Spiritualitas Ignasian dalam semua ini? Manajemen

perbedaan dalam rumah tangga belum tentu berujung pada Spiritualitas Ignasian. P1 lalu mencoba menelusuri peristiwa-peristiwa dalam hidup mereka dan melihat bagaimana Latihan Rohani Santo Ignatius telah memberikan tuntunan bagi pertobatannya.

Mulailah P1 membaca bagian awal dari Latihan Rohani Annotasi[6] 165. Saat mempelajari kembali, hati P1 tersentak. Di situ Santo Ignatius menulis, syarat mutlak untuk memperoleh keselamatan kekal adalah bila kita (dirinya) sudah menundukkan dan sedapat mungkin sampai dalam segala hal taat kepada hukum Tuhan. Menyadari hal itu, P1 merasa malu dan menyesal. Selama ini, dia lebih mementingkan harga diri, keangkuhan, dan keinginan untuk selalu menang. P1 selalu merasa bahwa P2-lah yang harus berubah, bukan dirinya.

Refleksi ini membawa P1 lebih dalam pada tiga tingkatan kerendahan hati yang diajarkan Santo Ignatius Loyola (1993), dalam Latihan Rohani. (1). Kerendahan hati tingkat pertama, ini adalah dasar yang esensial untuk keselamatan kekal. Seseorang mencapai tingkat ini ketika ia berkomitmen untuk tidak pernah melakukan dosa berat, bahkan jika ditawarkan seluruh kekayaan dunia atau diancam dengan kehilangan nyawa. (2). Kerendahan hati tingkat kedua, lebih tinggi dari yang pertama, tingkat ini dicapai ketika seseorang tidak terikat pada kekayaan atau kemiskinan, kehormatan atau penghinaan, hidup panjang atau pendek, asalkan semua itu sama artinya bagi pengabdian kepada Tuhan dan keselamatan jiwanya. Bahkan, ia lebih memilih mati daripada dengan sengaja melakukan dosa ringan. (3). Kerendahan hati tingkat ketiga, ini adalah tingkat yang paling sempurna. Setelah mencapai tingkat pertama dan kedua, seseorang, demi meneladan dan lebih menyerupai Kristus, memilih kemiskinan bersama Kristus yang miskin daripada kekayaan, penghinaan bersama Kristus yang dihina daripada penghormatan, dan lebih memilih dianggap bodoh demi Kristus yang lebih dahulu dianggap demikian, daripada dianggap bijaksana di dunia ini. Ketiga tingkat kerendahan hati ini menggambarkan perjalanan rohani menuju penyerahan diri sepenuhnya kepada kehendak Tuhan, dengan meneladani kehidupan dan pengorbanan Kristus.

Dalam perjalanan reflektif ini, P1 tampaknya bergerak dari tingkat pertama ke tingkat kedua. P1 sadar, dirinya belum sampai ke tingkatan ketiga. Namun, telah memulai dengan langkah-langkah sederhana: mengakui kesalahan, mengakui bahwa P2 benar, dan mengakui bahwa selama ini diinya sering menonjolkan kepentingan dan kebaikan sendiri. P1 belajar

[6] John Nugroho," Latihan Rohani St. Ignasius Loyola," Pantisemedi (Agustus, 2020). https://pantisemedi.com/read/42/in/latihan-rohani-st.-ignasius-loyola.html. Annotasi merupakan keterangan introduksi bagi pembimbing. Beberapa annotasi merupakan pengalaman Inigo di Loyola dan Manresa serta hasil pembelajarannya dalam membimbing orang lain. Beberapa annotasi membungkus sejumlah karakteristik Spiritualitas Ignasian.

untuk berkata dengan tulus, “Saya salah. Saya bodoh”. Dan di sinilah P1 menemukan cinta kasih yang sejati.

> *Aku kini menyadari bahwa dalam setiap pertikaian, keangkuhanlah yang sering kali menjadi penghalang terbesar. Aku ingin menang, aku ingin dianggap benar, aku ingin P2 berubah demi kenyamananku sendiri. Namun, melalui Latihan Rohani dan panggilan Ikutilah Aku, aku belajar bahwa perubahan itu harus dimulai dari diriku sendiri. Sejak saat itu, aku mulai menjadikan tiga macam kerendahan hati Santo Ignatius sebagai pegangan hidup. Aku belajar untuk tidak lagi terpaku pada harga diri, untuk menerima kesalahanku dengan rendah hati, dan untuk menempatkan kasih di atas segala-galanya. Kini, perbedaan yang dulu memicu pertengkaran, dapat diselesaikan dengan lembut dan penuh pengertian. Hubungan kami pun semakin dipenuhi dengan cinta dan kebersamaan. Aku bersyukur bahwa melalui bimbingan Tuhan dan tuntunan Santo Ignatius, aku dapat menemukan kembali makna sejati dari mencintai dan dicintai.*

Mengatakan bahwa diri sendiri adalah bodoh dan salah membutuhkan jiwa besar. Sikap seperti ini, dalam Latihan Rohani bisa diketahui melalui petunjuk yang diberikan Ignatius Loyola (1993) dalam annotasi 5[7]. Tindakan ini mencerminkan semangat Ignasian yang sudah terinternalisasi dalam diri P1. Berjiwa besar ini rupanya yang menjadi pemicu datangnya transformasi dalam relasi mereka satu sama lain. Dengan kesadaran akan Sabda Yesus *Ikutilah Aku*, P1 memahami bahwa jalan yang harus ditempuhnya adalah jalan Kristus meski tidak menyenangkan. Dalam hal ini Latihan Rohani annotasi 91-100 menjadi pegangan P1.

Dalam bagian ini, Ignatius Loyola memperkenalkan meditasi "Panggilan Raja," di mana seseorang diajak untuk merespons panggilan Yesus (lebih memilih Panji Kristus daripada Panji Setan) dengan totalitas hidup. P1 melihat, apa yang disampaikan pembimbing rohani tentang penaklukan diri sejalan dengan Latihan Rohani annotasi 21 yang menekankan bahwa latihan rohani dijalankan untuk menaklukkan diri dan mengatur hidup begitu rupa hingga tidak ada keputusan diambil karena pengaruh rasa lekat tak teratur mana pun juga. Maka, P1, yang awalnya lebih mengutamakan ego, mulai berusaha keras belajar menyangkal diri (*self- denial* atau sering disebut *Agere Contra*)[8].

---

[7] “Bagi yang akan menjalani Latihan Rohani sangat berguna bila dia masuk dengan jiwa besar dan hati rela berkorban untuk Pencipta dan Tuhannya, serta mempersembahkan kepada-Nya seluruh kehendak dan kemerdekaannya, agar Keagungan ilahi mau mempergunakan pribadi dan segala miliknya menurut kehendak-Nya yang mahakudus.”

[8] Dotmagiseditor, “Agere contra for Lent,” ignatianspirituaity.com (February 8, 2025). https://www.Ignasianspirituality.com/agere-contra-lent/. Agere Contra-Istilah Ignasian yang populer ini berarti “bertindak melawan”. Ini berarti bahwa kita dapat dengan sengaja memilih untuk melawan kecenderungan kita. Hal ini berguna untuk menghindari godaan atau kebiasaan buruk, namun juga dapat membantu pertumbuhan rohani kita. Jadi, jika Anda menyadari bahwa Facebook menyebabkan kecanduan, Anda bisa mempraktikkan agere contra dan berhenti menggunakan Facebook. Mungkin Anda memilih untuk “menentang” membaca majalah gosip. Atau Anda merasa malas dan ingin menyalakan TV; sebagai gantinya Anda “melawan” dan menelepon seorang teman yang ingin Anda ajak ngobrol. Hal ini tentu saja akan

Dan dengan bekal inilah P1 mengalami pertobatan bertahap. Ia sadar bahwa dirinya harus mengorbankan keinginan pribadi demi penggilan yang lebih besar. Semua dimulai dengan kebiasaan-kebiasaan sederhana dan kecil. Seperti membaca Injil, misa harian, dan doa bersama, menemani P2 ke pasar atau mengalah dalam diskusi. Bahkan pergulatannya saat tertarik dengan dosen cantik memperlihatkan momen di mana P1 harus melawan keinginan manusiawinya dan memilih kesetiaan. Keputusannya untuk terbuka kepada istrinya mencerminkan latihan Ignasian untuk melepaskan diri dari kelekatan yang tidak teratur agar lebih bebas dalam mengasihi. Sikap-sikap ini sejalan dengan prinsip magis[9], yaitu semangat untuk selalu memilih yang lebih besar bagi Tuhan. P1, dengan mengorbankan egonya, pada akhirnya justru mengalami cinta yang lebih dalam dengan P2.

Selanjutnya, konflik pasutri (P1 dan P2) dan momen-momen pertarungan batinnya dapat ditinjau dengan menggunakan alat yang sudah disediakan Ignatius Loyola (1993) yang disebut dengan **Pembedaan Roh** atau **Discernment of Spirit** (LR annotasi 313-336). Saat ia tergoda oleh dosen cantik atau ketika ia mempertahankan egonya dalam konflik rumah tangga, roh jahat mendorong ke arah egoisme, ketidaksetiaan, dan mencari kesenangan pribadi. Sebaliknya, roh baik mengingatkan janji kepada Tuhan dan mendorong untuk setia pada panggilan hidup. Ketika P1 akhirnya memilih jujur (menceritakan rahasianya) kepada P2, itu adalah contoh nyata dari *discernment* yang membuahkan konsolasi (penghiburan batin), sebagaimana Ignatius ajarkan bahwa keputusan yang selaras dengan kehendak Tuhan akan membawa ketenangan dan sukacita sejati. Dalam penjelasannya tentang sifat godaan, Paul Suparno (1998) menyebutkan bahwa roh jahat itu seperti buaya darat yang selalu ingin agar perbuatannya disembunyikan, demikian juga godaannya. Paul, mengutip Latihan Rohani (LR 326). Katanya, setan ingin tipuannya disembunyikan dan tidak dibuka. Maka, kalau kita ingin maju dalam hidup rohani, kita harus terbuka dan berani mengatakannya, seperti yang dilakukan P1 kepada istrinya.

Dan dalam banyak momen lainnya, P1 juga menyadari berbagai gerak batinnya. Roh baik mengarahkan P1 bertindak dengan kasih, memahami P2, dan memilih jalan kerendahan hati.

meregangkan tubuh Anda, memberikan perhatian yang lebih besar pada kebiasaan dan kecenderungan Anda, dan memungkinkan Anda untuk fokus pada hal-hal lain seperti membaca bacaan rohani atau waktu teduh untuk berdoa (atau keluarga Anda).

[9] Brouillette, A. SJ. (2021, January 19). The Ignasian magis: Spirituality and growth. Jesuits of Canada. https://jesuits.ca/stories/the-Ignasian-magis-spirituality-and-growth/. Magis adalah kata kunci dalam spiritualitas Ignasian. Kata ini berasal dari bahasa Latin yang berarti “lebih”. Ignatius dari Loyola menggunakan kata más dalam bahasa Spanyol untuk mengekspresikan ide yang sama, terutama dalam Latihan Rohani. Konsekuensi dari pembacaan kuantitatif atas nasihat spiritual ini sudah jelas: lebih banyak, lebih banyak, selalu lebih banyak. Lebih banyak aktivitas, lebih banyak doa, lebih banyak pekerjaan.

Sebaliknya, roh jahat menggoda dengan keangkuhan, keinginan untuk menang, serta ketidakmampuan menerima kelemahan diri sendiri. Dalam dinamika ini, P1 mengalami juga pergerakan batin[10] yang khas dalam Latihan Rohani, yaitu dari desolasi (kegelisahan, kemarahan, ingin menang sendiri) menuju konsolasi (damai, kasih, pengorbanan kecil).

Pernyataan Romo Tandean yang menyebutkan bahwa P1 harus mengubah diri dan tidak bisa mengubah orang lain (istri) pada akhirnya menjadi solusi paling ampuh bagi selarasnya kehidupan rumah tangga P1-P2. Langkah ini mencerminkan konsep metanoia dalam Spiritualitas Ignasian. Ignatius tidak menekankan perubahan eksternal, tetapi transformasi batiniah yang kemudian akan mempengaruhi tindakan lahiriah. P1 mulai memahami bahwa mencintai dengan tulus berarti menanggalkan kelekatan akan harga diri dan keinginan untuk diakui benar. Perjalanan ini juga menggambarkan konsep "detachment" atau melepaskan ego sebagai bentuk kebebasan rohani.

Pada akhirnya, P1 menyadari bahwa dirinya sedang dididik oleh Tuhan dalam proses yang panjang menjalani hidup rumah tangganya. Dia menemukan bahwa dalam seluruh perjalanan inilah Tuhan sebenarnya terus dan sedang berkomunikasi. Penemuan akan hadirnya Tuhan ini juga tampak dalam kesadaran bahwa: (1) Pertengkaran dan perbedaan bukanlah hambatan, tetapi jalan menuju kedewasaan dalam kasih. (2) Perjalanan iman bukan hanya di gereja, tetapi dalam interaksi sehari-hari dengan pasangan hidup. (3) Keberanian untuk mengubah diri sendiri adalah bentuk nyata dari mengikuti Kristus dan dalam (rahmat) keberanian inilah kita menemukan Tuhan.

Jadi, Tuhan tidak hanya ditemukan dalam doa atau retret, dalam gereja atau biara, tetapi juga di pasar tempat mereka berbelanja, di meja makan, dan dalam percakapan serta pergaulan atau interaksi sehari-hari. Tuhan hadir dalam dunia ini, dalam semua aktivitas manusia, dan dalam keberanian kita untuk mencintai serta berkorban[11]. "Finding God in All Things[12]" atau menemukan Tuhan dalam segala hal jelas ciri yang sangat menonjol Spiritualitas Ignasian. Tuhan tidak hanya disadari kehadiran-Nya dalam doa, saat ke gereja atau beribadat, tetapi ditemukan dalam dinamika relasi manusia, termasuk dalam suasana berat yang dialami karena pertengkaran dan konflik.

[10] Timothy M. Gallagher, OMV, The Discernment of Spirits: An Ignasian Guide for Everyday Living (Crossroad, 2005), 60-75.
[11] Teilhard de Chardin, Pierre. The Divine Milieu. New York: Harper & Brothers, 1955.
[12] William Barry, SJ, Finding God in All Things: A Companion to the Spiritual Exercises of St. Ignatius (Loyola Press, 1999), 102-110.

3.1.3.2.Kesadaran akan Tujuan Bersama

Hasil analisis refleksi atas pergulatan yang dialami P1 dan pasangannya menunjukkan bahwa kesatuan hidup berkeluarga pada dasarnya bertumpu pada kesadaran akan tujuan hidup bersama yang melampaui kepentingan personal. Dalam refleksi-refleksi yang ditulis, tampak bahwa konflik tidak dipahami semata-mata sebagai kegagalan relasi, melainkan sebagai ruang pembelajaran untuk kembali menata orientasi hidup. Kesadaran ini sejalan dengan Asas dan Dasar dalam Spiritualitas Ignasian, yang menempatkan Allah sebagai tujuan akhir hidup manusia, sementara relasi, keberhasilan, dan kenyamanan pribadi dipahami sebagai sarana.

Dalam konteks kehidupan berkeluarga, prinsip ini membantu partisipan membedakan antara tujuan dan sarana dalam relasi suami istri. Ketika ketegangan muncul, mereka belajar untuk bertanya bukan terutama "siapa yang benar", melainkan "apa yang membawa kami semakin setia pada panggilan hidup bersama." Pergeseran orientasi ini menjadi fondasi bagi proses transformasi relasional yang berkelanjutan.

Refleksi partisipan menunjukkan proses pengenalan diri yang semakin mendalam seiring perjalanan hidup berkeluarga. Mereka menyadari bahwa konflik sering kali tidak berakar pada peristiwa eksternal, melainkan pada luka batin, kelekatan emosional, dan ekspektasi yang tidak disadari. Kesadaran ini muncul melalui kebiasaan refleksi dan doa yang menuntun pada kejujuran terhadap diri sendiri.

Dalam terang Spiritualitas Ignasian, proses ini selaras dengan latihan mengenali gerak batin—penghiburan dan kekeringan—yang memengaruhi cara seseorang merespons pasangan. Dengan mengenali dinamika batin ini, partisipan mampu menunda reaksi spontan, merefleksikan sumber emosi, dan memilih respons yang lebih membangun relasi. Pengenalan diri menjadi pintu masuk bagi pertumbuhan relasional yang lebih dewasa.

Salah satu temuan utama penelitian ini adalah peran penting *discernment of spirits* dalam pengambilan keputusan keluarga. Partisipan menggambarkan bagaimana keputusan-keputusan besar—seperti pendidikan anak, pilihan pekerjaan, dan penanganan konflik—tidak diambil secara impulsif, melainkan melalui proses refleksi, dialog, dan doa bersama.

Proses pembedaan ini membantu mereka mengenali dorongan batin yang membawa pada kedamaian dan keterbukaan, serta membedakannya dari dorongan yang bersumber dari ketakutan, ego, atau keinginan untuk menguasai. Dalam konteks ini, pembedaan roh bukanlah praktik eksklusif religius, melainkan sebuah kerangka reflektif yang membentuk cara pasangan menimbang pilihan hidup secara bertanggung jawab dan berorientasi pada kebaikan bersama.

Refleksi partisipan secara konsisten menampilkan praktik *self-denial* dan *agere contra* sebagai kunci dalam merawat kesatuan relasi. Dalam situasi konflik, mereka menyadari kecenderungan untuk mempertahankan ego, gengsi, dan keinginan untuk menang. Namun, melalui refleksi rohani, muncul keberanian untuk melawan dorongan tersebut dengan memilih sikap mengalah, mendengarkan, dan meminta maaf.

Praktik *agere contra*—bertindak berlawanan dengan dorongan batin yang tidak teratur—menjadi latihan konkret yang memungkinkan terjadinya rekonsiliasi. Dalam kehidupan berkeluarga, tindakan ini tidak selalu spektakuler, tetapi tampak dalam keputusan-keputusan kecil yang diulang setiap hari. Temuan ini menegaskan bahwa kesatuan keluarga tidak dibangun melalui absennya konflik, melainkan melalui kesediaan untuk terus-menerus mengolah konflik secara reflektif dan penuh kasih.

Penelitian ini juga menemukan bahwa partisipan mengembangkan pemahaman kritis terhadap konsep "kesuksesan" dalam kehidupan keluarga. Kesuksesan tidak diukur semata-mata dari pencapaian material atau status sosial anak-anak, melainkan dari kualitas relasi, kebebasan batin, dan kesetiaan pada nilai-nilai hidup yang diyakini.

Dalam terang Spiritualitas Ignasian, kebebasan dari kelekatan tak teratur memungkinkan keluarga untuk tidak menjadikan keberhasilan eksternal sebagai tujuan utama. Prinsip ini membantu partisipan melepaskan ekspektasi berlebihan dan menerima keterbatasan, baik dalam diri sendiri maupun anggota keluarga lainnya. Kebebasan batin ini memperkuat kesatuan relasi karena mengurangi tekanan dan tuntutan yang tidak realistis.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan Spiritualitas Ignasian dalam kehidupan berkeluarga tidak bersifat instan atau linear. Transformasi relasional dipahami sebagai proses berkelanjutan yang melibatkan refleksi, kegagalan, pertobatan, dan pembaruan. Partisipan menegaskan bahwa kesatuan keluarga bukanlah kondisi yang sekali dicapai, melainkan relasi yang terus diperjuangkan.

Temuan ini memperkaya diskursus akademik dengan menunjukkan bahwa Spiritualitas Ignasian dapat berfungsi sebagai kerangka dinamis dalam membangun kesatuan hidup berkeluarga. Dengan menempatkan pengalaman konkret sebagai locus teologis dan reflektif, penelitian ini menegaskan relevansi Spiritualitas Ignasian dalam menjawab tantangan relasional keluarga modern.

4. KESIMPULAN

Dari analisis dan pembahasan kita tahu bahwa Spiritualitas Ignasian merupakan jalan rohani yang relevan dan efektif dalam membangun serta memelihara kesatuan hidup berkeluarga. Melalui pendekatan studi kasus kualitatif, artikel ini menegaskan bahwa prinsip-prinsip Spiritualitas Ignasian—terutama Asas dan Dasar, pengenalan dinamika batin, pembedaan roh, self-denial, agere contra, serta kebebasan dari kelekatan tak teratur—bukan sekadar konsep teoretis, melainkan praksis reflektif yang nyata dalam kehidupan keluarga sehari-hari.

Temuan penelitian memperlihatkan bahwa kesatuan hidup berkeluarga tidak lahir dari absennya konflik, melainkan dari kemampuan untuk mengolah konflik secara reflektif dan berorientasi pada kasih. Spiritualitas Ignasian membantu pasangan suami istri untuk menata kembali orientasi hidup bersama, membedakan antara tujuan dan sarana dalam relasi, serta berani mengubah diri sendiri sebagai jalan rekonsiliasi. Dengan demikian, kesatuan keluarga dipahami sebagai proses transformasi relasional yang terus-menerus, bukan sebagai kondisi statis yang sekali dicapai.

Kontribusi utama artikel ini terletak pada pengoperasian prinsip-prinsip Spiritualitas Ignasian dalam konteks kehidupan berkeluarga melalui studi kasus yang mendalam. Dengan menempatkan pengalaman konkret keluarga sebagai locus refleksi teologis dan spiritual, penelitian ini memperluas cakupan kajian Spiritualitas Ignasian yang selama ini lebih banyak difokuskan pada kehidupan religius, pendidikan, dan kepemimpinan. Temuan ini menunjukkan bahwa Spiritualitas Ignasian memiliki daya transformatif yang signifikan dalam membentuk relasi keluarga yang lebih dewasa, bebas, dan setia.

Meskipun demikian, penelitian ini memiliki keterbatasan karena hanya berfokus pada satu kasus, sehingga temuan tidak dimaksudkan untuk digeneralisasi. Penelitian lanjutan dengan melibatkan lebih banyak partisipan, latar sosial yang beragam, serta metode pengumpulan data yang lebih variatif sangat dianjurkan untuk memperkaya pemahaman tentang penerapan Spiritualitas Ignasian dalam kehidupan berkeluarga. Kendati demikian, studi ini memberikan dasar reflektif dan metodologis yang kuat bagi penelitian selanjutnya serta bagi praksis pastoral keluarga.

Sebagai penutup, artikel ini menegaskan bahwa Spiritualitas Ignasian tidak hanya relevan bagi individu atau komunitas religius, tetapi juga menawarkan sumber daya rohani yang konkret bagi keluarga dalam menghadapi tantangan relasional kehidupan modern. Dengan menempatkan Kristus sebagai orientasi tujuan hidup bersama, Spiritualitas Ignasian membuka

jalan bagi keluarga untuk bertumbuh dalam kasih, kebebasan batin, dan kesetiaan yang berkelanjutan.

Tabel 1. Prinsip Ignasian, Aplikasinya, dan Dampak yang Dihasilkan

Prinsip Ignasian	Aplikasi dalam Keluarga	Dampak yang Dihasilkan
Self Denial (Menyangkal diri)	Mengutamakan kepentingan pasangan di atas ego pribadi.	Hubungan menjadi lebih harmonis dan minim konflik.
Pembedaan Roh (*Discernment of Spirit*)	Membaca Gerak batin untuk membedakan dorongan egoisme dan kasih sejati.	Memungkinkan pasangan mengambil keputusan dengan bijak dan selaras dengan kehendak Tuhan.
Kerendahan Hati	Mengakui kesalahan dan menerima kekurangan pasangan.	Meningkatkan saling pengertian dan rasa hormat dalam hubungan.
Jiwa Besar (*Magnanimity*)	Kesediaan untuk berkorban demi keharmonisan keluarga.	Menumbuhkan cinta kasih yang lebih mendalam dan tulus.
Finding God in All Things	Melihat Tuhan dalam setiap dinamika rumah tangga, termasuk dalam konflik dan perbedaan pendapat.	Kehidupan berkeluarga menjadi sarana pertumbuhan Rohani dan iman.

KEPUSTAKAAN

Barry, W. (1999). *Finding God in all things: A companion to the spiritual exercises of St. Ignatius*. Loyola Press.

Brouillette, A., SJ. (2021, January 19). *The Ignatian magis: Spirituality and growth*. Jesuits of Canada. https://jesuits.ca/stories/the-Ignatian-magis-spirituality-and-growth/

Fincham, F. D., & Beach, S. R. H. (2010). Marriage in the new millennium: A decade in review. *Journal of Marriage and Family, 72*(3), 630–649. https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2010.00722.x

Gallagher, T. M. (2005). *The discernment of spirits: An Ignatian guide for everyday living*. Crossroad.

Glass, S. P. (2003). *Not just friends: Protect your relationship from infidelity and heal the trauma of betrayal*. Free Press.

Gottman, J. M. (1999a). *The marriage clinic: A scientifically based marital therapy*. W. W. Norton & Company.

Gottman, J. M. (1999b). *The seven principles for making marriage work*. Harmony.

Harsanto, D., et al. (2025). *Membangun keluarga berdasarkan semangat Ignasian: Antologi pengalaman berkeluarga awam Yesuit*. Kunca Wacana bekerja sama dengan Yayasan Sesawi.

Hochschild, A. R. (2012a). *The outsourced self: Intimate life in market times*. Metropolitan Books.

Hochschild, A. R. (2012b). *The second shift: Working families and the revolution at home*. Penguin Books.

Ignatius Loyola, St. (1993). *Latihan St. Ignatius Loyola* (J. Darminta, SJ, Trans.). Pusat Spiritualitas Girisonta & Kanisius.

Ignatius of Loyola. (1993). *The spiritual exercises of St. Ignatius* (G. E. Ganss, Trans.). Loyola Press. (Original work published 1548)

Johnson, S. M. (2004). *The practice of emotionally focused couple therapy: Creating connection* (2nd ed.). Routledge.

Johnson, S. M. (2008). *Hold me tight: Seven conversations for a lifetime of love*. Little, Brown and Company.

Kabat-Zinn, J. (2003). *Full catastrophe living: Using the wisdom of your body and mind to face stress, pain, and illness*. Bantam Books.

Karney, B. R., & Bradbury, T. N. (2005). Contextual influences on marriage: Implications for policy and intervention. *Journal of Marriage and Family, 67*(4), 862–884. https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2005.00194.x

Markman, H. J., Stanley, S. M., & Blumberg, S. L. (2010). *Fighting for your marriage* (3rd ed.). Jossey-Bass.

Martin, J. (2010). *The Jesuit guide to (almost) everything: A spirituality for real life*. HarperOne.

Patton, M. Q. (2015). *Qualitative research & evaluation methods* (4th ed.). Sage Publications.

Pope Francis. (2016). *Amoris laetitia: Post-synodal apostolic exhortation on love in the family*. Vatican Press.

Rogers, C. R. (1961). *On becoming a person: A therapist's view of psychotherapy*. Houghton Mifflin.

Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. Free Press.

Stake, R. E. (1995). *The art of case study research*. Sage Publications.

Suparno, P. (1998). *Roh baik dan roh jahat: Praktek pembedaan roh dan pemilihan menurut Latihan Rohani St. Ignatius*. Kanisius.