

Pola Penyelesaian Konflik Suami-Istri: Sebuah Tawaran dan Jawaban Berdasarkan Tulisan-Tulisan Paulus

Manase Gulo^a, Leniwan Darmawati Gea^b

^aSekolah Tinggi Teologi Arastamar Bengkulu, Indonesia

^bSekolah Tinggi Teologi ATI Anjungan Pontianak, Indonesia

email: Manasegulo@sttab.ac.id, leniwankea83@gmail.com^b

INFO ARTIKEL

Sejarah artikel:

Dikirim, 25 Maret 2026

Direvisi, 22 Juni 2026

Diterima, 25 Juni 2026

Terbit, 26 Juni 2026

Kata kunci:

Pola penyelesaian,
konflik, suami-istri,
Paulus

Keywords:

Resolution patterns,
conflict, husband and
wife, Paul

ABSTRAK

Konflik antara suami dan istri adalah realitas yang marak terjadi dan terus meningkat, serta memiliki dampak yang besar. Berdasarkan data, ditemukan bahwa banyak keluarga yang bercerai karena konflik. Hal ini terjadi karena suami dan istri tidak menjalankan fungsi dengan baik. Selain itu, suami-istri tidak memiliki pengetahuan yang memadai tentang penyelesaian konflik. Artikel ini bertujuan menyelidiki penyebab konflik suami-istri dan menawarkan pola pendekatan baru berdasarkan tulisan Paulus sebagai jawabannya. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif dengan pendekatan literatur. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: Pertama, kesatuan adalah standar mutlak yang dikehendaki oleh Allah dalam relasi suami-istri. Kedua, konflik adalah bentuk negasi terhadap kesatuan suami-istri. Ketiga, pola pendekatan rasul Paulus yang relevan untuk penyelesaian konflik suami-istri yaitu, pendekatan internal yang meliputi, memilih waktu yang tepat dalam komunikasi, komunikasi verbal yang berlandaskan kasih, meredam eskalasi amarah, serta terminasi kepahitan dan memberikan pengampunan. Selanjutnya pendekatan eksternal yang meliputi pendekatan klarifikasi, pendekatan persuasif, pendekatan konseling, pendekatan spiritual.

ABSTRACT

Conflict between husband and wife is a common and increasing reality, and has a significant impact. Data shows that many families divorce due to conflict. This occurs because husbands and wives do not function properly. Furthermore, husbands and wives lack adequate knowledge about conflict resolution. This article aims to investigate the causes of marital conflict and offer a new approach based on Paul's writings as an answer. The method used in this study is a qualitative method with a literature approach. The results show that: First, unity is the absolute standard desired by God in the relationship between husband and wife. Second, conflict is a form of negation of the unity of husband and wife. Third, the apostle Paul's approach that is relevant to resolving marital conflict is an internal approach that includes choosing the right time for communication, verbal communication based on love, reducing the escalation of anger, and ending bitterness and offering forgiveness. Furthermore, external approaches include a clarification approach, a persuasive approach, a counseling approach, and a spiritual approach.

PENDAHULUAN

Pernikahan merupakan institusi sosial yang memiliki peran penting dalam membentuk stabilitas keluarga dan masyarakat. Institusi pernikahan dibentuk oleh Allah sendiri dengan tujuan supaya melalui itu nama-Nya dimuliakan. Senada dengan itu, Perangin Angin dan Yeniretnowati mengemukakan bahwa, Keluarga Kristen didesain oleh Allah sendiri untuk maksud memuliakan nama-Nya.¹ Pernikahan di desain agar suami dan istri bertindak sebagai mitra spiritual yang saling menjaga, mengingatkan, dan membawa pasangan semakin dekat dengan Allah.

Idealnya, pernikahan merupakan sebuah ikatan yang tidak hanya menyatukan individu, tetapi juga cara pandang, kebiasaan dan latar belakang yang berbeda. Majid pun menekankan bahwa pernikahan tidak hanya mempertemukan dua individu tetapi mempertemukan dua keluarga besar yang memiliki beragam perbedaan.² Pada prinsipnya hakikat rumah tangga adalah menyatukan dua individu yang memiliki ragam perbedaan dan dibesarkan dari dua keluarga yang berbeda.³ Allah mendesain pernikahan bukan untuk menghapus perbedaan melainkan untuk menyatukan, menjadikan sarana mengikis egoisme dan menumbuhkan kasih yang rela berkorban.

Jika menilik ke belakang, tampak bahwa sebelum manusia jatuh dalam dosa, tidak terjadi konflik dalam lembaga pernikahan yang didirikan Tuhan. Hal ini dapat dilihat dari Kejadian 1:31 dimana “Allah melihat semuanya itu sungguh amat baik”. Namun, oleh karena Adam dan Hawa tidak taat kepada perintah Allah (memakan buah pohon pengetahuan tentang yang baik dan yang jahat dengan tipuan ular) maka sejak saat itu dosa masuk dan menyebabkan konflik pertama di dalam rumah tangga Adam dan Hawa. Konflik menjadi mata rantai dalam relasi antara Adam, Hawa dan ular yang terungkap melalui tindakan saling menyalahkan.

Perilaku saling menyalahkan antar suami istri terus terjadi sampai saat ini. Perilaku tersebut memicu terjadinya konflik di dalam rumah Tangga. Sumber konflik suami istri tidak hanya terungkap melalui perilaku saling menyalahkan tetapi kini makin kompleks melalui beragam bentuk. Secara umum sumber konflik suami istri dikelompokkan menjadi dua yaitu internal dan eksternal. Sumber konflik internal seperti perbedaan karakter, latar belakang keluarga, latar belakang pendidikan, perbedaan kebiasaan, perbedaan cara mendidik anak, cemburu, cara mengelola keuangan, cara berkomunikasi, masalah seksualitas suami istri, saat berpacaran tidak terbuka tentang kehidupan lama atau masa lalu yang gelap dan sebagainya.

¹ Yakub Hendrawan Perangin Angin and Tri Astuti Yeniretnowati, “Studi Teologis Keluarga Rancangan Allah Berdasarkan Kejadian 2:15-25,” *Murid Kristus: Jurnal Teologi Dan Pendidikan Kristen* 1, no. 1 (May 2, 2024): 83–97, <https://doi.org/10.63422/mk.v1i1.3>.

² Abdul Majid, “Problematisasi Awal Pernikahan Dalam Sebuah Pernikahan Ideal Dalam Pandangan Sosiologi Agama,” *TheJournalish: Social and Government* 5, no. 4 (October 22, 2024): 5 25-5 37, <https://doi.org/10.55314/tsg.v5i4.832>.

³ Gomgom Purba and Mariani Ruslianty, “Peran Komunikasi Asertif Dalam Menghindari Konflik Rumah Tangga Kristen,” *JURNAL TABGHA* 4, no. 1 (April 30, 2023): 12–21, <https://doi.org/10.61768/jt.v4i1.65>.

Perbedaan ini apabila tidak diselesaikan dengan baik akan menimbulkan konflik, bahkan terjadi kekerasan dan berujung pada perceraian.⁴ Sumber konflik secara eksternal tampak melalui konflik dari luar rumah tangga,⁵ misalnya intervensi dan tekanan dari keluarga besar, pekerjaan, pengaruh ekonomi, lingkungan dan lain sebagainya. Yudhono mengatakan bahwa penyebab konflik keluarga sangat kompleks seperti masalah mendidik dan mengurus anak, perselingkuhan, ekonomi perbedaan pendapat dan sebagainya. Yakub dan Tri berpendapat konflik terjadi karena suami dan istri memiliki individu yang berbeda, berada di bawah tekanan, komunikasi.⁶ Hal yang sama diungkapkan oleh Christi dkk., bahwa sumber konflik terjadi karena masalah komunikasi, ketidaksetiaan pasangan dan dampak buruk orang tua.⁷ Eva dan Basti memberikan informasi berbeda mengenai sumber konflik suami istri karena adanya penyatuan dua pribadi yang unik dengan membawa sistem keyakinan masing-masing, latar belakang budaya dan pengalaman yang berbeda-beda.⁸ Uraian-uraian tersebut hendak menegaskan bahwa, konflik terjadi karena perbedaan-perbedaan prinsip diantara dua pihak (suami-istri) yang tidak dapat dikelola dan dimediasi sehingga berdampak pada konfrontasi hingga pemisahan diantara suami-istri pada titik perceraian.

Kenyataan tersebut banyak terjadi di tengah kehidupan rumah tangga. Hasil penelitian Hasanah dan Wahyuni menunjukkan bahwa kasus perceraian yang terjadi di Indonesia terus meningkat sebagaimana yang tergambar dalam data berikut: tahun 2022 sebanyak 516.344 dan penyebab adalah perselisihan dan pertengkaran sebanyak 284.169 atau 63,41%. Tahun 2023 sudah terdapat 1020 putusan perceraian.⁹ Data ini menunjukkan bahwa perselisihan dan pertengkaran dalam rumah tangga meningkat secara signifikan dan berkelanjutan. Faktor penyebab yang umumnya menjadi pemicu adalah masalah ekonomi, komunikasi yang buruk, ketidakmampuan menyelesaikan konflik, pengabaian tanggung jawab keluarga serta berbagai masalah sosial lainnya. Upaya penyelesaian konflik terus

⁴ Irawan Budi Lukmono, Timotius Haryono, and Margaretha Rini Yuniawati, "Implementasi Makna 'Suami Kasihi Dan Jangan Berlaku Kasar Terhadap Istrimu' Dalam Kolose 3:19 Untuk Mencegah Kekerasan Dalam Rumah Tangga," *Jurnal Gamaliel: Teologi Praktika* 6, no. 2 (September 29, 2024): 75–88, <https://doi.org/10.38052/gamaliel.v6i2.291>.

⁵ Purba and Ruslianty, "Peran Komunikasi Asertif Dalam Menghindari Konflik Rumah Tangga Kristen."

⁶ Yakub Hendrawan Perangin Angin and Tri Astuti Yeniretnowati, "Implentasi Pengendalian Konflik Keluarga Bagi Relasi Suami Istri Kristen," *Jurnal Pendidikan Agama Kristen (JUPAK)* 1, no. 2 (June 16, 2021): 144–60, <https://doi.org/10.52489/jupak.v2i1.18>.

⁷ Apin Militia Christi et al., "Strategi Pastoral Menghadapi Problem Keharmonisan Pasangan Suami Istri Di GBI Eben Heazer," *Matheo: Jurnal Teologi Kependetaan* 9, no. 1 (2019): 1–13, <https://doi.org/https://doi.org/10.47562/matheo.v9i1.176>.

⁸ Eva Meizara Puspita Dewi and Basti, "Konflik Perkawinan Dan Model Penyelesaian Konflik Pada Pasangan Suami Istri," *Jurnal Psikologi* 2, no. 1 (2008): 42–51, <https://www.neliti.com/publications/98377/konflik-perkawinan-dan-model-penyelesaian-konflik-pada-pasangan-suami-istri>.

⁹ Iswatun Hasanah and Sri Rizqi Wahyuningrum, "Mengatasi Konflik Internal Pada Pasangan Menikah Dengan Konseling Keluarga," *Journal of Innovation Research and Knowledge* 4, no. 3 (2024): 1795–1804, <https://doi.org/10.15643/swipc-2024-19>.

dilakukan, namun tidak menyelesaikan masalah tersebut secara tuntas, karena itu diperlukan pola-pola yang relevan untuk mengatasinya.

Penelitian tentang pola pendekatan dalam penyelesaian konflik suami istri sudah banyak diteliti oleh penelitian terdahulu, seperti: *Pertama*, Penelitian yang dilakukan Silviana dkk., dengan judul pandangan teologis tentang hubungan suami istri menurut Efesus 5:22-25. Hasil temuan menunjukkan bahwa, kasih Kristus dan kerendahan hati menjadi dasar yang penting dalam memelihara pernikahan seperti yang diajarkan dalam Efesus 5:22-25. Selain itu, konseling pranikah menjadi syarat penting untuk mempersiapkan pasangan memasuki rumah tangga.¹⁰ *Kedua*, penelitian yang dilakukan Sy Nurul S, dkk. Hasil temuannya adalah pola pendekatan dalam penelitian ini menggunakan pendekatan komunikasi interpersonal yakni menekankan bagaimana mengutarakan perasaan, membuka diri menerima penjelasan pasangan, dan sepakat untuk selesai.¹¹ *Ketiga*, penelitian yang dilakukan Yudhoyono dengan penekanan pada pendekatan pastoral. Bagi Yudhoyono pelayanan konseling merupakan langkah penting yang harus segera dilakukan hamba Tuhan ketika terjadi konflik suami istri.¹² *Keempat*, penelitian Christi dkk., dengan penekanan pada pendekatan pastoral melalui upaya membina, membimbing dan memulihkan.¹³ Hal yang sama pun ditemukan dalam hasil penelitian Fuaddin yang berorientasi pada pendekatan pastoral konseling, namun yang membedakan adalah tahapnya. Tahap yang dituangkan dalam konseling pastoral adalah tahap pra pertolongan, menanggapi, pemahaman integratif dan memberi fasilitas untuk bertindak.¹⁴ *Kelima*, penelitian Blegur memberikan penekanan pada upaya menakar ego untuk membangun kesatuan guna meredam konflik yang rentan terjadi di tengah relasi antar anggota keluarga, khususnya suami-istri.¹⁵

Kelima temuan penelitian tersebut sebagian besar berorientasi pada teori umum dan satu penelitian menggunakan pendekatan Efesus 2:22-25, serta satu penelitian berorientasi

¹⁰ Silviana Silviana, Teguh Parluhutan, and Rode Sri Rahayu, "Pandangan Teologis Tentang Hubungan Suami Istri Menurut Efesus 5:22-25," *Jurnal Budi Pekerti Agama Kristen Dan Katolik* 2, no. 4 (2024): 187-97, <https://doi.org/https://doi.org/10.61132/jbpakk.v2i4.761>; Romelus Blegur and Leniwan Darmawati Gea, "Menilik Efektivitas Konseling Pranikah Terhadap Pencegahan Disharmoni Dalam Rumah Tangga Kristen," *Skenoo: Jurnal Teologi Dan Pendidikan Agama Kristen* 2, no. 2 (2022): 89-101, <https://doi.org/10.55649/skenoo.v2i2.37>.

¹¹ Sy. Nurul Syobah et al., "Keefektifan Komunikasi Interpersonal Dalam Menyelesaikan Konflik Suami Istri," *Jurnal Interaksi: Jurnal Ilmu Komunikasi* 7, no. 1 (January 31, 2023): 118-29, <https://doi.org/10.30596/ji.v7i1.13307>.

¹² Agus Suryo Jarot Yudhono, "Pelayanan Konseling Kristen Kepada Pasangan Suami Istri Dalam Menyelesaikan Konflik Keluarga," *Missio Ecclesiae* 8, no. 2 (2019): 116-36, <https://doi.org/10.52157/me.v8i2.100>.

¹³ Christi et al., "Strategi Pastoral Menghadapi Problem Keharmonisan Pasangan Suami Istri Di GBI Eben Heazer."

¹⁴ Bun Hui Fuaddin, "Pendampingan Pastoral Bagi Pasangan Suami Istri Yang Mengalami Konflik Yang Berakar Pada Kemarahan Dan Stress Dalam Pernikahan," *TE DEUM (Jurnal Teologi Dan Pengembangan Pelayanan)* 11, no. 1 (December 30, 2021): 125-55, <https://doi.org/10.51828/td.v11i1.139>.

¹⁵ Romelus Blegur, "Menilik Keharmonisan Keluarga Kristen: Menakar Ego Dan Membangun Kesatuan Secara Teologis," *SOLA GRATIA: Jurnal Teologi Biblika Dan Praktika* 6, no. 1 (2025): 460-74, <https://doi.org/10.47596/sg.v6i1.370>.

pada sudut pandang teologis dalam menyelesaikan konflik suami istri namun tidak secara spesifik menyinggung pola salah satu tokoh di dalam Alkitab. Selain itu fokus utamanya pun berbeda-beda, dengan penekanan pada beberapa hal, yaitu pandangan teologis, penanganan konflik, pendampingan dan terakhir menekankan tahapan dalam konseling pastoral. Artikel ini menawarkan pendekatan komprehensif dalam menyelesaikan konflik suami istri. Pendekatan yang ditawarkan adalah pendekatan dari sisi internal dan sisi eksternal berdasarkan tulisan Rasul Paulus. Pola pendekatannya sistematis yakni dimulai dari internal dan setelah itu pendekatan eksternal. Rujukan utama landasan teori adalah beberapa tulisan Rasul Paulus yang ada di dalam alkitab. Surat-surat Rasul Paulus sangat aplikatif dan komprehensif dalam menyelesaikan konflik suami istri.

Sehubungan dengan itu, maka rumusan masalah penelitian ini adalah bagaimana memahami pola pendekatan rasul Paulus terhadap penyelesaian konflik suami-istri? Bertolak dari itu, maka artikel ini bertujuan menghadirkan suatu pola pendekatan baru dalam menyelesaikan konflik suami istri mengingat konflik tersebut terus terjadi dan tidak dapat dihindari. Pola pendekatan yang dimaksud adalah pola pendekatan Rasul Paulus dalam menyelesaikan konflik suami istri dengan rujukan pada surat-suratnya kepada jemaat-jemaat. Diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah literatur Kristen tentang pola pendekatan penyelesaian konflik suami istri.

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan metode literatur. Penelitian kualitatif adalah pengumpulan data suatu latar alamiah dengan tujuan memahami fenomena yang terjadi.¹⁶ Moleong menambahkan fenomena tentang apa yang dialami oleh subjek penelitian misalnya perilaku atau persepsi.¹⁷ Berkaitan dengan itu, fenomena yang diteliti adalah konflik suami istri dan strategi penyelesaian konflik tersebut. Berhubung pendekatan yang digunakan adalah riset literatur maka, peneliti berhadapan langsung dengan teks dan karena itu, peneliti tidak melakukan wawancara di lapangan.¹⁸ Studi literatur dipilih karena penelitian difokuskan pada penelusuran, analisis serta sintesis berbagai sumber pustaka yang relevan dengan judul penelitian. Peneliti juga menganalisis sumber primer yakni tulisan Rasul Paulus kepada jemaat-jemaat melalui studi eksposisi. Teks yang dimaksud adalah surat-surat Rasul Paulus.

Langkah-langkah yang digunakan untuk mendapatkan data penelitian ini adalah mengumpulkan sumber-sumber literatur yang umumnya diperoleh melalui *google scholar* dan aplikasi lainnya. Sumber utama penelitian ini adalah Alkitab dan literatur-literatur biblika

¹⁶ Albi Anggito and Johan Setiawan, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, ed. Ella Deffi Lestari (Jawa Barat: CV Jejak, 2018).

¹⁷ Lexy J Moleong, *Metode Penelitian Edisi Kualitatif Edisi Revisi* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2019), 6.

¹⁸ Mestika Zed, *Metode Penelitian Kepustakaan*, 2nd ed. (Jakarta: Yayasan Obor Indonesia, 2008), 5.

berupa buku-buku tafsiran dan sumber pendukung lainnya. Hasil kajian Alkitab menjadi landasan teori dalam merumuskan pola pendekatan penyelesaian konflik suami-istri.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kesatuan sebagai Citra Ideal Relasi Suami-Istri

Konflik suami-istri merupakan pertentangan terhadap kesatuan yang dikehendaki oleh Allah. Dalam konteks suami istri, kesatuan menjadi syarat penting untuk membangun keharmonisan dalam keluarga.¹⁹ Paulus menekankan kesatuan suami-istri di atas landasan yang amat mendasar, yaitu hubungan Kristus dan jemaat sebagai cerminannya. Sebagaimana Kristus mengasihi gereja-Nya, demikian juga suami terhadap istri.²⁰ Dalam nada yang serupa, menurut Nina, relasi yang dimaksud adalah relasi agung dalam perspektif surgawi yang tidak hanya menunjukkan citra suami-istri saja, namun mencerminkan Kristus dengan jemaat-Nya.²¹ Atas dasar itu, maka kesatuan antara suami dan istri yang dikukuhkan melalui pernikahan harus dibangun oleh kedua pasangan yang telah pertobatan, sebab dalam wadah itulah kedua pasangan dapat saling memahami panggilan Allah dalam pernikahan. Prinsip tersebut sangat mendasar, sebab kesatuan yang dimaksudkan dalam suami-istri Kristen bukanlah suatu kesatuan natural yang dapat diupayakan oleh manusia, melainkan lebih daripada itu adalah kesatuan dalam Kristus di mana kedua pasangan saling melayani dan saling bergantung satu sama lain.²²

Bentuk kesatuan antara suami-istri sebagaimana yang ditekankan tersebut tidak membuka ruang bagi kedua pasangan untuk saling mencari keuntungan diantara mereka yang dapat memicu konflik. Sebaliknya kasih Kristus adalah landasan utama membangun kesatuan dalam keluarga. Kasih Kristus mendorong suami-istri untuk saling mengabdikan secara total melalui pengorbanan tanpa pamrih.²³ Bertolak dari itu, maka wujud keluarga yang diidealkan oleh Paulus berdasarkan kehendak Allah adalah keluarga iman.²⁴ Di mana dalam keluarga tersebut suami-istri saling belajar, menguatkan, memberkati, dan melengkapi satu sama lain.²⁵ Hal ini menunjukkan segi khusus dari relasi suami-istri yang hanya

¹⁹ Blegur, "Menilik Keharmonisan Keluarga Kristen: Menakar Ego Dan Membangun Kesatuan Secara Teologis."

²⁰ Ebenhaezer I. Nuban Timo, *Menghari-Ini-Kan Injil Di Bumi Pancasila: Bergereja Dengan Cita Rasa Indonesia*, ed. Veronica B. Vonny and Adri Setiawan, 2nd ed. (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2018), 369.

²¹ Nina Lovše, "Roles of Husbands and Wives in the Christian Marriage Relationship (Ephesians 5)," *Kairos: Evangelical Journal of Theology* 3, no. 2 (2009): 113–34, <https://hrcak.srce.hr/clanak/73889>.

²² Herman Ridderbos, *Paulus: Pemikiran Utama Theologinya*, ed. Steve Hendra, 2nd ed. (Surabaya: Penerbit Momentum, 2010), 322.

²³ David Fennema, "Unity in Marriage: Ephesians 5:21-33," *Reformed Review* 25, no. 1 (1971): 62–71, <https://repository.westernsem.edu/pkp/index.php/rr/en/article/view/630>.

²⁴ J. Knox Chamblin, *Paulus Dan Diri: Ajaran Rasuli Bagi Keutuhan Pribadi*, ed. Jeane Ch. Obadja, 1st ed. (Surabaya: Penerbit Momentum, 2006), 230.

²⁵ Mark D Ellison, "Family, Marriage, and Celibacy in the New Testament," in *New Testament History, Culture, and Society A Background to the Texts of the New Testament*, ed. Lincoln H. Blumell

dimungkinkan melalui keberpusatan pada relasi Kristus. Unachukwu memandang bahwa, relasi suami-istri yang dikemukakan oleh Paulus bercorak Kristologis dengan mengutamakan sikap saling mengasihi dan tunduk.²⁶ Prinsip ini sangat penting, karena itu tidak dapat dikompromikan dengan konflik dan perceraian dalam bentuk dan alasan apa pun.

Untuk menjaga kesatuan tersebut, maka Paulus menegaskan berbagai norma hidup yang dapat menjadi landasan untuk mengatur kehidupan orang percaya dalam berbagai segi kehidupan dan khususnya pada relasi suami-istri sebagaimana yang dikehendaki oleh Tuhan Yesus Kristus. Paulus menekankan keistimewaan relasi suami-istri sebagai cerminan dari Kristus dan jemaat-Nya dengan maksud yang jelas bahwa, tidak ada norma manusiawi atau duniawi yang diperkenankan mengontrol kehidupan suami-istri sebagaimana yang dipraktekkan oleh budaya yang menegakkan dominasi laki-laki atas perempuan.²⁷ Kenyataan tersebut telah mendiskreditkan kaum perempuan dan merusak relasi suami-istri.

Realitas Konflik sebagai Negasi terhadap Kesatuan Suami-Istri

Meskipun kesatuan dalam relasi suami-istri merupakan realitas yang diidealkan namun konflik sering kali tidak dapat dihindari. Konflik seringkali dipicu oleh masalah-masalah serius hingga hal-hal praktis yang kadang tampak remeh namun berdampak serius. Penyebab konflik suami-istri terjadi karena keduanya tidak menjalankan fungsi dan peran dengan baik sebagai keluarga. Kenyataan tersebut memperkeruh suasana sehingga potensi konflik tidak dimanajemen dengan baik,²⁸ dan berakibat pada konfrontasi dalam relasi suami-istri. Hal tersebut berdampak secara kompleks pada berbagai segi kehidupan, baik internal maupun eksternal.

Secara internal konflik terjadi karena pernikahan dini, suami-istri merasa tidak cocok, perselingkuhan, mengalami masalah seksual, perbedaan karakter, raibnya sikap saling memperhatikan, dan lain-lain. Selain itu, secara eksternal misalnya masalah ekonomi, sosial dan budaya, masalah pendidikan, pernikahan beda agama, dan faktor lainnya menjadi pemicu.²⁹ Beberapa faktor utama diantara hal-hal tersebut yang menimbulkan konflik sebagaimana yang ditekankan oleh Chukwuma, dkk., adalah perselingkuhan merupakan penyebab paling utama, kemudian faktor ekonomi yang berdampak pada kemiskinan yang merampas kesejahteraan suami-istri. Disisi yang lain adalah masalah komunikasi yang berpotensi menimbulkan silang pendapat. Faktor utama lainnya adalah kurangnya keintiman

(Religious Studies Center, 2019), 532-54, <https://rsc.byu.edu/new-testament-history-culture-society/family-marriage-celibacy-new-testament>.

²⁶ Daniel Clement Unachukwu, "A Critical Analysis of Ephesians 5:21-33 in the Light of Christian Marriage in Ebonyi State, Nigeria," *Studia Historiae Ecclesiasticae* 50, no. 3 (2024): 1-16, <https://doi.org/10.25159/2412-4265/17072>.

²⁷ Unachukwu.

²⁸ Serfin Anna Laia and Golan Dianto, "Manajemen Konflik Perorangan Terhadap Peran Tanggung Jawab Ayah Ibu Dalam Status Keluarga," *Inculco Journal of Christian Education* 3, no. 3 (2023): 243-61, <https://doi.org/10.59404/ijce.v3i3.159>.

²⁹ Blegur and Gea, "Menilik Efektivitas Konseling Pranikah Terhadap Pencegahan Disharmoni Dalam Rumah Tangga Kristen."

suami-istri yang berperan besar dalam konflik.³⁰ Di atas semua itu, secara teologis akar masalah utama dari konflik adalah dosa.³¹ Kejadian 3 membuka secara gamblang problem konflik tersebut. Dosa merusak tatanan hidup suami-istri yang semula diciptakan dalam kesatuan yang agung menjadi konfrontasi yang berkepanjangan dan berurat-akar secara turun-temurun. Kenyataan tersebut mendestruksi keintiman relasi suami-istri sehingga merusak kesatuan diantara keduanya.

Dampak konflik dalam keluarga seringkali tidak kecil sebab banyak pasangan suami-istri yang berakhir dengan perceraian. Kasus tersebut meningkat secara signifikan,³² sehingga mencederai keutamaan dari kesatuan suami-istri sebagaimana yang dikehendaki oleh Allah. Menurut penelitian penyebab utama dari perceraian adalah perselisihan dan pertengkaran yang berkepanjangan.³³ Tidak dapat dielakkan bahwa, faktor-faktor penyebab konflik tersebut berdampak pada pertengkaran. Tidak jarang ditemukan bahwa, pertengkaran tersebut berakhir pada pembunuhan diantara suami-istri. Berita-berita di media sosial menunjukkan ramainya kasus tersebut ditengah keluarga. Kenyataan ini memprihatinkan, karena itu diperlukan pola pendekatan yang efektif dan efisien untuk mengatasinya.

Pola Pendekatan Rasul Paulus dalam Penyelesaian Konflik Suami-Istri: Sebuah Tawaran dan Jawaban

Hasil analisis peneliti menunjukkan bahwa sumber konflik suami istri terdiri dari dua aspek yakni aspek internal dan aspek eksternal. Aspek internal disebabkan karena banyak perbedaan antara suami istri meliputi budaya, latar belakang pendidikan, latar belakang keluarga, latar belakang paradigma dan lain sebagainya. Aspek eksternal meliputi tekanan orang tua dan ekonomi, keluarga, anak, pekerjaan dan lain sebagainya. Kedua aspek ini menunjukkan bahwa potensi konflik suami istri tidak bisa dihindari tetapi bisa diselesaikan melalui beberapa pendekatan yakni pendekatan internal dan pendekatan eksternal. Bertolak dari itu, maka berikut ini dikemukakan tawaran dan jawaban atas realitas konflik suami-istri berdasarkan studi atas tulisan Paulus. Teks-teks yang dipilih berkaitan dengan penyelesaian konflik. Meskipun terdapat teks yang tidak terkait langsung dengan relasi suami-istri, namun secara normatif teks-teks tersebut dapat efektif mengatasi masalah konflik. Alasan pemilihan teks-teks tersebut, karena relasi suami-istri merupakan cerminan dari relasi Kristus dengan jemaat, sehingga norma-norma yang diberlakukan dalam jemaat terkait erat dengannya.

³⁰ Onyekachi G. Chukwuma et al., "Conflict Resolution between Husband and Wife in the Light of the Hermeneutics of Biblical Proverbs," *HTS Teologiese Studies / Theological Studies* 76, no. 4 (2020): 1–9, <https://doi.org/10.4102/hts.v76i4.5969>.

³¹ Blegur and Gea, "Menilik Efektivitas Konseling Pranikah Terhadap Pencegahan Disharmoni Dalam Rumah Tangga Kristen"; Fuaddin, "Pendampingan Pastoral Bagi Pasangan Suami Istri Yang Mengalami Konflik Yang Berakar Pada Kemarahan Dan Stress Dalam Pernikahan."

³² Ricu Sele and Soelistiyo Daniel Zacheus, "Tanggapan Alkitab Dan Gereja Terhadap Faktor Pemicu Terjadinya Perceraian," *Jurnal Ilmiah Religiosity Entity Humanity (JIREH)* 3, no. 1 (2021): 1–17, <https://doi.org/10.37364/jireh.v3i1.47>.

³³ Samuel Elia and Ferry Simanjuntak, "Tinjauan Etika Praktis Terhadap Perceraian Kristen," *DIEGESIS: Jurnal Teologi Kharismatika* 4, no. 2 (2021): 63–75, <https://doi.org/10.53547/diegesis.v4i2.84>.

Pendekatan Internal

Memilih Waktu yang Tepat dalam Memulai Komunikasi

Konflik suami istri dalam kehidupan keluarga kristen selalu terjadi disepanjang pernikahan, baik dalam skala besar maupun dalam skala kecil. Melihat potensi itu maka pendekatan pertama yang dilakukan adalah suami maupun istri memilih waktu yang tepat untuk menyelesaikan konflik itu. Rasul Paulus menyatakan pergunakanlah waktu yang ada (Kol. 4:5-6). Prinsip yang dimaksud Rasul Paulus adalah berkhikmat dalam memajemen waktu, sehingga dapat mengetahui bagaimana dan kapan harus menjawab dan berbicara. Hal ini relevan dengan kehidupan suami-istri sebab dalam menghadapi konflik, suami istri tidak diperkenankan untuk menyelesaikan masalah dalam kondisi emosi tinggi, kelelahan atau sedang sibuk kerja yang berpotensi merusak komunikasi. Menyelesaikan masalah hendaknya memilih momentum dimana pikiran sudah tenang. Waktu yang tepat untuk membuka komunikasi bukanlah saat masih dikuasai oleh keinginan untuk membela diri atau menyerang balik. Waktu yang tepat adalah ketika sudah berhasil menguasai diri.

Rasul Paulus menyatakan bahwa, setiap orang harus mempergunakan waktu yang ada (Kol. 4:5)). Istilah “pergunakanlah waktu yang ada” dalam bahasa Yunani *τον καιρον ἐρξαγοραζομενοι*. *Erxagorazomenoi* adalah kata kerja present partisip yang menekankan setiap orang percaya untuk terus menerus menggunakan waktu yang ada. *Erxagorazomenoi* dari kata dasar *exagorazo* yang artinya menebus kembali sedangkan istilah *kairon* artinya momentum, kesempatan emas, atau waktu yang strategis.³⁴ Menurut Henry maupun Barclay, frase “pergunakan waktu yang ada” artinya memanfaatkan setiap kesempatan untuk berbuat baik kepada mereka atau memanfaatkan waktu untuk hidup bijaksana agar tidak ada alasan untuk menentang.³⁵ Hal yang diungkapkan oleh Harris bahwa yang dimaksud adalah memanfaatkan sebaik-baiknya dan dengan penuh semangat menyelamatkan dari kehilangan.³⁶ Baik Hanry, Barclay maupun Harris mengungkapkan hal yang sama yakni mengambil inisiatif untuk menggunakan kesempatan yang ada demi menghasilkan sesuatu yang baik sesuai dengan kehendak Tuhan

Secara normatif, hubungan konsep *τον καιρον ἐρξαγοραζομενοι* dengan penyelesaian konflik suami istri sangatlah erat dan menjadi sebuah strategi yang efektif untuk membangun manajemen konflik yang bijaksana. Memulai komunikasi adalah sebuah keputusan strategis untuk mengonversi konflik menjadi pemulihan. Dengan menginisiasi percakapan di dalam hikmat Tuhan, suami atau istri sedang menebus (*exagorazo*) hubungan keluar dari pontensi kehancuran, menuju pemulihan yang mencerminkan kasih Kristus.

³⁴ Hasan Sutanto, *Perjanjian Baru Interlinier Yunani-Indonesia Dan Konkordansi Perjanjian Baru (PBIK), Jilid II* (Jakarta: LAI, 2006), 1080.

³⁵ Matthew Henry, *Tafsiran Matthew Henry: Surat Galatia, Efesus, Filipi, Kolose, 1 & 2 Tesalonika, 1 & 2 Timotius, Titus, Filemon* (Surabaya: Momentum, 2015), 412; William Barclay, *Pemahaman Alkitab Setiap Hari: Surat Filipi, Kolose, 1 Dan 2 Tesalonika*, 5th ed. (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2006), 253.

³⁶ Murray J. Harris, *Exegetical Guido to the Greek New Testament Collosians & Filemon*, 2nd ed. (Nashville: B&H Publishing Group, 2010), 196.

Ketika prinsip ini diterapkan dalam kehidupan rumah tangga, khususnya dalam penyelesaian konflik suami istri, maka setiap kesempatan untuk berdialog, meminta maaf, mengampuni, dan membangun kembali komunikasi dapat dipahami sebagai *kairos* yang perlu ditebus. Konflik yang dibiarkan berlarut-larut dapat membuka ruang bagi kepahitan dan keretakan hubungan, tetapi ketika salah satu pihak mengambil inisiatif untuk memulai rekonsiliasi, ia sedang melakukan tindakan *exagorazō*, yaitu memanfaatkan kesempatan yang diberikan Allah untuk menyelamatkan relasi dari kehancuran. Dengan demikian, memulai komunikasi dalam hikmat Kristus merupakan tindakan penebusan kesempatan yang mengarahkan konflik menuju pemulihan dan perdamaian.

Komunikasi Verbal yang Berlandaskan Kasih dan Berorientasi Membangun Relasi yang Sehat

Pendekatan kedua yang harus dilakukan suami istri dalam menyelesaikan konflik adalah berbicara dengan kasih. Suami istri harus memilih kata yang membangun dalam menyelesaikan konflik. Efesus 4:29 menjelaskan supaya lawan bicara mendengar maka menggunakan perkataan yang membangun. Perkataan yang membangun adalah perkataan positif, perkataan bijaksana, perkataan yang penuh kelembutan dan perkataan penuh kasih.³⁷ Perkataan yang membangun juga berciri khas lemah lembut, santun dan disampaikan dengan ramah. Perkataan yang membangun menjadi media dalam penyelesaian masalah.³⁸ Prinsip Efesus 4:29 kekuatan kata harus digunakan untuk membangun dan memberkati bukan untuk menyakiti dan merendahkan.³⁹ Frase “perkataan yang baik untuk membangun”, dalam teks Yunani adalah *ἀγαθὸς πρὸς οἰκοδομήν*.⁴⁰ Kata *agatos* menunjuk kepada sifat dari perkataan yakni baik, jujur, dan berguna,⁴¹ sedangkan *oikodomên* adalah kata benda akusatif yang berfungsi sebagai objek dalam kalimat. Kata *agatos* dan *oikodomên* mau menyatakan perkataan yang digunakan dalam menyelesaikan konflik adalah sifat baik dan hal itu dapat membangun relasi yang rusak akibat konflik. Berekebalikan dengan itu, Paulus melarang penggunaan kata-kata kotor, *λόγος σαπρός* (*logos sapos*) (arti harfiahnya adalah perkataan yang busuk, atau tidak senonoh).⁴² Bauer menerangkan bahwa kata “kotor” yang dimaksud

³⁷ Stefanus Muda, “Membangun Komunikasi Yang Baik Antarasuami Dan Istri Melalui Media Sosial Dalam Perspektif Efesus 4:29,” *Euntes: Jurnal Ilmiah Pastoral, Kateketik, Dan Pendidikan Agama Katolik* 2, no. 2 (June 24, 2024): 91–99, <https://doi.org/10.58586/je.v2i2.48>.

³⁸ Manase Gulo, Saut Maruli Panggabean, and Estherlina Maria Ayawaila, “Kajian Alkitab Tentang Cara Mengkomunikasikan Dan Mengendalikan Amarah,” *Manna Rafflesia* 10, no. 2 (2024): 463–75, https://doi.org/10.38091/man_raf.v10i2.444.

³⁹ Sisga Desriman Zebua et al., “Meretas Perundungan Dunia Maya Di Era Disrupsi Digital Kajian Teologis Efesus 4:29,” *Pediaqu: Jurnal Pendidikan Sosial Dan Humaniora* 3, no. 2 (2024): 903–13, <https://publisherqu.com/index.php/pediaqu/article/view/952>.

⁴⁰ Sutanto, *Perjanjian Baru Interlinier Yunani-Indonesia Dan Konkordansi Perjanjian Baru (PBIK)*, Jilid II, 1039–40.

⁴¹ Hasan Sutanto, *Perjanjian Baru Interlinear Yunani-Indonesia Dan Konkordansi Perjanjian Baru (PBIK) Jilid II* (Jakarta: Lembaga Alkitab Indonesia, 2004), 2.

⁴² Charles F. Pfeiffer and Everett F. Harrison, eds., *Tafsiran Alkitab Wycliffe Volume 3: Perjanjian Baru*, 3rd ed. (Malang: Gandum Mas, 2008), 756.

mengacu pada kualitas yang sangat buruk sehingga hampir tidak bernilai atau tidak bernilai sama sekali, buruk, tidak baik, dalam arti sebenarnya rusak, busuk.⁴³

Prinsip ini memiliki relevansi yang sangat penting dalam penyelesaian konflik suami istri karena, komunikasi merupakan salah satu faktor utama yang menentukan apakah konflik akan menuju rekonsiliasi atau justru memperdalam perpecahan. Dalam situasi konflik, sering kali terdorong untuk mengungkapkan kemarahan melalui kritik, tuduhan, penghinaan, atau kata-kata yang menyakitkan. Bentuk komunikasi seperti ini bertentangan dengan prinsip Efesus 4:29 karena tidak membangun hubungan, melainkan merusaknya. Sebaliknya, Paulus mengajarkan bahwa setiap perkataan harus diarahkan pada pembangunan (*oikodomē*), yaitu memperkuat relasi, memulihkan kepercayaan, dan menciptakan suasana yang kondusif bagi penyelesaian masalah. Dalam konteks penyelesaian konflik, penerapan Efesus 4:29 dapat diwujudkan melalui penggunaan bahasa yang penuh kasih, sikap saling menghormati, kesediaan mendengarkan pasangan, serta penyampaian perasaan dan pendapat secara jujur tanpa menyerang pribadi pasangan. Dengan demikian, komunikasi tidak menjadi sarana pelampiasan emosi, melainkan instrumen rekonsiliasi yang membuka jalan bagi dialog dan pemulihan hubungan.

Meredam Eskalasi Amarah

Meredam eskalasi amarah artinya memutus siklus kemarahan agar tidak menjadi semakin besar, tidak terkendali, dan akhirnya berujung pada dosa. Dalam lokus konflik, eskalasi menunjukkan peningkatan situasi yang tidak kondusif, karena itu mesti diredam. Rasul Paulus menyatakan bahwa orang Kristen harus menghentikan kemarahan sebelum matahari terbenam (Ef. 4:26-27). Ada kemarahan yang benar, tetapi juga ada kemarahan yang dipicu oleh dosa. Paulus memperingatkan agar jangan sampai seseorang terporok dalam kemarahan yang berdosa. Batas waktu yang dikemukakan dalam teks ini, yaitu “janganlah matahari terbenam” ingin menekankan bahwa kemarahan yang berlebihan dapat tergelincir dalam dosa meskipun dengan maksud yang benar.⁴⁴ Prinsip ini sangat relevan dengan kehidupan suami istri saat terjadi konflik. Efesus 4:26-27 menetapkan sebuah protokol manajemen konflik berbasis waktu.

Teks ini menginstruksikan pasangan suami istri untuk memproses emosi negatif secara sadar, membatasi durasi konflik dan segera melakukan rekonsiliasi taktis guna mempertahankan stabilitas pernikahan dari ancaman. Amarah yang tidak terkendali dan yang terus berlanjut akan menghancurkan lembaga pernikahan. Rasul Paulus memberikan informasi bahwa amarah yang tidak padam sebelum matahari terbenam membuka pintu bagi iblis (Ef. 4:27). Iblis selalu mencari pintu untuk masuk dan merusak lembaga pernikahan yang

⁴³ Walter Bauer et al., *A Greek-English Lexicon of the New Testament, and Other Early Christian Literature*, ed. Frederick William Danker, 4th ed. (Chicago and London: University of Chicago Press, 2021), 811, https://www.agathonlibrary.com/wp-content/uploads/2022/05/BDAG-A-Greek-English-Lexicon-of-the-New-Testament-and-Other-Early-Christian-Literature-Walter-Bauer-Frederick-William-Danker-etc.-z-lib.org_.pdf.

⁴⁴ Pfeiffer and Harrison, *Tafsiran Alkitab Wycliffe Volume 3: Perjanjian Baru*, 756.

dibentuk Tuhan. Iblis tidak suka apabila lembaga pernikahan harmonis dan memuliakan Tuhan. Dasar ini yang membuat Rasul Paulus memberikan satu peringatan kepada orang percaya yang sedang marah untuk memadamkan amarah sebelum matahari terbenam.

Berkenaan dengan itu, Rasul Paulus pun menyampaikan kepada jemaat Kolose untuk membuang kemarahan, geram, kejahatan, fitnah dan kata-kata kotor (Kol. 3:8). Bahasa Yunani yang digunakan Rasul Paulus untuk kata buanglah adalah ἀποθεσθε (*apothesthe*) yang berasal dari akar kata *apotithemi* yang berarti menanggalkan, membuang, menaruh.⁴⁵ Kata *apothesthe* adalah kata kerja *aorist imperatit* yang mengandung arti membuang untuk selama-lamanya dan tidak lagi mengingat-ingat. Imperatif merupakan perintah yang harus dilakukan manusia baru. Apa yang dibuang adalah amarah, geram, perkataan kotor dan sebagainya (Kol. 3:8). Dave mengartikan kata *apothesthe* adalah tanggalkanlah semua hal ini yakni daftar dosa yang berhubungan dengan amarah.⁴⁶ Membuang yang dimaksud adalah menanggalkan sesuatu secara tegas seperti melepas pakaian lama, dalam hal ini menyingkirkan dan melepaskan diri dari sifat-sifat buruk.⁴⁷ Artinya untuk menyelesaikan konflik, seseorang harus terlebih dahulu meninggalkan amarah. Perkataan ini tidak hanya untuk umat Tuhan secara umum tetapi juga relevan bagi suami istri yang rentan konflik. Rasul Paulus hendak menekankan tentang karakter manusia baru yang mesti menjadi cerminan hidup suami istri Kristen yang telah menerima Tuhan Yesus.

Terminasi Kepahitan dan Memberikan Pengampunan

Pendekatan berikut dalam hal penyelesaian konflik suami istri adalah terminasi kepahitan dan memberikan pengampunan. Kolose 3:12-14 menekankan transformasi karakter sebagai prasarat resolusi konflik seperti belas kasihan, kerendahan hati, kelemahlembutan. Untuk mewujudkan terjadinya pengampunan harus dimulai dengan kasih karena kasih menjadi pengikat yang mempersatukan (Kol. 3:14). Kasih yang digunakan adalah *agape*. Fungsi kasih dalam ayat ini adalah pengikat yang mempersatukan dan juga memiliki nilai tertinggi sehingga dapat menyempurnakan hubungan.⁴⁸

Terminasi kepahitan adalah proses rohani yang dimulai dengan adanya pengakuan kepada Tuhan karena menyadari kepahitan hati sebagai dosa yang menghalangi kasih karunia bekerja. Menutup kepahitan juga berarti tidak membiarkan dendam, dan tidak membiarkan kesalahan orang lain merusak hati yang telah diperbaharui Allah. Kepahitan adalah virus yang mematikan jiwa orang yang mengalaminya serta membuat hidup dalam

⁴⁵ Sutanto, *Perjanjian Baru Interlinear Yunani-Indonesia Dan Konkordansi Perjanjian Baru (PBIK) Jilid II*, 108.

⁴⁶ Dave Hagelberg, *Tafsiran Surat Kolose Dari Bahasa Yunani* (Yogyakarta: Andi, 2013), 195.

⁴⁷ Bauer et al., *A Greek-English Lexicon of the New Testament, and Other Early Christian Literature*, 108.

⁴⁸ Yohana Fajar Rahayu, Sukarno Hadi, and Yonatan Alex Arifianto, "Kelompok Sel Dalam Perspektif Kolose 3:14-15, Upaya Membangun Spiritual Dan Pertumbuhan Gereja," *Lentera Nusantara: Jurnal Teologi Dan Pendidikan Agama Kristen* 2, no. 2 (June 24, 2023): 162-74, <https://doi.org/10.59177/jls.v2i2.219>.

kegelisahan dan ketidaknyamanan.⁴⁹ Kepahitan dapat menjadi sarana bagi iblis merusak lembaga pernikahan yang telah dibentuk Allah, karena itu harus diatasi dengan kasih dan pengampunan.

Proses penyelesaian konflik tidak hanya menutup pintu kepahitan tetapi, bersamaan dengan itu ruang pengampunan harus terbuka. Pengampunan bukan berarti membenarkan kesalahan tetapi melepaskan hak membalas. Konsep ini telah dipraktikkan Yesus Kristus saat di kayu salib, “ya Bapa ampunilah mereka” (Luk. 23:34). Membuka ruang pengampunan merupakan karya Roh Kudus yang memampukan seseorang menyadari dirinya telah diampuni Allah, sehingga membuka hati melepaskan luka, dendam dan tidak mengingat lagi kesalahan orang yang bersalah kepadanya. Dengan terbukanya ruang pengampunan, maka suami-istri membiarkan kasih dan anugerah Kristus mengisi hati yang sudah luka. Konsep pengampunan bukan melupakan orang yang telah melukai hati melainkan menerima kembali orang tersebut. Prinsip ini dijelaskan Rasul Paulus dalam kitab Filemon saat ada konflik antara Filemon dengan Onesimus. Apabila belum menerima kembali kehadiran dan berelasi dengan orang yang bersalah kepadanya merupakan tanda belum membuka ruang pengampunan.⁵⁰ Membuka ruang pengampunan merupakan puncak proses penyelesaian konflik dan sekaligus menjadi langkah awal penerimaan dan berelasi satu dengan yang lain di tengah kehidupan suami-istri.

Pendekatan Eksternal

Pendekatan eksternal digunakan apabila pendekatan internal tidak berhasil atau konflik suami istri belum selesai. Pola pendekatan eksternal sebagai berikut:

Pendekatan Klarifikasi

Pendekatan klarifikasi adalah upaya menjernihkan pemahaman, memperjelas motivasi, meluruskan pemahaman melalui komunikasi terbuka dan dipimpin oleh kebenaran atau membantu mengurai kekacauan komunikasi atau perasaan agar timbul pengertian yang lebih jelas dan jujur. Menurut Egan Pendekatan klarifikasi merupakan bagian dari keterampilan komunikasi dalam proses *helping*, di mana individu ditolong untuk memahami dirinya secara lebih jelas melalui mendengarkan aktif dan respons empatik.⁵¹ Dalam teori ini konselor mendengarkan klien dengan baik untuk memahami maupun menanggapi klien

⁴⁹ Hesky C Opit, “Hati Yang Terluka : Pastoral Konseling Bagi Orang Yang Mengalami Kepahitan Atau Luka Batin,” *POIMEN Jurnal Pastoral Konseling* 1, no. 2 (December 31, 2020): 52–73, <https://doi.org/10.51667/pjpk.v1i2.340>.

⁵⁰ Serepina Hasibuan, Setiawan Larosa, and Rudy Roberto Walean, “Konsep Pengampunan Dalam Kitab Filemon Dan Relevansinya Bagi Pelayanan Pemulihan Luka Batin,” *Shalom: Jurnal Teologi Kristen* 2, no. 1 (June 29, 2022): 27–39, <https://doi.org/10.56191/shalom.v2i1.19>.

⁵¹ Gerard Egan, *The Skilled Helper: A Problem-Management and Opportunity-Development Approach to Helping*, 10th ed. (Cengage Learning, 2014), 104.

dengan berbagai cara dengan tujuan membantu klien memahami diri, serta masalah yang sedang dihadapi.⁵²

Pendekatan ini digunakan Rasul Paulus ketika memberikan pengajaran dan teguran kepada keluarga di Jemaat Korintus (1 Kor. 7:3-5). Klarifikasi yang diberikan berkaitan hak dan kewajiban suami istri. Paulus mengajarkan bahwa keputusan dalam pernikahan, termasuk yang berkaitan dengan hubungan intim, tidak boleh dilakukan secara sepihak. Frasa "dengan persetujuan bersama" menunjukkan perlunya komunikasi dan dialog antara suami dan istri. Konsep kesepakatan bersama menggambarkan suami istri sebagai mitra satu dengan lainnya.⁵³ Paulus tidak menggunakan bahasa perintah sepihak, tetapi bahasa musyawarah dan kesepakatan. Prinsip ini menunjukkan bahwa hubungan suami-istri harus dibangun atas dasar kerja sama, bukan dominasi.

Tujuan Rasul Paulus menggunakan pendekatan klarifikasi adalah untuk mengajak pihak yang berkonflik melihat masalah dari perspektif rohani, menyadarkan konseli bahwa konflik bukan kehendak Allah, mengarahkan fokus kepada tujuan bersama yakni memuliakan Kristus melalui kehidupan suami istri. Selain itu, beberapa pendekatan klarifikasi digunakan Rasul Paulus saat meluruskan kesalahpahaman teologis (Gal 1:6-9), meredakan konflik (2 Kor 1:23-2:4), memulihkan kebenaran (Gal. 2:11-14). Prinsip ini menunjukkan bahwa Klarifikasi menjadi salah satu langkah awal yang penting sebelum rekonsiliasi dan transformasi. Melalui klarifikasi, suami dan istri saling memahami duduk perkara yang sedang mereka hadapi sehingga mudah menemukan jalan penyelesaian.

Pendekatan Persuasif

Salah satu pendekatan yang dilakukan Paulus dalam menyelesaikan konflik yang relevan juga untuk masalah relasi suami istri adalah pendekatan persuasif. Pendekatan ini dapat ditemukan dari beberapa surat yang ditulis Rasul Paulus. Misalnya dalam surat Efesus 5:21-33 Rasul Paulus menekankan Istri tunduk kepada suami seperti kepada Tuhan dan suami mengasihi istri sebagaimana Kristus mengasihi jemaatNya. Inti yang mau ditekankan dalam pendekatan persuasif adalah kasih. Efesus 5:22-23 memiliki hubungan yang erat dengan pendekatan persuasif dalam penyelesaian konflik suami-istri karena Paulus tidak mengajarkan kepemimpinan yang bersifat otoriter atau memaksa, melainkan kepemimpinan yang didasarkan pada kasih, keteladanan, dan pengaruh moral yang mendorong respons sukarela dari pasangan. Pendekatan persuasif juga ditemukan ketika menyelesaikan konflik antara Filemon dengan Onesimus. Rasul Paulus menyatakan, "sekalipun di dalam Kristus aku mempunyai kebebasan penuh untuk menyuruh engkau melakukan apa yang harus dilakukan, tetapi mengingat kasihmu itu lebih baik aku meminta daripadamu" (Fil. 1:8-9).

⁵² Monica Galloway Burke et al., *Helping Skills for Working with College Students* (Routledge, 2016), 100, <https://doi.org/10.4324/9781315650531>.

⁵³ Manase Gulo, "Konsep Paulus Mengenai Pernikahan," *Manna Rafflesia* 2, no. 2 (January 1, 2016): 122-34, https://doi.org/10.38091/man_raf.v2i2.60.

Komunikasi yang digunakan Paulus bukan komunikasi otoriter yang lebih tinggi dari Filemon tetapi menggunakan pendekatan persuasif.⁵⁴

Kelebihan pendekatan persuasif sebagai berikut: *Pertama*, menciptakan suasana dialog yang sehat artinya suami istri yang berkonflik merasa di dengar dan dihargai karena metode komunikasi dilakukan dengan dialog atau komunikasi dua arah. Tidak hanya merasa di dengar tetapi mengurangi pertengkaran karena nada bicara yang lembut. *Kedua*, Menghindari tekanan dan pemaksaan karena fokus komunikasi adalah solusi yang timbul dari kesadaran dan kemauan bersama. *Ketiga*, Menumbuhkan empati dan saling pengertian artinya suami-istri didorong untuk memahami sudut pandang pasangan masing-masing dan memperkuat hubungan emosional. *Keempat*, Menjaga keharmonisan hubungan karena fokus pendekatan persuasif adalah menjaga relasi bukan pada kemenangan argumentasi.

Pendekatan Konseling

Pendekatan konseling adalah suatu proses pendekatan secara aktif antara konselor dengan konseli yang sedang berkonflik. Pendekatan ini adalah upaya terarah dan profesional yang dilakukan konselor atau pendamping rohani untuk membantu pasangan suami istri yang sedang berkonflik. Tujuannya adalah untuk membantu konseli (suami-istri) menyelesaikan, mengelola masalah yang sedang dihadapi, memahami akar masalah, memperbaiki komunikasi dan membangun hubungan kembali hubungan yang sehat dan harmonis. Pendekatan konseling Kristen tidak hanya pada sisi psikologis, emosi tetapi harus menyentuh aspek spiritual dan moral karena bagi Mudak pemulihan konflik yang sejati berasal dari Allah melalui Yesus Kristus.⁵⁵

Pendekatan konseling Kristen berbasis firman Tuhan (menekankan doa, pengampunan dan pemulihan rohani. Langkah-langkah yang diperhatikan oleh seorang konselor Kristen adalah harus sistematis (mendengarkan masalah dengan empati, membaca firman yang relevan, menanyakan apa yang ingin diselesaikan, membimbing ke dalam doa dan pengampunan dan langkah terakhir adalah membimbing kepada komitmen keluarga untuk berjalan dalam kasih Kristus.

Dasar pendekatan konseling Rasul Paulus dapat dilihat dari berbagai surat-surat. Menurut Karamoy dkk, seorang konselor harus hidup di dalam kasih.⁵⁶ Rasul Paulus tidak menggunakan istilah konseling tetapi prinsip, metode yang sangat relevan dengan pelayanan konseling misalnya segala sesuatu yang kamu perbuat hendaklah kamu lakukan dengan kasih (1 Kor. 16:14). Ayat ini menginformasikan bahwa Rasul Paulus menekan kasih dalam

⁵⁴ Yosia Belo, "Implementasi Komunikasi Paulus Dalam Menyelesaikan Masalah Berdasarkan Surat Filemon," *Phronesis: Jurnal Teologi Dan Misi* 3, no. 2 (December 30, 2020): 155–65, <https://doi.org/10.47457/phr.v3i2.70>.

⁵⁵ Sherly Mudak, *Konseling Kristen: Pendekatan Integratif*, 1st ed. (Yogyakarta: Jejak Pustaka, 2024), 1.

⁵⁶ Ilona Olvy Karamoy et al., "Peran Kasih Kristus Dalam Pelayanan Pastoral Kepada Remaja Korban Broken Home: Perspektif Efesus 5:2-3," *Lentera Karya: Jurnal Ilmiah Pendidikan, Sejarah, Dan Humaniora* 8, no. 1 (2024): 69–80.

membimbing dan menegur. Dasar ini menghasilkan strategi pendekatan konseling sebagai berikut: *Pertama*, Konselor menggunakan pendekatan komunikatif. Rasul Paulus menggunakan pendekatan ini saat mendamaikan Filemon dengan Onisemus dan tampak berhasil.⁵⁷ Pendekatan komunikatif digunakan untuk membantu yang berkonflik (suami istri) belajar mendengar secara aktif, berbicara dengan empati dan menghindari bahasa yang mendiskreditkan salah satu pasangan, sehingga setiap pihak merasa didengar dan dihargai.

Kedua, Konselor menggunakan pendekatan empatik. Empati dalam konseling adalah kemampuan konselor untuk merasuki kenyataan klien dan merasakan perasaan klien.⁵⁸ Konselor mengajak suami istri memahami perasaan masing-masing pihak, selanjutnya mendorong mengelola emosi negatif seperti amarah, kecewa dan sebagainya dan terakhir konselor menciptakan ruang aman untuk mengekspresikan perasaan takut dihakimi. *Ketiga*, Konselor menggunakan Pendekatan Kognitif dengan tujuan untuk membantu suami istri mengganti cara berpikir negatif menjadi positif dan realistis. *Keempat*, Konselor menggunakan pendekatan solusi dengan cara membantu pasangan mengingat masa-masa bulan madu yang positif sebagai modal untuk memperbaiki hubungan.

Prinsip konseling Rasul Paulus adalah *Pertama*, Pendekatan Relasional (Personal dan Dekat). Maksudnya Rasul Paulus tidak menjaga jarak dengan jemaat, tetapi membangun hubungan yang dekat dan penuh kasih. Ia melihat jemaat seperti keluarga. Contohnya dalam 1 Tesalonika 2:7–8, Paulus menggambarkan dirinya seperti ibu yang mengasuh anak-anaknya. Penekanannya menurut Paulus dimulai dari hubungan yang hangat, bukan sekadar formalitas. *Kedua*, Pendekatan Konfrontatif yang kasih. Konfrontatif yang kasih adalah suatu pendekatan dalam menyelesaikan masalah atau konflik di mana seseorang berani menegur, menasihati, atau mengoreksi kesalahan secara langsung, tetapi dilakukan dengan motivasi kasih, sikap hormat, dan tujuan pemulihan, bukan untuk menyalahkan atau menjatuhkan. Paulus tidak ragu menegur, tetapi tetap dalam kasih. Dalam Galatia 6:1, ia menekankan pemulihan dengan lemah lembut. Konseling bukan hanya mendengar, tetapi juga berani mengoreksi demi perubahan.

Pendekatan Spiritual

Pendekatan spiritual digunakan dalam kerangka teori resolusi konflik. Penekanan dalam pendekatan spiritual adalah nilai-nilai iman, prinsip-prinsip Alkitab dan kepekaan akan kehendak Tuhan. Penekanan ini menjadi mekanisme efektif dalam meredakan konflik suami istri. Rasul Paulus menguraikan beberapa prinsip berhubungan dengan pendekatan spiritual sebagai berikut: *Pertama*, suami istri harus meneladani kasih Kristus sebagai dasar relasi (Ef. 5:25) seperti pengorbanan, kesabaran dan penerimaan tanpa syarat. Nilai-nilai yang

⁵⁷ Deflita R.N Lumi, Darmianus Harefa, and Lekris Anugrah Hizkia Laurika, "Analisis Manajemen Konflik Paulus Dalam Rekonsiliasi Filemon Dan Onesimus," *JMPK: Jurnal Manajemen Pendidikan Kristen* 2, no. 1 (June 30, 2022): 45–55, <https://doi.org/10.51667/jmpk.v2i1.926>.

⁵⁸ Alif Akbar Pramono and Daeng Ayub, "Studi Literatur Tentang Empati Dalam Konseling," *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research* 3, no. 6 (2023): 7259–69, <https://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/download/7300/4977/11386>.

ditekankan dalam pendekatan ini adalah menghindari sikap merendahkan satu dengan yang lain, sebaliknya menjunjung tinggi nilai penghormatan antara suami dengan istri.⁵⁹ Nilai dan prinsip ini menjadi dasar dalam penyelesaian konflik. *Kedua*, Saling Menghormati (Ef. 5:21-22), Paulus memberi penekanan pada prinsip yang kedua ini yakni tidak adanya dominasi. *Ketiga*, mengampuni (Kol. 3:13). Penekanan dalam poin ini adalah pengampunan sebagai jalan rekonsiliasi atau syarat utama untuk pemulihan emosional dan spiritual. Orang Kristen, khususnya pasangan suami-istri harus mampu mengampuni, sebab mereka adalah orang yang sudah diampuni. Orang Kristen harus bercermin pada Allah yang Maha Pengampun.⁶⁰

Nilai atau prinsip Alkitab yang ditonjolkan dalam penyelesaian konflik suami istri adalah cinta kasih, kesetiaan dan pengampunan. Apabila ada salah satu yang terluka maka pengampunan menjadi kunci dalam penyelesaian konflik. Karena itu konselor hendaknya mendorong akan pengampunan bila menggunakan pendekatan spritual.

Sintesis teori pendekatan spritual dalam menyelesaikan konflik suami istri adalah *Pertama*, memaknai bahwa konflik bukan sekedar masalah tetapi kesempatan untuk bertumbuh. *Kedua*, Penguat emosi artinya memperkuat kesabaran, pengendalian diri. *Ketiga*, Mediator relasi artinya menumbuhkan pengampunan dan kasih sehingga komunikasi lebih sehat. *Keempat*, penyatuan visi artinya memberi arah dan tujuan bersama dalam pernikahan.

Strategi Konselor dalam pendekatan spiritual adalah berfungsi sebagai pendamping spiritual untuk menolong konseli mengerti pengalaman hidup dalam terang iman serta menggali kembali makna pernikahan, kesetiaan dan kasih Ilahi.⁶¹ Selain sebagai pendamping, konselor juga berusaha mendorong konseli (suami istri) untuk hidup dipimpin Roh Kudus, menekankan doa, pertobatan dan pembaharuan batin.

KESIMPULAN

Penelitian ini menemukan bahwa Rasul Paulus menawarkan pola penyelesaian konflik yang bersifat holistik, progresif, dan berorientasi pada pemulihan relasi. pola tersebut mencakup pendekatan internal yang menekankan transformasi diri sebelum intervensi pihak luar. Dalam pendekatan internal, Paulus menegaskan pentingnya pemanfaatan momentum yang tepat dalam berkomunikasi (Kol. 4:5-6), penggunaan komunikasi verbal yang berlandaskan kasih dan bertujuan membangun relasi (Ef. 4:29), pengendalian serta penghentian eskalasi amarah (Ef. 4:26-27; Kol. 3:8), dan puncaknya adalah terminasi kepahitan melalui praktik pengampunan yang berakar pada kasih Kristus (Kol. 3:12-14). Unsur-unsur tersebut membentuk suatu proses rekonsiliasi yang bergerak dari pengelolaan diri menuju pemulihan hubungan. Di sisi yang lain, diperlukan pendekatan eksternal yang dapat

⁵⁹ Silviana, Parluhutan, and Rahayu, "Pandangan Teologis Tentang Hubungan Suami Istri Menurut Efesus 5:22-25."

⁶⁰ Barclay, *Pemahaman Alkitab Setiap Hari: Surat Filipi, Kolose, 1 Dan 2 Tesalonika*, 240.

⁶¹ Apriani Delfita Legrans and Maygresye Natalia Sambouw, "Studi Kasus: Pendekatan Pastoral Konseling Pada Suami Istri Yang Belum Bercerai Tetapi Sudah Pisah Rumah," *HOSPITALITAS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 2, no. 3 (September 10, 2025): 1-16, <https://doi.org/10.70420/hospitalitas.v2i3.199>.

dibangun dari tulisan Paulus dengan melibatkan pihak ketiga sebagai fasilitator pemulihan. Pendekatan eksternal tersebut meliputi klarifikasi untuk menemukan akar masalah dan menghilangkan kesalahpahaman, pendekatan persuasif yang mengedepankan pengaruh moral daripada pemaksaan otoritas, pendekatan konseling yang bersifat relasional, empatik, dan konfrontatif dalam kasih, serta pendekatan spiritual yang menempatkan kasih Kristus, pengampunan, pertobatan, dan pimpinan Roh Kudus sebagai fondasi rekonsiliasi. Dengan demikian, penyelesaian konflik menurut Paulus tidak berhenti pada penyelesaian masalah secara psikologis atau sosial, tetapi diarahkan kepada pemulihan relasi yang mencerminkan karakter Kristus.

Temuan utama penelitian ini menunjukkan bahwa inti pemikiran Paulus mengenai resolusi konflik bukan terletak pada teknik komunikasi semata, melainkan pada transformasi spiritual individu yang diwujudkan melalui kasih, kerendahan hati, pengendalian diri, pengampunan, dan kesediaan untuk membangun kembali relasi yang rusak. Oleh karena itu, efektivitas penyelesaian konflik suami istri Kristen sangat ditentukan oleh kesediaan kedua belah pihak untuk mengalami pembaruan karakter di dalam Kristus dan menerapkan prinsip-prinsip Alkitab secara konsisten dalam kehidupan pernikahan. Dengan kata lain, rekonsiliasi yang sejati menurut perspektif Paulus bukan sekadar berakhirnya pertengkaran, tetapi terpulihkannya persekutuan suami istri yang mencerminkan kasih, kesatuan, dan tujuan Allah dalam pernikahan Kristen.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggito, Albi, and Johan Setiawan. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Edited by Ella Deffi Lestari. Jawa Barat: CV Jejak, 2018.
- Angin, Yakub Hendrawan Perangin, and Tri Astuti Yeniretnowati. "Implementasi Pengendalian Konflik Keluarga Bagi Relasi Suami Istri Kristen." *Jurnal Pendidikan Agama Kristen (JUPAK)* 1, no. 2 (June 16, 2021): 144–60. <https://doi.org/10.52489/jupak.v2i1.18>.
- — —. "Studi Teologis Keluarga Rancangan Allah Berdasarkan Kejadian 2:15-25." *Murid Kristus: Jurnal Teologi Dan Pendidikan Kristen* 1, no. 1 (May 2, 2024): 83–97. <https://doi.org/10.63422/mk.v1i1.3>.
- Barclay, William. *Pemahaman Alkitab Setiap Hari: Surat Filipi, Kolose, 1 Dan 2 Tesalonika*. 5th ed. Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2006.
- Bauer, Walter, Frederick William Danker, William Frederick Arndt, and Felix Wilbur Gingrich. *A Greek-English Lexicon of the New Testament, and Other Early Christian Literature*. Edited by Frederick William Danker. 4th ed. Chicago and London: University of Chicago Press, 2021. https://www.agathonlibrary.com/wp-content/uploads/2022/05/BDAG-A-Greek-English-Lexicon-of-the-New-Testament-and-Other-Early-Christian-Literature-Walter-Bauer-Frederick-William-Danker-etc.-z-lib.org_.pdf.
- Belo, Yosia. "Implementasi Komunikasi Paulus Dalam Menyelesaikan Masalah Berdasarkan Surat Filemon." *Phronesis: Jurnal Teologi Dan Misi* 3, no. 2 (December 30, 2020): 155–65. <https://doi.org/10.47457/phr.v3i2.70>.
- Blegur, Romelus. "Menilik Keharmonisan Keluarga Kristen: Menakar Ego Dan Membangun Kesatuan Secara Teologis." *SOLA GRATIA: Jurnal Teologi Biblika Dan Praktika* 6, no. 1 (2025): 460–74. <https://doi.org/10.47596/sg.v6i1.370>.
- Blegur, Romelus, and Leniwan Darmawati Gea. "Menilik Efektivitas Konseling Pranikah Terhadap Pencegahan Disharmoni Dalam Rumah Tangga Kristen." *Skenoo: Jurnal Teologi*

- Dan Pendidikan Agama Kristen 2, no. 2 (2022): 89–101. <https://doi.org/10.55649/skenoo.v2i2.37>.
- Burke, Monica Galloway, Jill Duba Sauerheber, Aaron W. Hughey, and Karl Laves. *Helping Skills for Working with College Students*. Routledge, 2016. <https://doi.org/10.4324/9781315650531>.
- Chamblin, J. Knox. *Paulus Dan Diri: Ajaran Rasuli Bagi Keutuhan Pribadi*. Edited by Jeane Ch. Obadja. 1st ed. Surabaya: Penerbit Momentum, 2006.
- Christi, Apin Militia, Susanna Kathryn, Gede Widiada, Shinda Claudia Sospelisa, and Wiryohadi Wiryohadi. "Strategi Pastoral Menghadapi Problem Keharmonisan Pasangan Suami Istri Di GBI Eben Heazer." *Matheo: Jurnal Teologi Kependetaan* 9, no. 1 (2019): 1–13. <https://doi.org/https://doi.org/10.47562/matheo.v9i1.176>.
- Chukwuma, Onyekachi G., Omarka K. Ngele, Virginus U. Eze, Peace N. Ngwoke, Damian O. Odo, George Asadu, Tobias C. Onah, and Kingsley I. Uwaegbute. "Conflict Resolution between Husband and Wife in the Light of the Hermeneutics of Biblical Proverbs." *HTS Teologiese Studies / Theological Studies* 76, no. 4 (2020): 1–9. <https://doi.org/10.4102/hts.v76i4.5969>.
- Dewi, Eva Meizara Puspita, and Basti. "Konflik Perkawinan Dan Model Penyelesaian Konflik Pada Pasangan Suami Istri." *Jurnal Psikologi* 2, no. 1 (2008): 42–51. <https://www.neliti.com/publications/98377/konflik-perkawinan-dan-model-penyelesaian-konflik-pada-pasangan-suami-istri>.
- Egan, Gerard. *The Skilled Helper: A Problem-Management and Opportunity-Development Approach to Helping*. 10th ed. Cengage Learning, 2014.
- Elia, Samuel, and Ferry Simanjuntak. "Tinjauan Etika Praktis Terhadap Perceraian Kristen." *DIEGESIS: Jurnal Teologi Kharismatika* 4, no. 2 (2021): 63–75. <https://doi.org/10.53547/diegesis.v4i2.84>.
- Ellison, Mark D. "Family, Marriage, and Celibacy in the New Testament." In *New Testament History, Culture, and Society A Background to the Texts of the New Testament*, edited by Lincoln H. Blumell, 532–54. Religious Studies Center, 2019. <https://rsc.byu.edu/new-testament-history-culture-society/family-marriage-celibacy-new-testament>.
- Fennema, David. "Unity in Marriage: Ephesians 5:21–33." *Reformed Review* 25, no. 1 (1971): 62–71. <https://repository.westernsem.edu/pkp/index.php/rr/en/article/view/630>.
- Fuaddin, Bun Hui. "Pendampingan Pastoral Bagi Pasangan Suami Istri Yang Mengalami Konflik Yang Berakar Pada Kemarahan Dan Stress Dalam Pernikahan." *TE DEUM (Jurnal Teologi Dan Pengembangan Pelayanan)* 11, no. 1 (December 30, 2021): 125–55. <https://doi.org/10.51828/td.v11i1.139>.
- Gulo, Manase. "Konsep Paulus Mengenai Pernikahan." *Manna Rafflesia* 2, no. 2 (January 1, 2016): 122–34. https://doi.org/10.38091/man_raf.v2i2.60.
- Gulo, Manase, Saut Maruli Panggabean, and Estherlina Maria Ayawaila. "Kajian Alkitab Tentang Cara Mengkomunikasikan Dan Mengendalikan Amarah." *Manna Rafflesia* 10, no. 2 (2024): 463–75. https://doi.org/10.38091/man_raf.v10i2.444.
- Hagelberg, Dave. *Tafsiran Surat Kolose Dari Bahasa Yunani*. Yogyakarta: Andi, 2013.
- Harris, Murray J. *Exegetical Guido to the Greek New Testament Collosians & Filemon*. 2nd ed. Nashville: B&H Publishing Group, 2010.
- Hasanah, Iswatun, and Sri Rizqi Wahyuningrum. "Mengatasi Konflik Internal Pada Pasangan Menikah Dengan Konseling Keluarga." *Journal of Innovation Research and Knowledge* 4, no. 3 (2024): 1795–1804. <https://doi.org/10.15643/swipc-2024-19>.
- Hasibuan, Serepina, Setiawan Larosa, and Rudy Roberto Walean. "Konsep Pengampunan Dalam Kitab Filemon Dan Relevansinya Bagi Pelayanan Pemulihan Luka Batin." *Shalom: Jurnal Teologi Kristen* 2, no. 1 (June 29, 2022): 27–39. <https://doi.org/10.56191/shalom.v2i1.19>.

- Henry, Matthew. *Tafsiran Matthew Henry: Surat Galatia, Efesus, Filipi, Kolose, 1 & 2 Tesalonika, 1 & 2 Timotius, Titus, Filemon*. Surabaya: Momentum, 2015.
- Karamoy, Ilona Olvy, Roike Roudjer Kowal, Budisatyo Tanihardjo, and Evalani Risna Dendo. "Peran Kasih Kristus Dalam Pelayanan Pastoral Kepada Remaja Korban Broken Home: Perspektif Efesus 5:2-3." *Lentera Karya: Jurnal Ilmiah Pendidikan, Sejarah, Dan Humaniora* 8, no. 1 (2024): 69–80.
- Laia, Serfin Anna, and Golan Dianto. "Manajemen Konflik Perorangan Terhadap Peran Tanggung Jawab Ayah Ibu Dalam Status Keluarga." *Inculco Journal of Christian Education* 3, no. 3 (2023): 243–61. <https://doi.org/10.59404/ijce.v3i3.159>.
- Legrans, Apriani Delfita, and Maygresye Natalia Sambouw. "Studi Kasus: Pendekatan Pastoral Konseling Pada Suami Istri Yang Belum Bercerai Tetapi Sudah Pisah Rumah." *HOSPITALITAS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 2, no. 3 (September 10, 2025): 1–16. <https://doi.org/10.70420/hospitalitas.v2i3.199>.
- Lovše, Nina. "Roles of Husbands and Wives in the Christian Marriage Relationship (Ephesians 5)." *Kairos: Evangelical Journal of Theology* 3, no. 2 (2009): 113–34. <https://hrcak.srce.hr/clanak/73889>.
- Lukmono, Irawan Budi, Timotius Haryono, and Margaretha Rini Yuniawati. "Implementasi Makna 'Suami Kasihi Dan Jangan Berlaku Kasar Terhadap Istrimu' Dalam Kolose 3:19 Untuk Mencegah Kekerasan Dalam Rumah Tangga." *Jurnal Gamaliel: Teologi Praktika* 6, no. 2 (September 29, 2024): 75–88. <https://doi.org/10.38052/gamaliel.v6i2.291>.
- Lumi, Deflita R.N, Darmianus Harefa, and Lekris Anugrah Hizkia Laurika. "Analisis Manajemen Konflik Paulus Dalam Rekonsiliasi Filemon Dan Onesimus." *JMPK: Jurnal Manajemen Pendidikan Kristen* 2, no. 1 (June 30, 2022): 45–55. <https://doi.org/10.51667/jmpk.v2i1.926>.
- Majid, Abdul. "Problematika Awal Pernikahan Dalam Sebuah Pernikahan Ideal Dalam Pandangan Sosiologi Agama." *TheJournalish: Social and Government* 5, no. 4 (October 22, 2024): 5 25-5 37. <https://doi.org/10.55314/tsg.v5i4.832>.
- Moleong, Lexy J. *Metode Penelitian Edisi Kualitatif Edisi Revisi*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2019.
- Muda, Stefanus. "Membangun Komunikasi Yang Baik Antarasuami Dan Istri Melalui Media Sosial Dalam Perspektif Efesus 4:29." *Euntes: Jurnal Ilmiah Pastoral, Kateketik, Dan Pendidikan Agama Katolik* 2, no. 2 (June 24, 2024): 91–99. <https://doi.org/10.58586/je.v2i2.48>.
- Mudak, Sherly. *Konseling Kristen: Pendekatan Integratif*. 1st ed. Yogyakarta: Jejak Pustaka, 2024.
- Opit, Hesky C. "Hati Yang Terluka : Pastoral Konseling Bagi Orang Yang Mengalami Kepahitan Atau Luka Batin." *POIMEN Jurnal Pastoral Konseling* 1, no. 2 (December 31, 2020): 52–73. <https://doi.org/10.51667/pjpk.v1i2.340>.
- Pfeiffer, Charles F., and Everett F. Harrison, eds. *Tafsiran Alkitab Wycliffe Volume 3: Perjanjian Baru*. 3rd ed. Malang: Gandum Mas, 2008.
- Pramono, Alif Akbar, and Daeng Ayub. "Studi Literatur Tentang Empati Dalam Konseling." *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research* 3, no. 6 (2023): 7259–69. <https://j-innovative.org/index.php/Innovative/article/download/7300/4977/11386>.
- Purba, Gomgom, and Mariani Ruslianty. "Peran Komunikasi Asertif Dalam Menghindari Konflik Rumah Tangga Kristen." *JURNAL TABGHA* 4, no. 1 (April 30, 2023): 12–21. <https://doi.org/10.61768/jt.v4i1.65>.
- Rahayu, Yohana Fajar, Sukarno Hadi, and Yonatan Alex Arifianto. "Kelompok Sel Dalam Perspektif Kolose 3:14-15, Upaya Membangun Spiritual Dan Pertumbuhan Gereja." *Lentera Nusantara: Jurnal Teologi Dan Pendidikan Agama Kristen* 2, no. 2 (June 24, 2023): 162–74. <https://doi.org/10.59177/jls.v2i2.219>.
- Ridderbos, Herman. *Paulus: Pemikiran Utama Theologinya*. Edited by Steve Hendra. 2nd ed.

- Surabaya: Penerbit Momentum, 2010.
- Sele, Ricu, and Soelistiyo Daniel Zacheus. "Tanggapan Alkitab Dan Gereja Terhadap Faktor Pemicu Terjadinya Perceraian." *Jurnal Ilmiah Religiosity Entity Humanity (JIREH)* 3, no. 1 (2021): 1–17. <https://doi.org/10.37364/jireh.v3i1.47>.
- Silviana, Silviana, Teguh Parluhutan, and Rode Sri Rahayu. "Pandangan Teologis Tentang Hubungan Suami Istri Menurut Efesus 5:22-25." *Jurnal Budi Pekerti Agama Kristen Dan Katolik* 2, no. 4 (2024): 187–97. <https://doi.org/https://doi.org/10.61132/jbpakk.v2i4.761>.
- Sutanto, Hasan. *Perjanjian Baru Interlinear Yunani-Indonesia Dan Konkordansi Perjanjian Baru (PBIK) Jilid II*. Jakarta: Lembaga Alkitab Indonesia, 2004.
- — —. *Perjanjian Baru Interlinier Yunani-Indonesia Dan Konkordansi Perjanjian Baru (PBIK), "Jilid II*. Jakarta: LAI, 2006.
- Syobah, Sy. Nurul, Agus Bambang Nugraha, Rina Juwita, Kamsiah Kamsiah, and Karimuddin Abdullah Lawang. "Keefektifan Komunikasi Interpersonal Dalam Menyelesaikan Konflik Suami Istri." *Jurnal Interaksi: Jurnal Ilmu Komunikasi* 7, no. 1 (January 31, 2023): 118–29. <https://doi.org/10.30596/ji.v7i1.13307>.
- Timo, Ebenhaezer I. Nuban. *Menghari-Ini-Kan Injil Di Bumi Pancasila: Bergereja Dengan Cita Rasa Indonesia*. Edited by Veronica B. Vonny and Adri Setiawan. 2nd ed. Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2018.
- Unachukwu, Daniel Clement. "A Critical Analysis of Ephesians 5:21-33 in the Light of Christian Marriage in Ebonyi State, Nigeria." *Studia Historiae Ecclesiasticae* 50, no. 3 (2024): 1–16. <https://doi.org/10.25159/2412-4265/17072>.
- Yudhono, Agus Suryo Jarot. "Pelayanan Konseling Kristen Kepada Pasangan Suami Istri Dalam Menyelesaikan Konflik Keluarga." *Missio Ecclesiae* 8, no. 2 (2019): 116–36. <https://doi.org/10.52157/me.v8i2.100>.
- Zebua, Siska Desriman, Mega Intan Tambunan, Windi Jore Lasenov Sinamo, and Geovando Siahaan. "Meretas Perundungan Dunia Maya Di Era Disrupsi Digital Kajian Teologis Efesus 4:29." *Pediaqu: Jurnal Pendidikan Sosial Dan Humaniora* 3, no. 2 (2024): 903–13. <https://publisherqu.com/index.php/pediaqu/article/view/952>.
- Zed, Mestika. *Metode Penelitian Kepustakaan*. 2nd ed. Jakarta: Yayasan Obor Indonesia, 2008.