

PASTORAL KONSELING  
dan  
KESEHATAN MENTAL



www.bukurohani.com  
Dapatkan info buku baru dengan  
mengirim e-mail ke: info@bukurohani.com

Studi Alkitab

ISBN 978-623-314-167-3



Harga Pulau Jawa: Rp. 00.000,-



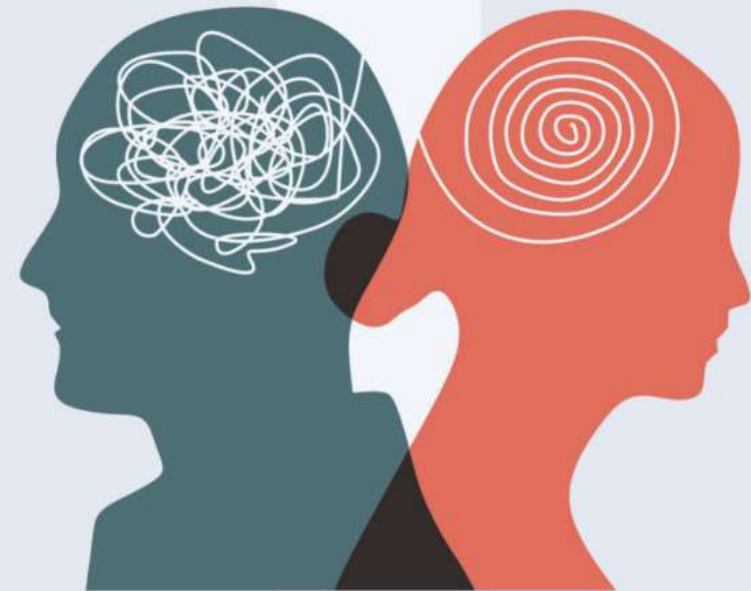
PASTORAL KONSELING dan KESEHATAN MENTAL

Dr. Siswanto, M.Si., Psikolog  
Pdt. Em. Prof. Dr. Mesach Krisetya, M.Th.

# PASTORAL KONSELING

dan

## KESEHATAN MENTAL



Dr. Siswanto, M.Si., Psikolog  
Pdt. Em. Prof. Dr. Mesach Krisetya, M.Th.



**PASTORAL KONSELING**  
*dan*  
**Kesehatan Mental**

**Dr. Siswanto, M.Si., Psikolog**  
**Pdt. Em. Prof Dr. Mesach Kristeya, M.Th.**

**PBMR Andi**

## **Pastoral Konseling dan Kesehatan Mental**

Oleh: Dr. Siswanto, M.Si., Psikolog Klinis & Pdt. Em. Prof. Dr. Mesach Krisetya, M.Th.

Hak cipta © 2023 pada penulis

... + ... hlm; 14 x 21 cm

1. Pastoral

2. Kesehatan mental

DDC. 248

ISBN:

Penerbit ANDI

(Penerbit Buku dan Majalah Rohani)

Anggota IKAPI

Jl. Beo 38–40 Yogyakarta 55281

Email: [editor\\_pbmr@andipublisher.com](mailto:editor_pbmr@andipublisher.com)

Telp.: 0274-561881, 584858; Fax.: 0274-523160

Dilarang memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini dalam bentuk apa pun tanpa izin tertulis dari penerbit/penulis sesuai Undang-undang Hak Cipta dan moral kristiani

---

Peredaksi : Dwi Prabantini

Penata letak :

Desain sampul :

Percetakan : ANDI Offset Yogyakarta

Cetakan ke : 5 4 3 2 1

Tahun : 27 26 25 24 23

*Pemulih itu memiliki bela rasa ...  
Empatinya nonposesif ...  
Percaya ada kebaikan pada setiap manusia ...  
Dan hidup ini suatu proses ...  
Selama masih diberi napas, selalu ada jalan untuk  
kembali dan pulih.*





# Pengantar

---

**S**uatu kehormatan bagi saya ketika Pak Mesach, begitu saya memanggil beliau, menawari saya untuk membuat buku bersama mengenai Pastoral Konseling dan kesehatan mental. Beliau rendah hati sekali menyatakan bahwa untuk urusan kesehatan mental, memang mestinya saya yang memberikan materinya, padahal saya tahu pengalaman beliau sangat kaya, juga di bidang klinis. Tentu saja saya menyanggupi permintaan yang langka ini. Sekalian mengobati penyesalan saya dulu sekali ketika diminta oleh fakultas psikologi untuk membukukan gagasan pendiri Fakultas Psikologi Unika, Bapak M. L. Oetomo almarhum, salah seorang tokoh psikologi klinis di Indonesia pada zamannya, tetapi tidak berhasil karena setelah kami mencari tulisan-tulisan beliau, kami tidak menemukannya. Almarhum banyak sekali mengisi ceramah, seminar dan siaran radio, tetapi bukti tertulis gagasan-gagasannya tidak dapat kami temukan karena disampaikan secara lisan.

Saya mengenal Pak Mesach semenjak saya remaja ketika beliau menjadi Pendeta Konsulen di gereja kami, karena pada waktu itu gereja tidak mempunyai gembala setelah terjadi konflik internal. Jadi, saya mengalami berbagai macam benturan pemikiran terkait keyakinan yang berbeda semenjak masih remaja. Nampaknya ini membawa dampak bagi saya

sampai saat ini. Pilihan menjadi psikolog klinis dan menjadi pribadi yang tidak mudah memercayai keyakinan dibentuk lewat pengalaman-pengalaman konflik tersebut. Meski pada waktu itu kami jarang bertemu, tetapi khotbah-khotbah Pak Mesach baik di komisi remaja maupun dalam khotbah umum minggu di gereja memengaruhi bagaimana saya pada akhirnya memandang dunia dan kehidupan.

Naskah yang diberikan Pak Mesach sebagian merupakan naskah yang dibawakan pada mata kuliah Psikologi Pastoral pada Fakultas Teologi Universitas Kristen Satya Wacana, sebagian merupakan naskah undangan seminar atau lainnya. Meskipun ditulis dalam kurun waktu yang lama, tetapi gagasannya ternyata relevan untuk masa kini juga, bahkan untuk masa jauh ke depan. Pemikiran beliau autentik dan layak untuk diabadikan dalam bentuk buku. Seperti kata beliau, setidaknya ini mengobati kerinduan mantan mahasiswa beliau yang jumlahnya ratusan. Pemikiran beliau mengenai Pastoral Konseling juga perlu menjadi diskusi lanjutan untuk mereka yang menjadi pemerhati maupun terlibat di bidang ini. Apalagi beliau merupakan salah satu pendiri Asosiasi Pastoral Indonesia (API).

Bab yang berisi tulisan beliau pada buku ini adalah Pengertian Pendampingan Pastoral, Pastoral Konseling, Pastoral Gereja dalam Masyarakat yang Berubah, Dampak Krisis Sosial terhadap Kesehatan Mental dan Rohani pada Pribadi dan Masyarakat, serta Agama dan Kesehatan Mental dalam Perspektif Psikologi Pastoral.

Saya sendiri turut menyumbangkan pemikiran terutama mengenai filosofi Konseling Kristen, Sejarah Kesehatan Mental, bab mengenai kesehatan mental seperti membedakan individu yang bergangguan dengan yang normal, mengenali tanda-tanda gangguan mental, berbagai macam gangguan



mental yang sering ditemui dalam pelayanan yang sering kali dikaitkan dengan dunia supranatural dan, tentu saja, sesuai dengan keahlian saya mengenai gangguan kesurupan dan penanganannya.

Ketika kami berbicara secara lisan, khususnya mengenai gangguan kesurupan, antara saya dengan Pak Mesach masih memiliki perbedaan pendapat, meskipun tidak tajam, mengenai penyebab kesurupan itu sendiri. Maklum, kami dari zaman dan disiplin ilmu yang berbeda. Namun kami memiliki pendapat sama yang kuat, yaitu antara kesehatan mental dan spiritualitas itu pada hakikatnya tidak bisa dipisahkan karena merupakan satu kesatuan, holistik! Kami juga memiliki pandangan yang sama mengenai pentingnya keyakinan dalam membentuk realita seseorang dan bagaimana keyakinan menghubungkan agama dan kesehatan mental, membentuk pribadi itu menjadi sehat atau sebaliknya, sakit! Kami berharap pembaca justru kemudian dapat mengintegrasikan pandangan-pandangan ini dan memperkaya wawasan pembaca mengenai agama, spiritualitas, dan kesehatan mental itu sendiri sehingga memiliki gambaran mengenai dunia yang lebih utuh dan jernih.

Pada akhirnya, selamat membaca buku kecil ini, semoga menjadi inspirasi untuk memperbaiki kesejahteraan jemaat, dan melayani jemaat lebih utuh dan efektif. Untuk Indonesia yang lebih baik dan untuk Kemuliaan Tuhan!

Semarang, Agustus 2022







# Prakata

---

**A**da beberapa alasan mengapa buku ini ditulis. Alasan pertama adalah adanya desakan dari mantan mahasiswa saya, yang setiap kali berjumpa dengan saya dia selalu mendesak dan ‘menagih’ saya untuk menulis suatu buku pastoral dalam bahasa Indonesia. Dia mengatakan bahwa kalau dalam bahasa Inggris banyak, tapi harga tidak terjangkau, serta mengalami kesulitan memesannya. Kelemahan lain dari buku pastoral Barat adalah masalah budaya yang menjadi penghalang bagi pembaca untuk mengerti secara penuh maknanya. Saya jadi teringat perkataan profesor saya di *Claremont School of Theology*. Beliau mengatakan kepada saya, “*Kamu jangan terjemahkan buku-buku kami, budayamu berbeda dengan budaya kami. Tulislah sendiri sesuai dengan budayamu*”. Desakan mantan mahasiswa saya dengan demikian tetap penad (relevan) dengan apa yang dikatakan oleh profesor saya tadi.

Alasan kedua, adanya kerancuan/tumpang tindih penggunaan istilah ‘Pastoral Konseling’ (*Pastoral Counseling*) dan ‘Pendampingan Pastoral’ (*Pastoral Care*). Banyak orang menganggap keduanya sama saja, padahal keduanya berbeda. Paling sedikit ada dua organisasi yang membedakan kedua hal tersebut di Amerika. Yang pertama adalah AAPC (American Association of Pastoral Counselor) yang konsentrasinya hanya

pada konseling dan psikoterapi, dan yang kedua adalah ACPE (Association for Clinical Pastoral Education), yang orientasinya selain konseling masih melakukan pekerjaan-pekerjaan pendeta lainnya, yaitu pendampingan pastoral. AAPC sebenarnya hanya untuk orang-orang Amerika yang syaratnya berat, misalnya untuk menjadi anggota, seseorang harus sudah pernah konseling beberapa ratus jam dan disertai bukti berupa rekaman atau video. Namun belakangan ini AAPC sudah di-internasionalkan. Untuk ACPE tidak perlu syarat-syarat sulit seperti itu. Sebagai mahasiswa CPE, secara otomatis langsung bisa menjadi anggota ACPE, dan setiap tiga bulan sekali menerima Jurnal ACPE. Saya sebagai mahasiswa CPE pernah beberapa tahun menjadi anggota ACPE.

Alasan yang ketiga adalah tentang sosok pribadi orang yang berkecimpung di dunia pastoral. Seorang pastoral memiliki sifat-sifat khas, yaitu 'rendah hati', 'penuh kasih', dan 'belarasa' (*compassion*). Ketika melihat ada orang yang menderita, dia segera mengulurkan tangan untuk menolong dengan kasih tanpa memperhitungkan untung rugi bagi dirinya (Lukas 10: 25-37). Ia tidak menyombongkan diri bahwa ia tahu berbagai macam terapi dan pasti bisa menolong persoalan kliennya. Seorang yang berkecimpung di dunia pastoral tidak perlu menyombongkan diri mengenai keahliannya. Biar orang lain yang pernah melihat atau mengalami sendiri kualitas tersebut yang bercerita, sehingga dia sebagai orang yang bergerak dalam bidang pastoral tetap rendah hati. *Margaret Thacher*, mantan perdana menteri Inggris, pernah berkata seperti ini: "*Being in power is like being a lady. If you have to tell people you are, you aren't.*" (Maxwell, 1998) Saya kira pernyataan ini benar. Seperti yang dikatakan oleh Egan, bahwa memakai embel-embel Pastoral atau tidak, dia aslinya *yaa* begitu, dia *genuine* (Egan, 1975). Akhir-akhir ini Pastoral Konseling menjadi



ladang untuk mencari uang. Motivasi tersebut boleh-boleh saja asal bukan menjadi motivasi utama.

Berdasarkan alasan-alasan itulah maka buku ini ditulis, dengan harapan semakin banyak orang lain mengikuti jejak kami, sehingga khasanah pastoral dalam bahasa Indonesia semakin banyak dan mudah untuk didapat. Supaya semakin banyak jumlah orang yang bisa menolong orang lain dan bersedia melakukan pertolongan pada orang banyak yang menderita dalam hidup mereka.

# Daftar Isi

Pengantar .....	v
Prakata .....	ix
<b>Pengertian Pendampingan Pastoral .....</b>	<b>1</b>
A. Mengapa Pendampingan Pastoral? .....	3
B. Fungsi Pastoral.....	8
C. Pendampingan Pastoral Holistik.....	9
<b>BAB 2 Pastoral Konseling .....</b>	<b>13</b>
A. Pendahuluan.....	13
B. Keunikan Pastoral Konseling.....	17
1. Pastoral Konseling Menempatkan Orang dalam Relasinya dengan Allah (Brister, 1977) .....	17
2. Allah Sebagai Realita.....	18
3. Wilayah Kerja dan Kompetensi Konselor Pastoral Adalah Pertumbuhan Spiritual .....	19
4. Menggunakan Sumber-Sumber Agamais dalam Konseling.....	20
5. Pastoral Konseling Membantu Orang dalam Belajar untuk Hidup (Brister, 1977) .....	21
6. Pastoral Konseling Membantu Orang dalam Pengem- bangan Kompetensi Hubungan Antarpribadi (Brister, 1977) 22	
7. Pastoral Konseling dalam Konteks Profetis .....	23
8. Konselor Pastoral sebagai Seorang Etisis .....	24
9. Kuasa untuk Memberkati dan Menahan Berkat	25
C. Kesimpulan .....	26
<b>BAB 3 Konseling Kristen: Tinjauan Psikospiritual .....</b>	<b>29</b>

A. Yesus Menjadi Teladan Utama dalam Konseling..	29
B. Hidup Yesus Digerakkan oleh Belas Kasihan.....	35
C. Konsistensi Sikap Yesus untuk Memercayai Orang Lain.....	38
D. Empat Jenis Tanah .....	43
<b>BAB 4 Pastoral Gereja dalam Masyarakat yang Berubah .....</b>	<b>49</b>
A. Pendahuluan .....	49
B. Apa Itu Pastoral Gereja .....	50
C. Pendidikan Pastoral Klinis .....	54
D. Pastoral Gereja Abad XXI.....	58
<b>BAB 5 Dampak Krisis Sosial Terhadap Kesehatan Men- tal dan Rohani pada Pribadi dan Masyarakat.....</b>	<b>61</b>
A. Pendahuluan.....	61
B. Pemetaan Masalah & Analisis .....	62
1. Penguasaan Diri .....	62
2. Dapat Dipercaya .....	64
3. Mendengarkan Kata Hati (Nurani) .....	66
4. Penyesuaian Diri .....	66
5. Pembaruan.....	67
C. Rencana Tindakan Pastoral.....	67
<b>BAB 6 Sejarah Kesehatan Mental: Dialektikanya den- gan Gereja.....</b>	<b>71</b>
A. Kesehatan Mental Sebelum Abad Pertengahan....	73
B. Kesehatan Mental pada Abad Pertengahan.....	75
C. Kesehatan Mental Abad ke-19 dan Seterusnya....	79
<b>BAB 7 Kesehatan Mental dan Spiritualitas pada Hakikatnya Satu.....</b>	<b>83</b>
<b>BAB 8 Membedakan Individu yang Bergangguan dan Sehat Mental .....</b>	<b>87</b>
A. Pengertian Penyesuaian Diri, <i>Maladjusted</i> , dan Abnormalitas .....	87

B. Membedakan Antara Perilaku Normal dan Abnormal .....	93
1. Penderitaan/Distres Subjektif .....	95
2. <i>Maladaptiveness</i> /Kesulitan dalam Menyesuaikan Diri .....	96
3. Penyimpangan Statistik.....	98
4. Tidak Mampu Mengikuti Standar Masyarakat /Norma Masyarakat.....	100
5. Ketidaknyamanan dalam Bersosial/ Relasi Interpersonal .....	103
6. Irasional dan Tidak Dapat Ditebak .....	104
7. Berbahaya .....	106
<b>BAB 9 Mengenali Tanda-Tanda Gangguan Mental .....</b>	<b>109</b>
A. Ciri-Ciri Individu yang Mengalami Gangguan Mental .....	109
B. Gejala, Tanda, Sindrom, dan Gangguan.....	115
C. Asesmen dan Diagnosis Gangguan Mental .....	119
1. Wawancara (Klinis).....	122
2. Pengamatan/Observasi Perilaku.....	126
3. Pengamatan pada Lingkungan .....	130
D. Gangguan Mental yang Umum Ditemui dalam Pelayanan.....	132
1. Skizofrenia .....	133
2. Depresi .....	140
3. Kecemasan .....	147
4. Keluhan Sakit Somatik.....	150
5. Gangguan Konversi.....	158
<b>BAB 10 Gangguan Kerasukan dan Penanganannya .....</b>	<b>165</b>
A. Jenis-Jenis Kerasukan .....	167
B. Dinamika Terjadinya Gangguan Kerasukan .....	170

C. Penanganan Gangguan Kerasukan .....	172
1. Penanganan Gangguan Kerasukan Individual	173
2. Menangani Gangguan Kerasukan Massal .....	184
<b>BAB 11 Agama dan Kesehatan Mental dalam</b>	
<b>Perspektif Psikologi Pastoral.....</b>	<b>189</b>
A. Pandangan Negatif.....	191
B. Agama Salugenik dan Pathogenic .....	193
C. Agama Intrinsik dan Ekstrinsik.....	195
1. Agama Intrinsik .....	196
2. Agama Ekstrinsik .....	198
D. Anda adalah yang Anda Percayai .....	200
E. Terapi Ellis .....	200
F. Agama dan Kekerasan .....	203
G. Penutup: Pembawa Damai .....	205
<b>Daftar Pustaka .....</b>	<b>209</b>
<b>Indeks .....</b>	<b>215</b>
<b>Tentang Penulis.....</b>	<b>221</b>





# BAB 1

## *Pengertian Pendampingan Pastoral*

---

*Gembalakanlah kawanan domba Allah yang ada padamu, jangan dengan paksa, tetapi dengan sukarela sesuai dengan kehendak Allah, dan jangan karena mau mencari keuntungan, tetapi dengan pengabdian diri. Janganlah kamu berbuat seolah-olah kamu mau memerintah atas mereka yang dipercayakan kepadamu, tetapi hendaklah kamu menjadi teladan bagi kawanan domba itu. (1 Petrus 5:2,3)*

**P**endampingan pastoral berhubungan dengan manusia, tidak peduli macam kepercayaan, kedudukan sosialnya, atau prestisenya. Suatu pendampingan yang ditujukan pada kebutuhan-kebutuhan manusia di dalam segala perjalanan hidup ini; dari seorang tukang-batu sampai kepada insinyur bangunan, dari seorang juara olahraga sampai kepada seorang yang difabel, dari seorang anak sekolah dasar sampai kepada kakek-kakek dan nenek-nenek. Apakah mereka sedang dalam keadaan kesehatan fisik yang prima atau keadaan sakit yang tidak bisa disembuhkan, dalam keadaan sukacita atau sedih, dalam keadaan yang menggembirakan atau menggelisahkan, selalu ada saja kemungkinan bahwa layanan pastoral itu dibutuhkan.

Tanda dibutuhkannya pendampingan pastoral itu dikenali melalui suatu tanda, di mana tekanan dan ketegangan hidup ini memengaruhi tubuh dan jiwa. Pendampingan pastoral berhubungan dengan manusia dan juga lingkungannya, tetapi memang biasanya lebih khusus dengan manusia dan lingkungannya yang bermasalah. Karena pendampingan pastoral adalah **“A SHARED COMPASSION”** (Matius 9:36; 14:14; 15:32; I Petrus 5:2) (Krisetya, 2015).

Pendampingan pastoral setua agama itu sendiri, setua sejarah keberadaan manusia. Kita bisa menelusuri kembali jauh kepada tradisi Kristen-Yahudi, bahkan sampai kepada dukun-dukun primitif (shaman). Boleh dikatakan bahwa setiap kali satu orang bertindak untuk menolong orang lain, dan motivasi menolong orang itu karena dilandasi keyakinan agamaisnya, maka pada saat itu pendampingan pastoral berlangsung.

Musa dipanggil Allah bukan hanya untuk memimpin bangsanya keluar dari perhambaan di tanah Mesir, tetapi ia juga dipanggil untuk menyelesaikan pertengkaran dan masalah mereka. Jadi, di mana ada orang yang sedang dalam keadaan sulit, susah, dan bermasalah mencari pertolongan kepada orang lain; dan orang lain itu dimotivasikan oleh keyakinan agamaisnya, bersedia membantu untuk menolongnya, maka pada saat itu proses pendampingan pastoral berlangsung.

Pendampingan pastoral tidak bisa dihayati dengan hanya mempelajari teknik-tekniknya. Seorang harus juga mempelajari manusia yang terlibat dalam pendampingan pastoral dan relasi di antara mereka itu. Selanjutnya, karena pendampingan pastoral itu dilakukan oleh orang-orang yang memiliki keyakinan agamais tertentu, maka seorang gembala atau majelis dan orang-orang yang terlibat dalam pendampingan pastoral harus belajar agama dengan baik, dalam hal ini agama Kristen, sebagaimana agama itu berfungsi di dalam dan melalui orang-



orang yang terlibat dalam pendampingan pastoral itu dalam relasinya satu sama lain.

Pada bidang lain terdapat ilmu psikologi mempelajari tentang tingkah-laku manusia, sedangkan agama menyediakan pengharapan kepada manusia sebagaimana mereka ada. Psikologi memusatkan perhatiannya pada relasi antar manusia sebagaimana adanya, sedangkan agama memberikan inspirasi dan motivasi kepada manusia untuk mengubah dan memperbaiki kondisi mereka yang berdosa.

Didukung oleh psikologi dan agama, pendeta/majelis/pekerja pastoral bergerak ke dalam arena relasi dan menjadi peserta aktif. Layanan pastoral memang merupakan suatu keterlibatan— keterlibatan dalam relasi/hubungan antar manusia (Dicks, 1964).

Seorang anggota jemaah mempunyai masalah. Dia pergi kepada seorang penolong atau seorang penolong menemui orang yang bermasalah (salah satu dari kedua cara itu bisa digunakan), dan pada saat itu sesuatu yang baru akan terjadi, yaitu RELASI/HUBUNGAN; jalinan emosional-intelektual antara dua manusia akan terjadi. Kekuatan relasi itu artinya, kekuatan dan sumbangannya terhadap relasi tersebut memang bergantung pada peranan masing-masing dan juga kebutuhan-kebutuhan dari anggota jemaah yang bermasalah itu dan keterampilan dari penolong dalam menangani masalah. Kalau demikian, seorang penolong harus tahu keadaan emosi dan keterampilannya sendiri sebelum dia bisa menolong orang lain yang bermasalah.

### **A. Mengapa Pendampingan Pastoral?**

Jikalau ada orang yang melayani orang lain yang mengalami kesukaran atau musibah, biasanya orang lain menganggap hal itu memang seleyaknya harus dilakukan, dan kalau toh



orang yang melayani atau menolong itu dihargai, maka dia ditikui sebagai orang yang baik. Jarang sekali ada orang yang menanyakan alasannya atau dasarnya mengapa seseorang mau melayani orang lain. Bagi orang Kristen, panggilan untuk saling melayani dasarnya bukan karena orang Kristen itu baik, melainkan sebenarnya ada alasan yang azasi dari Tuhan yang melandasi panggilan itu. Yesus berkata:

*Aku memberikan perintah baru kepada kamu, yaitu supaya kamu saling mengasihi; Sama seperti Aku telah mengasihi kamu, demikian pula kamu harus saling mengasihi.*  
(Yohanes 13:34)

Apa yang baru tentang hal kasih? Kasih dalam satu bentuk atau lainnya adalah setua keberadaan manusia. Kasih adalah suatu kecondongan untuk memasukkan orang lain dalam lingkup keprihatinan seseorang. Kesadaran ini dimulai dengan memperhatikan diri sendiri, prihatin terhadap diri sendiri dan berminat pada diri sendiri. Diri sendiri selalu menjadi pusat kesadaran pada tahap permulaannya. Selanjutnya akan berkembang pada lingkup yang lebih luas.

### **Aku Memberikan Perintah Baru Kepada Kamu, Supaya Kamu Saling Mengasihi.**

Kasih sendiri pada tahap mengasihi lingkungan keluarga dekat dan teman dekat bukanlah merupakan konsep baru (*kasih karena ...*). Namun, penerapan Yesus terhadap perintah Allah bahwa *manusia mengasihi dan melayani orang lain di luar lingkungan orang-orang terdekat, itulah yang baru* (*kasih walaupun ...*).

Kalau perintah itu pada waktu yang lampau belum atau tidak pernah secara luas diterima oleh manusia, itu bukan karena



suatu kesaksian yang melawan terhadap keabsahan perintah itu, tetapi merupakan suatu peringatan tentang kegagalan dari orang terdahulu, nenek moyang dan guru-guru kita, dalam menerapkan arti perintah itu kepada anak-anak mereka dan murid-murid mereka sehingga mereka bisa mengasihi seperti yang diperintahkan Allah.

Mencari **makna** adalah dasar dari kehidupan. Perintah Baru --Supaya kamu saling mengasihi dan pemenuhannya menjadi makna bagi orang beragama. Barangkali hal inilah yang menjadi jawab untuk banyak orang yang sering bertanya tentang tujuan hidup itu apa. Pertanyaan yang masih muncul adalah: “Mengapa kita harus memperhatikan orang lain, atau prihatin terhadap orang lain?” “Mengapa kita harus mengasihi orang lain?” Kita mengasihi karena kasih itu adalah suatu makna hidup; prihatin itu adalah makna, dan melayani juga suatu makna.

Mengapa dokter, perawat, pendeta, pekerja sosial, dan teman-teman kita berusaha mencari kesempatan untuk melayani orang lain? Mereka melayani orang lain karena melalui melayaninya, kehidupan mereka menemukan makna yang baru. Melayani orang lain itu sudah ada sejak manusia itu ada di dalam dunia ini. Yesus memformulasikan hal itu dalam rumusan suatu *PERINTAH MENGASIHI ALLAH DAN SESAMA*; tidak hanya terbatas kepada beberapa manusia yang menyukai kita saja, atau keluarga kita, tetapi lebih luas dari semua itu.

Apakah perintah baru ini konsisten dengan sifat-sifat benda yang ada di sekeliling kita? Apakah manusia secara istimewa dipenuhi dengan kapasitas alamiah untuk mengasihi? Almarhum Walt Disney pernah mengatakan bahwa alam itu baik tidak, jelek pun tidak, ketika ia menyajikan film tentang kehidupan hewan di padang pasir, dan di Antartika serta daerah tropis.

Ia selanjutnya mengatakan, “Alam itu netral,” dan dibuktikan melalui usaha hewan-hewan itu untuk hidup. Mereka harus menghancurkan hewan lainnya hanya supaya mereka juga dihancurkan oleh hewan yang lain lagi. Melihat peristiwa itu, betapa itu semua merupakan drama dari kehidupan manusia yang tak mengenal ampun dan kasih, seorang merongrong orang lain, agar ia sendiri juga akan dirongrong oleh orang lain yang lebih kuat.

Jadi, mengasihi orang lain di luar lingkungan terbatas kita, bahkan mengasihi musuh adalah perintah Kristus yang menjadi kabar baik bagi dunia ini. Inilah perintah baru yang perlu dilaksanakan agar dunia kita menerima bentuk baru yang sangat didambakan itu (Lukas 6:27, 32-36). Berulang-ulang Yesus menghidupkan perintah itu, mendemonstrasikan, mempribadikannya, memberinya “tulang” dan “daging” dan meniupkan “napas” kehidupan ke dalamnya (Lukas 10:25-37).

Memang mudah untuk mengatakan bahwa kita mencari upaya menolong orang lain karena Tuhan memerintahkan untuk melakukan hal itu. Dan pada analisis terakhir itulah alasan yang azasi mengapa kita berusaha untuk melayani orang lain. Sebenarnya, walaupun tanpa perintah, kita pun bisa sampai kepada kesimpulan yang sama kalau kita mempelajari dengan saksama kehidupan dan ajaran-ajaran Tuhan kita, karena hal itu merupakan pusat ajaran Injil. Hal itu memang sudah tertanam dan berakar dalam—dalam kehidupan orang Yahudi dan juga Kristen. Sebagai contoh bahwa panggilan untuk saling melayani itu adalah pusat dari ajaran Injil, kita bisa mengemukakan salah satu motif pastoral--**motif HAMB**A (Briser, 1977). Imam-imam, nabi-nabi, dan raja-raja biasanya dipandang, dalam Perjanjian Lama, terutama sebagai alat atau hamba-hamba Allah. Yesus Kristus sendiri sering memperkenalkan diri-Nya sebagai Hamba Allah atau Anak



Allah, dan sebagai Gembala yang Baik. Para penulis Perjanjian Baru mencatat secara teliti bahwa Anak Allah berada di antara manusia sebagai *seorang yang melayani* (Lukas 22:27).

Ketika banyak orang yang salah paham terhadap tugas panggilan Yesus dan mereka ingin menjadikan Yesus sebagai penguasa, Dia segera mengoreksi pandangan mereka yang keliru tentang peranan-Nya, bahwa sebenarnya Dia adalah seorang *hamba yang menderita*: “Anak manusia datang bukan untuk dilayani, melainkan untuk melayani dan untuk memberikan nyawaNya menjadi tebusan bagi banyak orang.” (Matius 20:28)

Ketika para murid bertengkar mengenai kedudukan mereka sebagai murid Kristus pada waktu kemudian Yesus akan mendirikan kerajaan-Nya, Dia menegur mereka tentang penganiayaan yang akan datang (Lukas 22:24-38). Pada waktu Perjamuan Malam Terakhir, Dia mengikat pinggang-Nya dengan handuk dan mulai membasuh kaki murid-murid-Nya, sebagai suatu demonstrasi tambahan yang menerangkan tentang sifat peranan-Nya sebagai hamba Allah (Yohanes 13:4-11). Dalam suratnya kepada orang-orang Filipi, Rasul Paulus juga mengagumi kesetiaan Yesus sebagai seorang hamba (Filipi 2:7-8).

Maka tidak aneh kalau kata “**Diakonia**”, dalam bahasa Gerika yang berarti pelayanan, dipakai dalam Perjanjian Baru sebagai kata yang paling disukai untuk menggambarkan sifat peranan gereja. Setiap peranan Kristus mempunyai tugas panggilan untuk melayani yang harus dinyatakan dalam kehidupan-Nya. Lalu Yesus menyalurkan pelayanan itu kepada para pengikut-Nya: “Sama seperti Bapa mengutus Aku, demikian juga sekarang Aku mengutus kamu.” (Yohanes 20:21)

Ketika Yesus mengutus keduabelas murid-Nya untuk pelayanan khotbah dan kesembuhan, Dia memberi mereka “kuasa atas roh-roh jahat dan kuasa untuk menyembuhkan





segala sakit penyakit. Dia memperingatkan mereka mengenai harga pelayanan mereka itu. Mereka harus selalu mengasihi Yesus lebih daripada segala-galanya dan selalu ingat bahwa “seorang hamba tidak lebih dari tuannya” (Matius 10:1-39). Jadi kalau sekarang kita saling melayani, hal itu adalah karena perintah Allah yang telah diterjemahkan oleh Yesus dalam kehidupan daging dan darah-Nya.

## **B. Fungsi Pastoral**

Secara tradisional fungsi pastoral ada empat, seperti yang diuraikan oleh William A. Clebsch dan Charles R. Jaekle di dalam bukunya, *Pastoral Care in Historical Perspective* (Clebsch & Jaekle, 1964). Keempat fungsi pastoral itu adalah:

1. Penyembuhan/Pemulihan (*healing*). Yang dimaksudkan dengan penyembuhan/pemulihan adalah salah satu fungsi pastoral yang bertujuan untuk mengatasi beberapa kerusakan dengan cara mengembalikan orang itu pada suatu keutuhan dan menuntun dia ke arah yang lebih baik daripada kondisi sebelumnya.
2. Penopangan (*sustaining*). Penopangan berarti menolong orang yang “terluka” untuk bertahan dan melewati suatu keadaan yang pemulihan kepada kondisi semula atau penyembuhan dari penyakitnya tidak mungkin atau tipis kemungkinannya.
3. Pembimbingan (*guiding*). Pembimbingan berarti membantu orang-orang yang kebingungan untuk menentukan pilihan-pilihan yang pasti di antara berbagai pikiran dan tindakan alternatif, jika pilihan-pilihan demikian dipandang sebagai yang memengaruhi keadaan jiwanya sekarang dan yang akan datang.
4. Pendamaian (*reconciling*). Pendamaian berupaya membangun ulang relasi manusia dengan sesamanya, dan antara manusia dengan Allah. Secara tradisi sejarah, pendamaian



menggunakan dua bentuk, yaitu pengampunan dan disiplin, tentunya dengan didahului oleh pengakuan.

Fungsi Pastoral	Ekspresi Historis	Ekspresi Konseling Kontemporer
Penyembuhan	Pengurapan, eksorsisme orang suci, reliks, penyembuh kharismatik	Depth Counseling (Psikoterapi) penyembuhan spiritual
Penopangan	Pengawetan/ pemeliharaan Penghiburan, konsolidasi	Konseling pendukung, konseling krisis
Pembimbingan	Pemberian-nasihat, Devil-craft, mendengarkan	Konseling edukatif; pengambilan keputusan jangka-pendek; konseling perkawinan
Pendamaian	Pengakuan, pengampunan disiplin	Konseling konfrontasi; konseling superego, konseling perkawinan, konseling eksistensial (rekonsiliasi dengan Allah)

### C. Pendampingan Pastoral Holistik

Apa arti kata holistik tidak perlu lagi didefinisikan di sini. Namun apa yang dimaksud dengan layanan holistik perlu dijelaskan secara singkat, yaitu layanan yang diberikan kepada

sesama manusia secara utuh, baik secara fisik, mental, sosial,

cara sitasi: Siswa dapat memahami konsep pelayanan yang seimbang

Layanan holistik harus dilakukan karena pada dasarnya layanan seperti itu dilakukan oleh Yesus sendiri. Dengan cara merendahkan diri sebagai hamba serta mengasihi, Yesus menjadikan layanan-Nya bersifat utuh. Yesus tidak hanya memperhatikan hal-hal spiritual saja, Dia juga memperhatikan hal kebutuhan fisik. Misalnya, Yohanes 6:1-15; Matius 14:13-21; Markus 6:32-44; dan Lukas 9:10-17. Dikatakan dalam Yohanes 6:2, orang banyak berdatangan mengikuti Dia karena mereka melihat mukjizat-mukjizat penyembuhan yang diadakan-Nya terhadap orang-orang sakit. Pada Yohanes 6:5, Yesus ingat akan banyak orang itu membutuhkan roti, kebutuhan jasmaniah pengikut-Nya. Oleh karena itu dalam layanan-Nya, Yesus selalu memperhatikan kebutuhan manusia secara utuh.

Tidak hanya kebutuhan fisik saja yang termasuk perhatian Yesus, Dia juga memperhatikan kebutuhan mental manusia (Lukas 11:14). Dia tidak senang melihat manusia terganggu jiwanya, sebab itu Dia menyembuhkannya. Ketika menyelesaikan masalah-masalah yang berkaitan dengan dosa, Yesus tidak begitu saja menghukum, bahkan Dia sangat memperhatikan hubungan sosial dari orang-orang yang terlibat dalam dosa. Contoh yang baik dari hal ini adalah pada saat Dia menyelesaikan masalah dari perempuan yang kedapatan berbuat zinah (Yohanes 8:1-11). Dia menggunakan struktur sosial menjadi alat penyelesaian terhadap orang-orang yang merasa dirinya tidak berdosa.

Dalam hubungannya dengan penggunaan Firman Tuhan sebagai sumber agamais dalam proses menolong, Yesus memberikan perumpamaan yang secara implisit menunjukkan bahwa Firman Tuhan itu bisa tertanam baik di dalam hati



manusia, kalau keadaan hati manusia itu tidak diganggu oleh “kekerasan hati”, “masalah kehidupan”, “kekhawatiran terhadap lingkungan”, dan “hambatan fisik” (Markus 4:1-20). (Perikop ini akan diuraikan lebih lanjut untuk mendasari filosofi konseling Kristen itu mestinya bagaimana.) Dengan demikian, dalam proses layanan pastoral sangat dibutuhkan keterampilan penolong dalam hal “diagnosa.” Diagnosa yang dimaksud adalah “diagnosa pastoral” yang sifatnya holistik (Krisetya, *Clinical Pastoral Education in Java: Theological and Cultural Consideration*, 1990). Setiap kali kita menjumpai suatu pelayanan, maka layanannya harus didekati secara holistik, artinya memandang pribadi yang menghadapi masalah itu tidak secara terpecah-pecah, tetapi harus didekati sebagai kesatuan, keutuhan—yaitu secara fisik, mental, sosial, dan spiritual.

Sebagai penutup bab ini, baik kalau kita melihat sebuah kasus pendampingan pastoral holistik.

*Seorang klien datang kepada seorang pendeta dan berkata: “Pak, mengapa kalau saya berdoa selalu tidak pernah merasakan jawaban dari Tuhan, padahal saya sudah sungguh-sungguh. Rasanya Tuhan itu jauh dari saya dan tidak mau mendengar, sehingga sering saya bertanya kepada diri sendiri, mengapa doa saya selalu kembali dengan hampa?”*

Masalah yang dikemukakan oleh klien adalah masalah spiritual pada dasarnya, tetapi dalam pendekatan pastoral holistik, seorang penolong tidak boleh terjebak dalam diagnosa yang sempit, yang akan segera memberikan jawaban/nasihat yang berhubungan dengan hanya permasalahan doa. Halangan yang dihadapi oleh klien ini bukan hanya sekadar masalah doa, tetapi ada masalah yang lain yang berkaitan dengan



apa yang dikatakan oleh klien. Setelah diadakan percakapan pendahuluan, bisa diperoleh keterangan sebagai berikut:

**Klien adalah seorang pekerja kecil tidak tetap yang tinggal di sebuah rumah petak di sebuah gang yang sempit di daerah kumuh. Ia sudah menikah dan mempunyai lima orang anak yang masih kecil-kecil. Hampir tiap hari terjadi pertengkaran antara dia dan istrinya, dan antara anak-anaknya. Pertengkaran itu berkisar pada masalah ketidakpuasan istri terhadap pendapatan suaminya, keadaan rumahnya yang sempit dan pengap, serta anak-anak mereka yang terlalu banyak. Ada rasa khawatir dari klien untuk berdoa kepada Tuhan. Namun, setiap kali berdoa, bayangan yang menakutkan dari pertengkarannya dengan istrinya belum pernah terselesaikan.**

Berdasarkan kasus ini jelas bahwa pendampingan pastoral kepada klien selalu disertai dengan kesadaran yang tinggi untuk tidak terjebak dengan apa yang dikatakan klien, pendamping tidak bisa meninggalkan pendekatan yang holistik karena apa yang dikatakan oleh klien pada awal belum tentu merupakan masalah yang sebenarnya.



## BAB 2

# Pastoral Konseling

---

### A. Pendahuluan

**K**onseling adalah suatu disiplin ilmu non-medis, yang sasarannya adalah untuk memberi fasilitas dan menimbulkan pertumbuhan serta perkembangan kepribadian; menolong pribadi-pribadi untuk mengubah pola-pola kehidupan yang menyebabkan mereka mengalami kehidupan yang semakin tidak bahagia, menyediakan suasana persaudaraan, dan kebijaksanaan bagi pribadi-pribadi yang sedang menghadapi kehilangan dan kekecewaan dalam kehidupan yang tidak dapat dihindari (Oates, 1974). Tugas seorang konselor, seperti terdapat dalam pepatah Prancis: *Guerir quelquefois, soulager souvent, consoler toujours*, artinya, *menyembuhkan kadang-kadang, mengobati sering kali, menghibur selalu*. Orang-orang yang datang untuk konseling biasanya adalah orang-orang yang mengalami konflik secara batiniah dan masalah hubungan antarpribadi. Mereka merasakan kebutuhan untuk berbicara dengan orang yang kompeten, yang secara emosional atau sosial tidak terlibat di dalamnya. Seorang konselor menyediakan diri untuk mendengarkan dan menanggapi dengan pandangan-pandangan yang objektif dan pribadi (Oates, 1974). Biasanya konseli/klien ingin berbicara dengan orang yang bisa dipercaya dan sudah terlatih dalam bidangnya.

Para konselor biasanya telah mengkhususkan diri mereka dalam bidang-bidang keahlian tertentu. Di Amerika misalnya, seorang konselor mengkhususkan dirinya untuk bekerja pada masalah keluarga saja, atau masalah seks, alkohol, remaja, dan lain-lain. Dengan demikian seorang konseli bisa memilih pergi ke konselor dalam bidang yang dikendaki. Namun, pada dasarnya proses konseling itu ditentukan oleh jenis relasi yang terjadi antara konselor dan konseli. Keberhasilannya sebenarnya tidak ditentukan hanya oleh metodologinya, tetapi juga oleh bentuk relasi yang terjadi antara konselor dan konseli.

Konseling pada dasarnya adalah *HUBUNGAN*, suatu interaksi antara dua orang atau dalam kelompok (*group-counseling*). Seorang konselor yang sudah terlatih memberikan pertolongan dan mencari sarana yang cocok untuk membantu orang lain menanggulangi kehidupan mereka yang kacau. Sebaliknya, konseli yang sedang mencari pertolongan memiliki harapan bahwa dia akan diberi kesanggupan untuk menjadi bebas, bertanggung jawab, mampu untuk menghadapi penderitaan, dan kesanggupan untuk belajar menangani lebih efektif kenyataan dan keadaan yang dihadapinya.

Batasan yang telah diuraikan secara singkat ini merupakan batasan umum yang dimiliki oleh setiap macam konseling, termasuk Pastoral Konseling. Mengenai langkah dan teknik konseling, Pastoral Konseling tidak banyak berbeda dengan konseling pada umumnya. Tokoh-tokoh Pastoral Konseling di Amerika, seperti Seward Hiltner, Wayne E. Oates, dan Howard Clinebell telah berusaha memberi batasan tentang Pastoral Konseling. Batasan-batasan tersebut tidak menyimpang dari metode/teknik konseling yang ada. Batasan itu malahan berbicara tentang jati diri dan tujuan yang akan dicapai dalam konseling serta filsafat motivasi konseling.



Dalam dunia pastoral orang malahan memperlakukan istilah *pastoral care* (**pendampingan pastoral**) dan *pastoral counseling* (**pastoral konseling**). Memang sulit untuk menerjemahkan istilah *pastoral care* ke dalam bahasa Indonesia. Sementara ada orang yang menerjemahkan dengan *pendampingan pastoral*, padahal *care* itu lebih dari mendampingi. Saya condong untuk menerjemahkan dengan *asuhan pastoral* karena asuhan memiliki makna samping selain mendampingi juga *ngemong*.

*Pastoral care* atau asuhan pastoral/pendampingan pastoral adalah istilah pastoral yang bidang cakupannya lebih luas dari Pastoral Konseling. Asuhan pastoral/pendampingan pastoral mencakup secara keseluruhan layanan pertolongan dan kesembuhan, baik secara individu maupun kelompok. Sedangkan Pastoral Konseling merupakan suatu kegiatan spesialisasi di dalam asuhan pastoral/pendampingan pastoral, yaitu suatu layanan pertolongan atau kesembuhan dan asuhan melalui perhatian yang intensif kepada individu maupun kelompok dalam permasalahan kehidupan mereka.

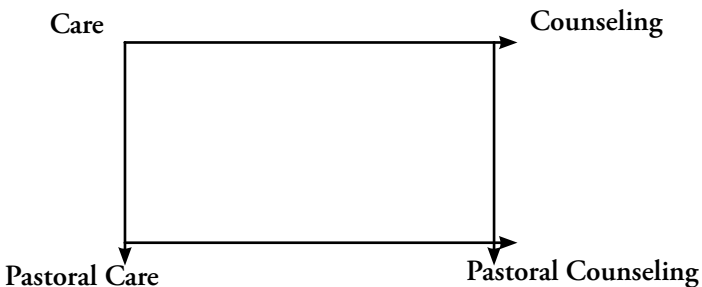
Perbedaan ini bisa diterangkan melalui metode yang dipakai oleh masing-masing dalam aktivitasnya. Pada waktu dan keadaan yang berbeda, asuhan pastoral/pendampingan pastoral menggunakan *konfesi* (baik secara umum atau pribadi). Ia juga menggunakan *pengurapan*, bahkan ada yang menggunakan benda-benda *suci* (**RELICS**), **PENYEMBUHAN KHARISMATIS**, **EXORCISME**, **MAGICO-MEDICINE**, **DOA**, **KESEMBUHAN IMAN**, **SURAT PENGEMBALAN**, **SAKRAMEN**, **PEMBACAAN AYAT**, **LITERATUR AGAMA**, **PERCAKAPAN PASTORAL** (*advise-giving*), **DISIPLIN SPIRITUAL**, dan lain sebagainya. Lebih dari itu karena Gereja juga berfungsi sebagai pengajar, melalui mengajar, asuhan pastoral/pendampingan pastoral dijalankan; juga evangelisasi,





ibadah-ibadah minggu dan khusus, serta khotbah-khotbah telah digunakan pada waktu-waktu tertentu untuk melayani tujuan dari asuhan/pendampingan pastoral.

Pastoral Konseling di lain pihak condong untuk menggunakan satu metode saja, yaitu *percakapan*. Pastoral Konseling berusaha untuk memenuhi tugasnya dengan MENDENGARKAN dan MENANGGAPI situasi kehidupan seseorang dengan masalahnya. Kadang-kadang hal itu menggunakan ritus tertentu atau pembacaan atau tindakan, tetapi pada umumnya timbulnya proses Pastoral Konseling melalui pembicaraan secara verbal dan non-verbal antara pendeta dengan anggota jemaatnya. Dalam kerangka ini, Leroy Aden mengusulkan suatu thesis tentang Pastoral Konseling. Thesisnya adalah: *Pastoral Konseling ialah suatu perspektif Kristen yang mencari upaya untuk menolong atau menyembuhkan dengan cara MENGHADIRI situasi kehidupan seseorang yang mengalami kesulitan* (Aden, 1969). Thesis ini mengisyaratkan tetapi tidak bermaksud mendukung pengertian bahwa Pastoral Konseling itu seharusnya terbatas hanya melayani mereka yang berada dalam lingkungan iman Kristen saja. Pastoral Konseling masih dimungkinkan untuk menjangkau orang di luar iman Kristen. Lihat gambar berikut ini.



## **B. Keunikan Pastoral Konseling**

Barangkali cara terbaik untuk membedakan Pastoral Konseling dari konseling non-pastoral adalah dengan cara mengenali kekhususan Pastoral Konseling. Ini tidak berarti bahwa Pastoral Konseling secara total berbeda dengan konseling pada umumnya, tetapi perlu dikenali bahwa ada bidang keahlian tersendiri dari Pastoral Konseling yang tidak ada dalam konseling non-pastoral. Jati diri sebagai seorang konselor pastoral, latar belakang sejarahnya tersendiri perlu dimunculkan demi membedakan secara khusus dari konselor non-pastoral. Dengan demikian, Pastoral Konseling bisa memberi sumbangan yang khas di khasanah konseling umum. Beberapa tokoh Pastoral Konseling, seperti Clinebell dan yang lainnya, telah berjasa menunjukkan kekhususan Pastoral Konseling (*Clinebell, Basic Types of Pastoral Care & Counseling: Resources for the Ministry of Healing & Growth*, 1984).

### **1. Pastoral Konseling Menempatkan Orang dalam Relasinya dengan Allah (Brister, 1977)**

Karena pendidikan dan latihan yang unik dari konselor pastoral yaitu pendidikan rangkapnya baik disiplin teologi maupun psikologi, maka pendeta/gembala sidang adalah satu-satunya konselor profesional yang latihannya mengikutsertakan studi sistematis filsafat, teologia, etika, studi biblika, sejarah gereja, agama-agama dunia, dan yang sangat penting untuk konselingnya—psikologi agama. Pengetahuan di bidang teologia memampukan pendeta untuk menjadi penolong yang unik bagi orang-orang yang masalah-masalah dan terhambatnya pertumbuhan hidup mereka disebabkan oleh dilema etis, konflik religius, distorsi nilai, dan masalah-masalah keprihatinan yang ultima, seperti misalnya, mencari makna dalam kehidupan dan menangani orang yang takut sekali



menghadapi kematian. Paul Tillich menggambarkan asuhan/pendampingan pastoral sebagai suatu *“usaha pertemuan dalam dimensi keprihatinan yang ultima.”* (Clinebell, *Basic Types of Pastoral Care & Counseling: Resources for the Ministry of Healing & Growth*, 1984)

Selanjutnya, tidak peduli identitas, profesi dan peranan sosialnya, seorang konselor itu konselingnya menjadi pastoral pada saat konseli atau konselor mulai memusatkan hubungan mereka dengan Allah dalam proses kehidupan mereka. Dalam kerangka ini Pastoral Konseling menempatkan Allah sebagai pribadi ketiga dalam proses konseling—Pastoral Konseling menjadi *TRIALOGUE* (Oates, 1974).

Banyak orang yang datang untuk konseling karena orang-orang itu identifikasi dan komitmen religiusnya telah compang-camping. Seperti yang pernah dikatakan oleh Carl Jung, seorang psikoanalisis Eropa yang terkenal, *“Di antara semua pasien saya yang telah berumur tiga puluh lima tahun ke atas—tidak seorang pun yang masalahnya pada analisis terakhir yang tidak mencari pandangan keagamaan dalam kehidupannya. Boleh dikatakan bahwa setiap orang dari mereka merasa sakit karena mereka telah kehilangan hubungan dengan agama yang memberi kehidupan dari setiap zaman, dan tidak seorang pun dari mereka yang telah disembuhkan yang tidak memperoleh kembali pandangan keagamaannya.”* (Jung, 1961)

## **2. Allah Sebagai Realita**

Konsepsi dari konselor pastoral tentang realita memang berbeda dari konselor non-pastoral. Kesadaran akan Allah sebagai realita menjadikan konseling itu pastoral. Kesadaran akan Allah adalah apa yang disebut oleh Paul Tillich sebagai keprihatinan yang ultima dari manusia. Bagi banyak orang, Allah itu hanya konsep saja, tidak bisa dialami dalam kehidupan. Ia tidak nyata (Lihat



Mazmur 23). Kesadaran bahwa Roh Allah melintasi pribadi manusia sebagai pusat dari semua realita, harus memengaruhi secara mendalam pada setiap hal yang kita lakukan termasuk dalam proses konseling.

Pernyataan Bonhoeffer yang sangat terkenal, “*God is the beyond in the midst of our life,*” bisa dipakai untuk melukiskan fokus yang unik dari asuhan dan Pastoral Konseling (Bonhoeffer, 1972).

### **3. Wilayah Kerja dan Kompetensi Konselor Pastoral Adalah Pertumbuhan Spiritual**

Keahlian seorang konselor pastoral adalah dalam hal membantu keutuhan spiritual sebagai pusat dari pertumbuhan manusia secara utuh. Mendorong keutuhan spiritual hendaknya merupakan sasaran yang eksplisit di dalam pikiran seorang konselor pastoral, walaupun itu tidak dibicarakan secara khusus dalam hubungan konseling. Apa saja yang konseling perbuat untuk menambah kemampuan seseorang untuk mengadakan relasi secara terbuka dan autentik dengan orang lain, akan bisa membantu orang itu membuka suatu relasi yang lebih utama dengan Allah. Relasi yang terus bertumbuh dengan Allah merupakan aspek yang terpenting bagi keutuhan total hidup manusia (Clinebell, *Basic Types of Pastoral Care & Counseling: Resources for the Ministry of Healing & Growth*, 1984).

Barangkali akan lebih mudah bagi seorang konseli mendengar konselornya berbicara secara eksplisit tentang Allah dalam hubungan Pastoral Konseling. Barangkali juga lebih mudah untuk secara langsung konselor menggunakan hubungan konseling itu dengan label “God-talk” Pastoral Konseling (Oates, 1974). Namun, cara itu sudah terbukti kurang efektif. Bonhoeffer mengatakan bahwa kita perlu belajar berbicara mengenai Allah dalam sikap sekuler. Pastoral Konseling bisa



dilakukan tanpa konselor menjadi munafik. Dalam kehidupan manusia, kata-kata yang hakikatnya adalah religius banyak sekali, misalnya, pengharapan, kesukaan, damai, pemeliharaan, kasih, kepedulian, perhatian, kehidupan, kematian, dan masih banyak lagi. Pada saat seorang konselor merasakan adanya aspek-aspek tersebut dalam kehidupan konselinya, maka konselor akan segera menggunakan karakteristik dari seorang konselor pastoral, walaupun dia tidak menggunakan secara khusus istilah-istilah keagamaan.

#### **4. Menggunakan Sumber-Sumber Agamais dalam Konseling**

Keunikan yang lain dari Pastoral Konseling adalah kenyataan bahwa konselor ditunggu dan diharapkan (*expected*), terlatih dalam hal menggunakan sumber-sumber dari tradisi agama mereka sebagai bagian yang integral dari konseling mereka (Benner, 1992).

Kalau digunakan dalam sikap disiplin dan wajar, sumber-sumber seperti itu secara khusus sangat berharga dalam beberapa jenis konseling, termasuk *supportive*, krisis, kesedihan, etis, konseling religius-eksistensial, dan bimbingan rohani.

Menggunakan sumber-sumber agamais dalam konseling memang membutuhkan kebijaksanaan khusus, karena tidak semua orang pada waktunya bisa menerima dengan senang hati. Malahan sering terjadi bahwa sumber agamais yang baik bisa ditolak mentah-mentah karena si konseli merasa belum siap, berat dan tertekan. Atau barangkali si konselor terlalu cepat dalam memberikan sumber agamais tersebut. Sering terjadi bahwa konselor pastoral dengan tergesa-gesa mengajak konseli untuk berdoa dengan tujuan menghindari pembicaraan yang lebih serius. Firman Tuhan sering juga digunakan untuk menghindar atau meniadakan dialog yang serius dan mendalam.



Jikalau sumber-sumber agamais digunakan secara tepat waktu, hal itu akan merupakan alat atau sarana yang sangat efektif bagi pembinaan keutuhan spiritual, dan merupakan sumber yang unik untuk asuhan/pendampingan pastoral dan konseling. Jadi untuk ketepatan, gunakan kata-kata dan sumber-sumber agamais hanya setelah seseorang kita ketahui sampai kepada kesadaran terhadap masalah dan latar belakangnya, perasaannya, dan sikapnya terhadap agama (Clinebell, *Basic Types of Pastoral Care & Counseling: Resources for the Ministry of Healing & Growth*, 1984).

Pastoral Konseling tidak boleh mengabaikan pentingnya diagnosa yang cermat (Markus 4:1-8).

## **5. Pastoral Konseling Membantu Orang dalam Belajar untuk Hidup (Brister, 1977)**

Intisari dari dosa adalah kesalahan dari pelaksanaan hidup ini—kehilangan makna kehidupan. Seorang konselor pastoral selalu menyediakan waktunya bagi orang-orang yang mau dengan sungguh-sungguh belajar untuk hidup.

Demikian banyak keputusan-keputusan kehidupan yang diambil atas dasar informasi yang sangat miskin, sehingga nilai-nilai religius yang penting sering terabaikan. Pilihan-pilihan yang besar seperti pekerjaan seseorang, pasangan hidup rumah tangga, dan bahkan filsafat hidup sering diputuskan secara tergesa-gesa dan tak disertai dengan nilai-nilai religius yang tinggi. Belajar untuk hidup adalah proses yang terus-menerus berlangsung dari masa kanak-kanak sampai ajal hidup ini. Itulah sebabnya orang yang sudah berhasil dalam melaksanakan kehidupannya di satu hal masih juga bisa gagal di hal yang lain, kalau dia tidak mau belajar terus dalam proses kehidupannya.



## 6. Pastoral Konseling Membantu Orang dalam Pengembangan Kompetensi Hubungan Antarpribadi (Brister, 1977)

Pastoral Konseling mempunyai peranan penting untuk menolong orang dalam pengembangan kompetensi hubungan antar manusia dalam kaitannya dengan salah satu Tritugas panggilan gereja, yaitu KOINONIA. Studi yang dilakukan oleh H. Richard Niebuhr dan kawan-kawannya yang kemudian dilaporkan dalam sebuah buku kecil, *The Purpose of the Church and Its Ministry*, menyimpulkan bahwa sasaran utama dari gereja adalah, *menambah di antara manusia kasih kepada Allah dan sesamanya*. Jadi kalau ada di antara anggota jemaat yang terganggu emosinya, dia tidak akan sanggup untuk menciptakan suasana cinta kasih dalam hubungan timbal balik. Kemampuannya untuk mengasihi secara mendalam, lumpuh. Pada gilirannya hubungan antarpribadi rusak, dan koinonia tak tercapai.

Banyak orang yang merasa canggung dalam relasinya dengan orang-orang di sekeliling mereka, baik itu dengan guru, teman sekolah, teman sekerja, anggota jemaat, dan bahkan dengan anggota keluarga mereka sendiri. Sikap mereka, cara berbicara, dan tindakan-tindakan mereka barangkali menjadi penghalang dalam hubungan antar manusia. Cara hidup yang demikian itu menciptakan kekhawatiran dan konflik, sehingga apa yang dicita-citakan tidak bisa tercapai. Banyak orang, misalnya, tidak tahu bagaimana mengendalikan kemarahan. Kemarahan yang tak terkendali akan menghancurkan kompetensi mereka dalam hubungan antarmanusia.

Ada seorang ibu rumah-tangga yang masih muda yang hidupnya penuh dengan kemarahan, karena terlalu banyaknya pertengkaran dengan suaminya yang kepala batu. Ibu rumah-tangga itu kemudian didapati mati bunuh diri. Ketika suaminya



pulang dari kerja sore itu, dia mendapatkan mayat istrinya dalam rumahnya. Segera ia menelepon orangtuanya dan mengatakan bahwa ia mendapati istrinya telah menjadi mayat dan dia juga akan membunuh dirinya. Ketika polisi datang, mereka mendapatkan kedua orang itu, yang tidak pernah saling mengasihi, mati bersama seperti Romeo dan Juliet.

Apakah yang akan terjadi, andaikata suami-istri itu sempat mendapat bimbingan dari seorang yang kompeten mengenai relasi antarpribadi yang baik? Mereka pasti masih mempunyai pengharapan untuk dapat mengatasi masalah hubungan mereka yang buruk itu. Tugas seorang konselor pastoral adalah melayani dan menolong orang dalam proses penyadaran diri, sehingga memungkinkan seseorang mengurangi ketegangan, mengatasi konflik, dan mengubah hubungan antarpribadi menjadi lebih baik.

## **7. Pastoral Konseling dalam Konteks Profetis**

Faktor lain yang menjadikan Pastoral Konseling unik adalah sifat hubungan pendeta di depan umum; ia berbicara di depan umum dan dipanggil untuk berdiri di depan umum menghadapi isu-isu yang kontroversial. Dia tidak hanya mengadakan konseling dengan orang-orang yang menghadapi perceraian atau kawin ulang; ia juga bertanggung jawab kepada suatu komunitas mengenai posisinya dan atau pandangannya tentang perceraian dan kawin ulang misalnya. Konselor pastoral tidak hanya mengonseling calon ibu atau calon bapak dan atau calon kakek atau nenek, tentang kehamilan yang tak dikehendaki, tetapi dia juga terdipanggil untuk mendiskusikan isu-isu etis tentang perencanaan sebagai orang tua, keluarga berencana, dan aborsi pada aras umum sebagai seorang guru dan pengkhotbah. Konselor pastoral tidak hanya menyetujui dan menghargai orang-orang yang berdemonstrasi terhadap





masalah ketidakadilan sosial, tetapi juga harus mengevaluasi masalah keadilan sosial dan mempunyai pendirian yang serasi dengan imannya.

Jadi, konselor pastoral itu unik karena dia tidak bisa bersikap netral dalam soal etika kehidupan manusia seperti yang bisa dinikmati oleh konselor-konselor non-pastoral. Dia harus mempunyai pendirian dan keyakinan sesuai dengan iman yang ia hayati. Itu bukan berarti bahwa ia akan memaksakan keyakinannya kepada orang lain, tetapi keyakinan tersebut berfungsi sebagai jati dirinya. Dia tidak bisa melepaskan diri dari tugas profetis di dalam kehidupan bermasyarakat.

## **8. Konselor Pastoral sebagai Seorang Etis**

Pastoral Konseling itu unik ketika seorang konselor bertanggung jawab untuk menangani secara langsung dan terbuka isu-isu etis. Beberapa tahun yang lalu saya pernah diundang oleh kelompok yang menyebutkan kelompoknya “Kaum Profesi Kristen” Surabaya. Menyebut diri kelompok profesi karena anggota-anggotanya adalah sarjana. Ada yang bekerja di bidang hukum, ekonomi, ada yang psikologi, ada yang dokter spesialis, pendeknya mereka memang kaum profesional. Pada waktu itu yang menjadi ketua adalah dr. Djoko Rosadi (almarhum), spesialis bedah tulang. Seusai ceramah tentang ‘Pastoral Konseling’, menghampiri di meja saya seorang dokter yang adalah dosen di sebuah universitas di Surabaya yang sedang gundah. Dia mengatakan pada saya bahwa dia akan studi lanjut di Universitas Hawaii dan studi itu melibatkan keputusan dan tanggung jawab etis karena berhubungan dengan penemuan di bidang ginekologi, teknik *AMNIOCENTESIS*. Teknik ini melibatkan pengambilan lendir *intrauterine*, sebagai sampel pada saat seorang ibu hamil tiga bulan pertama dan kemudian dites di laboratorium. Dokter akan bisa mengetahui apakah



bayi yang akan dilahirkan itu sehat atau tidak; utuh atau cacat. Kalau cacat, maka tentunya pasangan suami-istri itu akan menghadapi pilihan, apakah mereka akan membiarkan bayi itu untuk lahir atau diaborsi saja. Sebagai konselor pastoral, bisakah saya menuruti permintaan pasien untuk menggugurkan janin itu? Padahal pengguguran adalah melanggar hukum. Sulit untuk dijawab karena hal baru dalam pastoral. 'Bimbingan Pranikah' di gereja kita tidak secanggih seperti di negara-negara maju. Membutuhkan 'Bimbingan Pranikah yang lebih kompleks agar hal-hal yang tidak terduga bisa diantisipasi. Penyelesaian masalah ini bisa dilakukan dengan satu cara atau kombinasi beberapa cara. Oates mengusulkan beberapa cara, yaitu *forensic, contextual, situational, dan covenantal* (Oates, 1974).

## **9. Kuasa untuk Memberkati dan Menahan Berkat**

Banyak orang, terutama anggota jemaat, melihat pendetanya sebagai konselor dengan cara yang unik. Walaupun mereka telah pergi kepada seorang psikolog atau psikiater dalam kasus-kasus tertentu mereka masih datang juga kepada pendeta, terutama kalau masalahnya adalah masalah etis, teologis, dan menyangkut kehidupan spiritualnya untuk mendapatkan konfirmasi, apakah yang telah diputuskan itu benar dan baik. Mereka ingin tahu dan merasakan bahwa hubungannya dengan Allah sudah baik. Paul Pruyser menyebut ini sebagai berkat pastoral. Berkat memang harus datang dari orang lain dan pendeta mempunyai kuasa untuk memberikan itu sehubungan dengan tugas dan kedudukannya.



### C. Kesimpulan

Berdasarkan uraian sebelumnya, maka beberapa kesimpulan mengenai Pastoral Konseling itu dapat diuraikan dan dikenali melalui beberapa tinjauan:

- a. Ditinjau dari konteksnya, lingkungan keagamaan, maka Pastoral Konseling akan memberi fasilitas yang menyebabkan konseli selalu peka terhadap kehadiran Allah dan dia berbicara secara pribadi dengan wakil Allah, yaitu konselor pastoral. Konselor pastoral bersifat profetis.
- b. Ditinjau dari pokok permasalahan, maka Pastoral Konseling akan membicarakan pokok-pokok tertentu secara mendalam dan ada pokok-pokok permasalahan lain dibicarakan secara terbatas, karena di luar jangkauan kemampuan dan bidangnya.
- c. Ditinjau dari segi kedalamannya, Pastoral Konseling harus dengan rendah hati menyerahkan konseli-konseli dengan pikiran dan tingkah laku yang 'abnormal', serta konflik di bawah sadar, kepada psikiater dan ahli di bidang tersebut, tindakan ini disebut konseling rujukan (*referral counseling*).
- d. Ditinjau dari segi metode dan ritusnya, penolong dalam Pastoral Konseling menggunakan prosedur keagamaan tertentu, misalnya seperti mendengar pengakuan dosa, atau melaksanakan ritus keagamaan yang lain, seperti absolusi, keputusan-keputusan etis.
- e. Ditinjau dari segi hubungan, konselor pastoral mempunyai keuntungan lebih dari konselor non-pastoral. Karena fungsinya sebagai pendeta yang sudah ditahbiskan dia mempunyai hubungan yang terus-menerus dengan konselinya setelah terapi.



- f. Ditinjau dari segi preventif maupun kuratif, konselor pastoral menjadikan konselinya sanggup dan berani untuk berubah dan selalu menyediakan fasilitas untuk pertumbuhan.
- g. Ditinjau dari segi identitas, Pastoral Konseling diwarnai secara teologis dan etis yang unik dari persekutuan Kristen.
- h. Ditinjau dari segi sumber yang dipakai, Pastoral Konseling menggunakan sumber-sumber keagamaan dalam proses konselingnya, misalnya iman pribadi, berkat, Alkitab, dan doa.





## BAB 3

# *Konseling Kristen: Tinjauan Psikospiritual*

---

---

### **A. Yesus Menjadi Teladan Utama dalam Konseling**

**K**alau melihat seluruh sejarah para nabi di Israel, tidak ada nabi yang pelayanannya melakukan praktik penyembuhan seperti Yesus. Sebagian besar kehidupan Yesus dicatat melakukan penyembuhan di mana pun Dia berada. Injil menghadirkan Yesus tidak hanya sekadar sebagai nabi dan guru, tetapi sebagai seseorang yang memiliki aktivitas yang didapatkannya sebagai reputasi penyembuh dan pembuat mukjizat. Pemulihan dan pengusiran setan yang dilakukan Yesus integral dengan pemberitaan-Nya mengenai kerajaan Allah (Culpepper R. A., 2016a). Penyembuhan pemulihan yang dilakukan oleh Yesus bersifat holistik, meliputi tubuh, jiwa, spiritual, dan sosial. Yesus bukan hanya memulihkan si kusta dari penyakit kustanya, tetapi juga memulihkan relasi sosialnya dengan sesama dan bahkan dengan Tuhan! Si kusta itu diminta datang ke imam untuk dinyatakan tahir! Dengan demikian, orang kusta itu bisa diterima kembali di dalam masyarakat, mengalami kehidupan yang normal kembali!

Kesembuhan fisik banyak dicatat dalam kisah Yesus. Maklum, hal-hal yang bersifat fisik mudah untuk dikenali dan menjadi model kesaksian yang cepat. Kusta, lumpuh, bisu, buta, bahkan yang mati pun dibangkitkan. Itu menjadi tanda-tanda kenabian-Nya yang tidak terbantahkan, meski oleh para pemimpin agama (Yahudi) pada waktu itu apa yang dilakukan-Nya pada waktu itu diyakini berasal dari setan. Ajaran yang baru selalu menyebabkan pemahaman dan ajaran yang lama menjadi terancam dan melakukan segala macam upaya untuk membungkam ajaran baru tersebut. Semoga tulisan ini, yang ditulis bukan oleh teolog, tetapi mencoba menghayati saripati ajaran Yesus meskipun berbeda dengan tulisan di bidang pastoral konseling lainnya, tidak dianggap mengancam cara lama yang sudah mengakar dalam melakukan pastoral konseling. Lebih jauh, tulisan ini justru melengkapi dan memperkaya pemahaman dan praktik baru dalam dunia Pastoral Konseling. Sering kali cara pandang baru pada akhirnya memperkaya cara pandang lama dalam memahami dan menangani persoalan.

Selain kesembuhan fisik, Yesus juga memberikan pemulihan mental maupun spiritual kepada orang-orang yang dilayani-Nya. Ketika para murid-Nya merasa terganggu dan melarang orang membawa anak-anak datang kepada Yesus, Dia justru memarahi mereka dan merengkuh anak-anak tersebut. Jauh sebelum istilah *children abuse*/kekerasan pada anak muncul (di dunia modern), Yesus sudah mempraktikkan dan mengajarkan bagaimana mestinya bergaul dengan anak. Bahkan Yesus menggunakan anak-anak sebagai gambaran empunya kerajaan surga. Yesus membuat hati Zakheus berbalik, dari orang yang kejam pada sesama karena memunguti pajak dengan semena-mena, menjadi orang yang murah hati dan mau membagi harta. Yesus juga melepaskan perempuan yang didapati berzinah. Dia hanya berpesan, “Jangan berbuat dosa lagi.” Titik. Konon

