

**PERENCANAAN KONSELING PASTORAL DENGAN TEKNIK  
COGNITIVE RESTRUCTURING BAGI REMAJA KORBAN  
PERSELINGKUHAN ORANG TUA DI JEMAAT  
ALPHA OMEGA TARONGKO**



**SKRIPSI**

**Diajukan kepada Fakultas Teologi dan Sosiologi Kristen Institut Agama  
Kristen Negeri (IAKN) Toraja sebagai Persyaratan Memperoleh Gelar  
Sarjana Agama (S.Ag)**

**RUSPITA WARSI TANDUNGAN  
2220207739**

**Program Studi Pastoral Konseling  
FAKULTAS TEOLOGI DAN SOSIOLOGI KRISTEN  
INSTITUT AGAMA KRISTEN NEGERI (IAKN) TORAJA  
2024**

## HALAMAN PERSETUJUAN

Judul : Perencanaan Konseling Pastoral dengan Teknik *Cognitive Restructuring* bagi Remaja Korban Perselingkuhan Orang Tua di Jemaat Alpha Omega Tarongko

Disusun oleh :

Nama : Ruspita Warsi Tandungan

NIRM : 2220207739

Program Studi : Pastoral Konseling

Fakultas : Teologi dan Sosiologi Kristen

Setelah dikonsultasikan, dikoreksi, dan diperbaiki berdasarkan arahan dosen pembimbing, maka skripsi ini disetujui untuk dipertahankan pada ujian skripsi yang diselenggarakan oleh Fakultas Teologi dan Sosiologi Kristen, Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Toraja.

Tana Toraja, 12 Agustus 2024

Dosen Pembimbing

Pembimbing I,



Stephani Intan Maritho Siallagan, M.Pd.  
NIDN 2221099201

Pembimbing II,



Srimart Ryeni, M.Si.  
NIDN 2203038901

## HALAMAN PENGESAHAN

Judul : Perencanaan Konseling Pastoral dengan Teknik *Cognitive Restructuring* bagi Remaja Korban Perselingkuhan Orang Tua di Jemaat Alpha Omega Tarongko

Disusun oleh :

Nama : Ruspita Warsi Tandung  
NIRM : 2220207739  
Program Studi : Pastoral Konseling  
Fakultas : Teologi dan Sosiologi Kristen

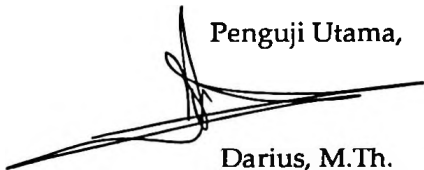
Dibimbing oleh :

I. Stephani Intan Marito Siallagan, M.Pd.  
II. Srimart Ryeni, M.Si.

Telah dipertahankan di depan dewan penguji pada ujian sarjana (S-1) Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Toraja tanggal 08 Juli 2024 dan diyudisium tanggal 31 Juli 2024.

### Dewan Penguji

Penguji Utama,



Darius, M.Th.  
NIDN. 22291188801

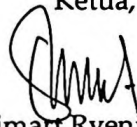
Penguji Pendamping,



Alfrida Lembang, M.Pd.K.  
NIDN. 2210048501

### Panitia Ujian Skripsi

Ketua,



Srimart Ryeni, M.Si.  
NIDN. 2203038901

Sekretaris,



Masnawati, M.Pd.  
NIDN. 0923058903

Mengetahui

Dekan,



Syukur Matasak, M.Th.  
NIDN. 2221087001

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ruspita Warsi Tandung  
NIRM : 2220207739  
Fakultas : Teologi dan Sosiologi Kristen  
Program Studi : Pastoral Konseling  
Judul Skripsi : Perencanaan Konseling Pastoral dengan Teknik  
*Cognitive Restructuring* bagi Remaja Korban Perselingkuhan  
Orang Tua di Jemaat Alpha Omega Tarongko

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi tersebut adalah merupakan hasil karya sendiri, kecuali dengan kutipan-kutipan yang dengan jelas disebutkan sumber rujukannya. Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa skripsi ini merupakan hasil saduran atau jiplakan dari karya orang lain, maka pihak kampus IAKN Toraja melalui rektor, berhak untuk mencabut gelar dan ijazah yang telah diberikan kepada saya.

Tana Toraja, 12 Agustus 2024

Yang Membuat Pernyataan



Ruspita Warsi Tandung

NIRM. 2220207739

## SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ruspita Warsi Tandungan  
NIRM : 2220207739  
Fakultas/Program Studi : Teologi dan Sosiologi Kristen

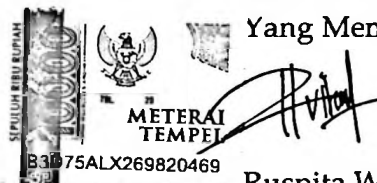
Dengan ini menyetujui untuk memberikan ijin kepada pihak IAKN Toraja yaitu Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif (*Non-Exclusive Royalti-Free Right*) atas karya ilmiah skripsi yang berjudul :

Perencanaan Konseling Pastoral dengan Teknik *Cognitive Restructuring* bagi Remaja Korban Perselingkuhan Orang Tua di Jemaat Alpha Omega Tarongko.

Dengan ini pihak IAKN Toraja berhak menyimpan, mengelolanya dalam pangkalan data (*database*), mendistribusikannya dan menampilkan atau mempublikasikan sebagian dari skripsi (Bab 1 dan Bab 5) pada repository Perguruan Tinggi untuk kepentingan akademis dengan tetap mencantumkan nama sebagai penulis skripsi ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Tana Toraja, 12 Agustus 2024  
Yang Membuat Pernyataan



Ruspita Warsi Tandungan  
NIRM. 2220207739

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Tulisan ini ku persembahkan untuk para perebut kebahagiaan orang lain, jangan memikirkan kesenangan mu saja namun pikirkan juga dampak yang kau tinggalkan bagi orang yang kau rebut kebahagiaannya. Karena itu meninggalkan jejak perih yang mendalam yang akan mereka bawa hingga mereka dewasa.

## HALAMAN MOTTO

*“Jadilah pemimpin dalam hidupmu, bukan pengikut”*

Ciptakan kebahagiaan dan kesuksesanmu sendiri, karena kamu unik dan istimewa

## Abstrak

Perselingkuhan yang dilakukan oleh orang tua membuat remaja menjadi kehilangan kepercayaan pada orang lain. Salah satunya dialami oleh seorang remaja di Jemaat Alpha Omega Tarongko. Remaja tersebut kecenderungan mengalami *trust issue*, menjadikan dia memiliki ketakutan untuk menjalani sebuah hubungan dengan orang lain. Permasalahan yang dialami oleh remaja tersebut dapat di tolong dengan menerapkan teknik *cognitive restructuring*. Teknik *cognitive restructuring* merupakan upaya mengidentifikasi serta mengubah pikiran irasional menjadi pikiran rasional.

Oleh karena itu, tujuan penelitian ini untuk menguraikan bentuk perencanaan konseling pastoral dengan teknik *cognitive restructuring* bagi remaja korban perselingkuhan orang tua di Jemaat Alpha Omega Tarongko. Metode penelitian yang digunakan yaitu pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian fenomenologi. Berdasarkan hasil penelitian remaja tersebut kecenderungan mengalami *trust issue*. Perencanaan konseling akan dilakukan dengan tiga tahapan. Tahap pertama, konseli menyadari akan pikirannya. Tahap kedua, mengubah proses pikiran konsli. Tahap tiga, mengeksplorasi dan mengubah ide tentang dirinya dan dunia.

**Kata Kunci** : Remaja, Perselingkuhan, *Cognitve Restructuring*



## **Abstract**

*Infidelity committed by parents makes teenagers lose trust in others. One of them was experienced by a teenager at Alpha Omega Tarongko congregation. The teenager tends to experience trust issues, making him have a fear of having a relationship with other people. The problems experienced by the teenager can be helped by applying cognitive restructuring techniques. Cognitive restructuring technique is an effort to identify and change irrational thoughts into rational thoughts.*

*Therefore, the purpose of this study is to describe the form of pastoral counseling planning with cognitive restructuring techniques for adolescent victims of parental infidelity at Alpha Omega Tarongko Congregation. The research method used is qualitative research. Based on the results of the research, these adolescents tend to experience trust issues. Counseling planning will be carried out in three stages. The first stage, the counselee is aware of his thoughts. Stage two, changing the counselee's thought process. Stage three, explore and change ideas about himself and the world.*

**Keywords:** *Adolescent, Infidelity, Cognitive Restructuring*