

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Pengertian dan Tujuan Pastoral Konseling

1. Pengertian Pastoral Konseling

Pastoral konseling artinya hubungan timbal balik (interpersonal relationship) antara hamba Tuhan (Pendeta, Penginjil, dsb) sebagai konselor dengan konselinya. Konselor mencoba membimbing konselinya ke dalam suatu suasana percakapan konseling yang ideal (conducive atmosphere) yang memungkinkan konseli itu betul-betul dapat mengenal dan mengerti apa yang sedang terjadi pada dirinya sendiri, persoalannya, kondisi hidupnya, dimana ia berada, dsb; sehingga ia mampu melihat tujuan hidupnya dalam relasi dan tanggung jawabnya pada Tuhan dan mencoba mencapai tujuan itu dengan takaran, kekuatan dan kemampuan seperti yang sudah diberikan Tuhan kepadanya. Menurut Clinebell, pastoral konseling merupakan ungkapan pendampingan yang bersifat memperbaiki (reparatif), yang berusaha membawa kesembuhan bagi orang lain (baik anggota dari suatu gereja maupun anggota dari persekutuan pendampingan lain) yang sedang menderita gangguan fungsi pribadi karena krisis.⁹ Dalam hal ini pastoral konseling dipahami sebagai wujud dari penyembuhan dalam

⁹Howard Clinebell, , *Tipe-Tipe Dasar Pendampingan Dan Pastoral Konseling* (Yogyakarta: Practical Theology Translation Project Fakultas Teologi Universitas Kristen Duta Wacana), pp. 17–18.

pendampingan pastoral yang tidak terbatas pada anggota gereja tetapi juga bagi persekutuan lain. Hampir sama dengan pendapat Clinebell, namun, Leory Aden mengusulkan pandangannya mengenai pastoral konseling yang lebih luas dan mendalam lagi yakni sebagai suatu perspektif Kristen yang mencari upaya untuk menolong atau menyembuhkan dengan cara 'menghadiri' situasi kehidupan seseorang yang mengalami kesulitan. Pastoral konseling ini tidak terbatas hanya melayani mereka yang berada dalam lingkungan iman Kristen saja, tetapi masih dimungkinkan untuk diberikan kepada mereka yang berasal dari luar persekutuan Kristen.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa pastoral konseling tidak hanya sebatas hubungan pertolongan antara dua orang, akan tetapi lebih. Pastoral konseling merupakan hubungan segitiga yang melibatkan Allah, konselor dan pribadi yang sedang mengalami masalah. Sebagai imam yang menjadi fungsi dan peran utama kepala keluarga ialah menjalankan ibadah keluarga baik pada hari minggu maupun pada hari-hari biasa; mengajarkan Firman Tuhan dan mampu menuntun dan memimpin keluarganya untuk rajin membaca Firman Tuhan, tekun berdoa dan setia memberi persembahan serta bisa menjadi penasehat dan teladan yang baik bagi keluarga.¹⁰ Sebagai imam setiap ayah mesti dapat membimbing seluruh anggota keluarga dalam pertumbuhan iman serta hubungan anggota keluarga dengan lingkungannya. Sehingga setiap

¹⁰Yakub B. Susabda, *Pastoral Konseling Jilid 1* (Malang: Gandum Mas, 2003).

keluarga Kristen dapat menemukan jati diri sebagai murid Tuhan Yesus. Kepala keluarga juga bertanggung jawab menjaga kerohanian keluarganya dihadapan Allah yang memberikan keluarga dan memberkatinya.

2. Fungsi Pastoral Konseling

1. William A. Clebsch dan Charles R. Jaekle mengatakan bahwa ada 4 secara tradisional fungsi pastoral, yaitu:¹¹

- a. Fungsi Menyembuhkan

Bagi mereka yang mengalami dukacita serta luka batin akibat kehilangan atau terbuang, biasanya mengakibatkan penyakit psikosomatis, suatu penyakit yang secara langsung atau tidak eksklusif disebabkan oleh tekanan mental yang berat. Emosi/perasaan yg stress dan tidak terungkapkan melalui kata-kata atau ungkapan perasaan, misalnya menangis, kemungkinan akan disalurkan melalui disfungsi tubuh, contohnya rasa mual, pusing, dada sesak, sakit perut, serta sebagainya. Tindakan pertolongan yang perlu dilakukan oleh pendamping adalah mengajak penderita buat berkata perasaan batinnya yang stress. Fungsi ini dipakai oleh pendamping saat melihat keadaan yang perlu dikembalikan ke keadaan semula atau mendekati keadaan semula, sebagai akibatnya orang yang didampingi mampu membentuk kembali ekuilibrium yang baru, fungsional serta bergerak maju.

¹¹William A. Clebsch dan Charles R. Jaekle, *Pastoral Care in Historical Perspective*, pp. 33–36.

b. Fungsi Membimbing

Membimbing berarti menyampaikan pandu pada orang yang didampingi agar menemukan jalan yang benar. Pendamping menolong orang yang didampingi menentukan keputusan secara berdikari perihal apa yang akan ditempuh atau apa yang sebagai masa depannya. Salah satu carayakni dengan mengajukan alternatif. Pendamping jua dapat menolong orang yang didampingi buat melihat: kekuatan dan kelemahan (internal) dan kesempatan serta tantangan (eksternal). Anugerah petuah jua dapat dimasukkan dalam fungsi membimbing.

c. Fungsi Menopang/Menyokong.

Fungsi ini dilakukan bila orang yang didampingi tidak mungkin balik ke keadaan semula, misalnya kematian orang yang dikasihi. Fungsi menopang digunakan untuk membantu orang yang didampingi menerima keadaan kini sebagaimana adanya, kematian merupakan permanen kematian, buat bisa bertumbuh secara penuh dan utuh. Kehadiran pendamping pada dukacita ialah topangan kepada mereka buat 16 bisa bertahan pada situasi krisis yang bagaimanapun beratnya. Sokongan ini akan membantu mengurangi penderitaan mereka.

d. Fungsi Mendamaikan/Memperbaiki Hubungan

Apabila hubungan sosial dengan orang lain terganggu, maka terjadilah penderitaan yang berpengaruh di masalah emosional. Permasalahan sosial yang berkepanjangan akan berpengaruh terhadap

fisik. Pendampingan berfungsi sebagai mediator untuk memperbaiki hubungan yang rusak dan terganggu. Konselor menjadi penengah yang netral dan bijaksana.

B. Metode Cognitive-Behavioral Therapy

Pada dasarnya cognitive -behavioral therapy (CBT) dapat dikatakan gabungan dari Teknik cognitive dan behavioral. Sebelum lebih jauh membahas tentang cognitive -behavioral therapy (CBT), akan terlebih dahulu akan dipaparkan secara terpisah antara cognitive dengan behavioral.

1. Teknik cognitive

Teknik cognitive ini dicetuskan oleh beberapa tokoh antara lain: George A. Miler, Utric Neisser, Leon Fatinger, Aaron Temkin Beeck. Para tokoh ini memberi pandangannya bahwa perilaku dan emosi menjadi permasalahan karena adanya ola pikir yang salah. Teknik cognitive ini akan menganalisis pikiran dan mengubah yang destruktif agar seseorang dapat hidup secara efektif.¹² Cognitive berfokus pada bagaimana manusia membangun pengalamannya, lalu menjadikan pengalaman itu menjadi suatu yang realistis dalam hubungannya dengan masa lalu yang tersimpan dalam memori. Proses belajar akan lebih kompleks dibandingkan dengan pasif stimulus dan respon. Pada proses belajar ini akan memberikan makna pada

¹²Yustius Semiun, *Kesehatan Mental 3* (Yogyakarta: Kanisius, 2006).480.

setiap situasi, akhirnya pengetahuan yang telah dimiliki seseorang berfungsi memberikan makna pada setiap pengalaman.¹³

2. Teknik Behavioral

Behavioral biasa juga disebut modifikasi perilaku yang menerapkan Teknik -teknik melalui proses belajar untuk menolong seseorang meninggalkan perilaku yang maladaptif, agar menghasilkan perilaku adaptif. Fokus terapi ini yaitu masa kini dan bukan masa lampau. Pelopor teori behavioral antara lain: Pavlov, Edward Thorndike, Guthrie, Hull, Tolman, dan Skinner. Adapun mereka ini mengembangkan teori yang disebut teori belajar.¹⁴ Teori belajar yang dimaksudkan ini yaitu melalui tipe proses belajar terdiri dari: pengondision operan, pengondision responden, modeling, assertive training, token economy, kontrak kontingensi, desensitisasi sistimatis, desensitisasi invivo, terapi implosive, teknik aversif.¹⁵

Pada tahun 1960 terapy cognitive-behavioral didirikan oleh Aaron Temkin yang kemudian selalu mengalami perkembangan. Awalnya hanya dikenal cognitive therapy yang mulanya digunakan untuk mengatasi masalah depresi. Namun dalam perkembangan kemudian di kenal dengan cognitive behavioral therapy (CBT), yang kemudian terapi ini digunakan untuk mengatasi berbagai gangguan mental, seperti pipolar disorder,

¹³Gerar C. Davinson dkk, *Psikologi Abnormal Edisi Ke-9* (Depok: Rajawali Pers, 2018).73.

¹⁴Semiun.515-517.

¹⁵Semiun.520-545.

anxiety disorder, dan berbagai gangguan mental lainnya. Metode cognitive behavioral therapy dianggap cocok diterapkan pada semua usia, strata, pendidikan, ekonomi serta dapat diterapkan secara individual maupun secara klasikal.¹⁶

3. Pengertian Kognitif-Behavioral Terapi/*Cognitive Behavioral Therapy (CBT)*

Berikut beberapa pengertian *cognitive behavioral therapy (CBT)* menurut para ahli:¹⁷ Aaron T. Beck (1964) CBT ialah pendekatan konseling yg dirancang buat menyelesaikan konflik konseli pada saat ini dengan cara melakukan restrukturisasi kognitif serta sikap yg menyimpang. Matson (1988) berkata bahwa kognitif behavioral terapi ialah pendekatan dengan sejumlah prosedur yang secara khusus memakai kognisi menjadi bagian buat konseling. Bush (2003) mengatakan bahwa CBT merupakan perpaduan dari dua pendekatan dalam psikoterapi, yaitu kognitif terapi dan behavior therapy. Kognitif terapi berfokus pada pikiran, asumsi dan kepercayaan. Behavior terapi membantu membangun hubungan antara situasi permasalahan kebiasaan mereaksi permasalahan. Berdasarkan konsep mengubah pikiran dan perilaku negative yang sangat mempengaruhi emosi. Melalui CBT konseling terlibat pada aktivitas serta berpartisipasi

¹⁶Agus Abdul Rahman, *Sejarah Psikologi: Dari Klasik Hingga Moderen* (Depok: Rajawali Pers, 2018).248-249.

¹⁷Ns. Alfeus Manuntung, *Terapi Perilaku Kognitif Pada Pasien Hipertensi* (Malang: Wineka Media, 2018). 68-69.

dalam pelatihan buat diri menggunakan cara membuat keputusan penguatan diri serta strategi lain yang mengacu pada *self-regulation*.¹⁸

Gagasan utama pada metode ini untuk memahami tingkah laku klien melalui pendekatan yang objektif, mekanistik serta materialistik dengan harapan terjadinya perubahan tingkah laku seseorang.¹⁹ Ketika menggunakan metode kognitif-behavioral hal penting yang harus juga dilakukan ialah ketika mempelajari tingkah laku seseorang harus melalui tahap pengujian dan pengamatan tingkah laku yang tampak pada klien.²⁰ Selain itu metode ini merupakan metode yang memfokuskan pada upaya untuk membelajarkan seseorang atau konseli agar dapat memiliki cara pandang yang lebih positif dalam berbagai peristiwa kehidupan.²¹

Cognitive Behavioral Therapy (CBT) merupakan psikoterapi yang menggabungkan antara terapi prilaku dan terapi kognitif yang didasarkan pada asumsi bahwa prilaku manusia secara bersama dipengaruhi oleh pemikiran, perasaan, proses fisiologis serta konsekuensinya pada prilaku. Teknik dan Metode Konseling Kognitif-Behavioral cenderung menggunakan sebuah program yang terstruktur langkah demi langkah program seperti ini dapat mencakup:

¹⁸Ns. Alfeus Manuntung.71.

¹⁹Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2009).45.

²⁰Desmita.45.

²¹Alfeus Manuntung, *Terapi Perilaku Kognitif Pada Pasien Hipertensi* (Malang: Wineka Media, 2019).71.

- a. Menciptakan hubungan yang sangat dekat dengan aliansi kerja antara konselor dan konseli. Menjelaskan dasar pemikiran dari penanganan yang akan diberikan.
- b. Menilai masalah. Mengidentifikasi, mengukur frekuensi, intensitas dan kelayakan masalah pribadi, dan kognisi.
- c. Menetapkan target perubahan.
- d. Penerapan teknik kognitif dan behaviorial (perilaku)
- e. Memonitor perkembangan, dengan menggunakan penilaian berjalan terhadap perilaku sasaran
- f. Mengakhiri dan merancang program lanjutan untuk menguatkan dari apa yang didapat.²²

Cognitive Behavior Therapy (CBT) merupakan model teoretis yang menghubungkan pikiran dengan emosi dan perilaku. Aaron T. Beck adalah perintis terapi kognitif. CBT dipandang sebagai kontribusi besar dalam bidang konseling untuk menyelesaikan kesalahan-kesalahan yang terjadi dalam proses berpikir dan kaitannya dengan keadaan emosi, perilaku dan psikologi. CBT merupakan terapi yang menitikberatkan perhatian pada masalah terkini dan pikiran terkini (Beck sebagaimana dikutip oleh Milne & Wilding, 2013: 9).²³

²²Beta kurnia Illahi, 'Konsep Bimbingan Dan Konseling Disekolah', *Syria Studies*, 12.2 (2021), 4.

²³Wahyu Wijayanti, 'Keefektifan Konseling Individu Cognitive Behavior Therapy Dengan Teknik Self-Management Untuk Mengurangi Kekacauan Media Sosial (Social Media) Pada Siswa Di SMA Negeri 1 Singorojo Kendal', *Journal Of Counseling*, 1.0024078603 (2017), 1-52.

Sementara Siregar, (2013: 19), CBT merupakan psikoterapi yang berfokus pada kognisi yang dimodifikasi secara langsung yaitu ketika individu mengubah pikiran maladaptifnya (maladaptive thought) maka secara tidak langsung juga mengubah perilakunya yang tampak (over action).²⁴

4. Konsep Dasar Cognitive Behavioral Therapy (CBT)

Teori Cognitive -Behavioral dibangun atas dasar pemahaman bahwa pola pikir individu dibentuk atas proses stimulus kognisi-respon yang saling terkaitkan menjadi faktor penentu bagaimana manusia berpikir merasa dan bertindak.²⁵ CBT berfokus pada proses mengubah negative thought dan cognitive distortion, agar seseorang memiliki core belief yang lebih adaptik. Konsep dasar CBT meyakini bahwa perubahan perilaku dapat menjadi solusi juga bagi perubahan pola pikir dan emosi individu. Proses kognitif berupa pikiran, interpretasi, persepsi, serta keyakinan terhadap kejadian yang dialami akan berpengaruh pada respon perilaku dan emosi individu.²⁶

5. Prinsip-Prinsip Dasar CBT

Prinsip yang dimiliki Teknik CBT yang membedakannya dari terapi-terapi lainnya antara lain:²⁷

²⁴ Ibid.

²⁵ Aji Restu Sauran dan Wandrio Salewa, 'Teknik Kognitif Behavioral Therapy (CBT) Dalam Gangguan Kepribadian Bipolar', *Poimen*, 3.74–91 (2022).

²⁶ Ibid.

²⁷ Rahman.249.

- a. Masalah klien dirumuskan secara kognitif
 - b. Mensyaratkan relasi terapeutik yang sehat antara terapis dan klien
 - c. Menuntut partisipasi dan kolaborasi dari klien
 - d. Fokus pada tujuan pemecahan masalah
 - e. Fokus pada masa kini
 - f. Klien menjadi terapis akan dirinya sendiri
 - g. Waktu terbatas
 - h. Sesi terapi disusun secara terstruktur
 - i. Klien diajar untuk mampu mengidentifikasi, menilai, merespon, secara proporsional terhadap pikiran dan keyakinan yang tidak benar.
 - j. Membantu klien untuk mengubah pikiran, emosi dan perilaku.
6. Tujuan kognitif behavioral terapi

Salah satu tujuan utama CBT adalah untuk membantu individu untuk mengubah pemikiran atau kognisi yang irasional menjadi pemikiran yang lebih rasional.²⁸ Kognitif behavioral terapi ini bertujuan untuk membantu seseorang atau konseli untuk menghilangkan perilaku yang menyimpang, sehingga dapat mempelajari tingkah laku yang lebih efektif.²⁹

Dengan demikian metode kognitif-behavioral bertujuan untuk membantu

²⁸ Wahyu Wijayanti, "Keaktifan Konseling Individu Cognitive Behavioral Therapy Dengan Teknik Self-Management Untuk Mengurangi Media Sosial (Sosial Media) Siswa SMA Negeri 1 Singorojo Kendal" *Jurnal Of Counseling*, 1.0024078603(2017), 1-52.

²⁹ Totok s. Wiryasaputra, *Konseling Pastoral Di Era Milenial* (Yogyakarta: Seven Books, 2001), 220.

seseorang melihat berbagai factor yang mempengaruhi tingkah lakunya saat ini dan dapat menemukan hal-hal yang dapat dilakukan untuk mengubah tingkah laku yang bermasalah atau problematik. Hal yang dapat dilakukan oleh seorang konselor yang menerapkan metode kognitif-behavioral harus bersifat aktif dan direktik serta berfungsi sebagai guru atau pelati untuk membantu konseli dalam belajar dan berlatih perilaku yang lebih efektif atau lebih baik.³⁰ Maka demikian dapat di katakan bahwa seorang konselor harus mampu memberikan penerangan kepada seorang konseli sehingga dapat bertindak dengan baik. Namun, perlu diingat bahwa konseli juga harus aktif dalam proses menciptakan dan berlatih tingkah laku yang baru.

CBT juga bertujuan mendorong individu belajar mengubah perilaku, menenangkan pikiran dan tubuh sehingga merasa lebih baik, berpikir lebih jelas dan membantu membuat keputusan yang tepat. CBT diharapkan dapat membantu pasien dalam menyelaraskan cara berpikir, merasa dan bertindak. Metode ini bermanfaat menjadi terapi yang efektif dalam mengatasi kemarahan, kecemasan dan serangan panik. Metode ini berfokus pada konseling yang menitikberatkan pada restrukturisasi atau pembenahan kognitif yang menyimpang akibat kejadian yang merugikan dirinya baik secara fisik dan psikis maupun lebih melihat ke masa depan dibandingkan masa lalu.³¹

³⁰ Ibid.221.

³¹Ns. Alfeus Manuntung.74.

Tujuan dari konselling CBT ini juga adalah untuk membantu anggota kelompok dalam mengevaluasi bagaimana pemikiran mereka mempengaruhi bagaimana mereka berperilaku. Untuk membantu anggota kelompok menghilangkan perilaku maladaptif dan belajar perilaku baru yang lebih efektif atau pola perilaku yang efektif (Beck, et al., 2015). Corey menjelaskan bahwa konseling CBT pada hakikatnya memiliki tujuan untuk mengubah cara berfikir konseli yang maladaptif dengan membantu mereka menyadari automatic thought (pikiran-pikiran otomatis) dan distorsi kognitif yang bersumber pada core belief (M. S. Corey, Corey, & Corey, 2013). Maka hal yang perlu untuk dilakukan adalah membantu individu menstruktur kembali pikiran-pikiran negative menjadi adaptif.³²

Menurut penelitian ada beberapa gangguan yang dapat diatasi dengan CBT yaitu for panic disorder (PD) CBT and panic control treatment; for generalized anxiety disorder (GAD) CBT and applied relaxation; for obsessivecompulsive disorder (OCD) exposure and response prevention (ERP) and CBT plus ERP; and for post-traumatic stress disorder (PTSD) exposure in imagination and CBT (Öst, 2008). Anthony dan Swinson (German, 2003) menyatakan bahwa CBT memiliki kelebihan dibandingkan dengan psikoterapi lain dalam mengatasi anxiety dengan alasan:

³²Linda Fitria and others, 'Cognitive Behavior Therapy Counseling Untuk Mengatasi Anxiety Dalam Masa Pandemi Covid-19', *Al-Irsyad*, 10.1 (2020), 23 <<https://doi.org/10.30829/al-irsyad.v10i1.7651>>.

- a. CBT cenderung direktif. Terapis bertindak dan berperan aktif selama proses terapi dan memberikan sugesti yang spesifik.
- b. CBT menyelesaikan permasalahan dengan sangat spesifik. Salah satu teknik terapi yang digunakan adalah membantu individu untuk mengembangkan insight (contohnya mengerti atau memahami) hingga ke akar permasalahan, dengan menggunakan cara yang sederhana.
- c. CBT fokus pada keyakinan dan perilaku saat ini.
- d. Dalam proses CBT, terapis dan klien adalah teman/rekan yang bekerja sama selama masa terapi.
- e. Dalam CBT klien yang menentukan tujuan terapi, dengan sedikit masukan dari terapis.
- f. Dalam CBT dilakukan asesmen untuk mengevaluasi beberapa teknik terapi (jika perlu) dapat diubah untuk efektivitas terapi.
- g. CBT juga mengubah keyakinan dan perilaku seseorang sehingga mampu untuk mengelola kecemasannya secara lebih baik dan dapat mengendalikan situasi yang dapat memicu munculnya kecemasan tersebut.³³

Dalam membantu meningkatkan kematangan karir siswa dapat dilakukan dengan cara memberikan layanan konseling dengan menggunakan pendekatan cognitive behavior therapy (CBT) sebagai bantuan konseling yang

³³Fitria and others.

berfokus pada wawasan yang menekankan pada proses untuk mengubah pikiran negative dan keyakinan maladaptive yang dimiliki individu ketika menghadapi permasalahan karir. Tujuan utama dari CBT adalah untuk memunculkan respon yang lebih adaptif terhadap suatu situasi dengan menyesuaikan proses kognitif yang ada pada diri individu dan melakukan modifikasi perilaku.³⁴

7. Tahapan Penerapan Metode Kognitif-Behavioral

Berikut ini tahapan-tahapan yang dapat dilakukan saat menggunakan metode kognitif-behavioral. Westbrook, Kennerley & Kirk (2007) menyebutkan tentang tahap-tahap CBT yaitu:³⁵

a. Menemukan pikiran yang negatif

Pada tahapan ini peneliti akan memberikan pertanyaan-pertanyaan langsung kepada konseli, pertanyaan-pertanyaan yang diberikan bertujuan untuk mengetahui pikiran negatif yang ada di dalam diri konseli. Setelah menemukan atau mengetahui pikiran yang negatif pada diri konseli maka, peneliti sebagai konselor dapat memberikan pemahaman yang dapat merubah pikiran negatif yang dimiliki oleh konseli.

³⁴Afan Abdul Jabbar and others, 'Konseling Kelompok Menggunakan Pendekatan Cognitive Behavior Therapy (Cbt) Untuk Meningkatkan Kematangan Karir', *Jurnal Selaras : Kajian Bimbingan Dan Konseling Serta Psikologi Pendidikan*, 2.1 (2019), 35–46
<<https://doi.org/10.33541/sel.v2i1.1003>>.

³⁵Widiya Aris Radiani, 'Cognitive Behavior Therapy Untuk Penurunan Depresi Pada Orang Dengan Kehilangan Penglihatan', *Insight: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 18.1 (2017), 66
<<https://doi.org/10.26486/psikologi.v18i1.349>>.72.

b. Kontruksi pikiran otomatis

Kontruksi dalam kamus besar bahasa Indonesia berarti model atau letak suatu bangunan. Pada tahapan ini, seorang konselor yang telah mengetahui pikiran yang negatif pada konselinya dapat menolong konselinya untuk secara sadar dan mandiri dapat merubah pemikirannya secara otomatis melalui pemahaman-pemahaman yang diberikan oleh seorang konselor. Pemahaman-pemahaman yang diberikan semata-mata untuk menolong konseli dapat lebih sadar mengenal kekeliruan dalam pikirannya dan dengan demikian secara otomatis dapat mengubah pola pikirnya.

c. Relaksasi

Mengutip eprints.umm.ac.id, relaksasi adalah proses merilekskan otot-otot yang mengalami ketegangan atau mengendorkan otot-otot tubuh dan pikiran agar tercapai kondisi yang nyaman atau berada pada gelombang otak alfa-beta. Relaksasi merupakan metode efektif untuk mengurangi rasa nyeri pada klien atau konseli yang mengalami nyeri kronis. Manfaat relaksasi adalah menurunkan tingkat stress dan depresi, tekniknya bisa melalui meditasi atau yoga. Pada tahapan relaksasi, ada berbagai cara yang dapat dilakukan, dalam penelitian ini tahapan relaksasi yang akan diterapkan adalah dengan memberikan ruang kepada konseli untuk dapat mengeluarkan segala hal yang selama ini menjadi kendala dalam dirinya, juga memberi ruang kepada konseli untuk dapat

mengekspresikan dirinya dengan segala emosi yang dimiliki. Tahapan ini bertujuan agar konseli dapat dengan bebas dan tanpa tekanan menjalani pilihannya yang bernilai lebih positif dari pola pikir dan perilaku yang sebelumnya.

d. Memiliki keterampilan memecahkan masalah.

Dalam tahapan ini, konselor menolong konselinya untuk dapat mengidentifikasi masalah yang dihadapi, atau dengan kata lain menolong konseli untuk dapat mencermati dan mengamati hal-hal yang selama ini menjadi masalah dalam dirinya sehingga berberilaku yang negatif. Pada tahapan ini konselor memiliki peranan untuk menolong konseli untuk dapat mengetahui hal-hal apa saja yang menjadi sumber persoalan atau perilaku negatif yang dimiliki oleh konselinya. Jadi pada tahapan memiliki ketrampilan memecahkan masalah konselor membantu konseli untuk melihat faktor-faktor yang mempengaruhi tingkah laku pada masa kini dan menemukan apa yang mungkin dapat dilakukan untuk mengubah tingkah laku yang problematik.

e. Menetapkan tujuan

Pada tahapan akhir dari penarapan teori ini adalah menetapkan tujuan. Pada tahapan menetapkan tujuan, yaitu membantu konseli untuk menghilangkan perilaku menyimpang dan belajar tingkah laku yang lebih efektif. Membantu juga konseli untuk melihat faktor-faktor yang mempengaruhi tingkah laku pada masa kini dan menemukan apa yang

mungkin dapat dilakukan untuk mengubah tingkah laku yang problematic. Konseli memiliki peranan yang sangat penting, dalam menetapkan tujuan akan terlihat bagaimana adanya perubahan yang akan dialami oleh seorang konseli. Dalam tahapan ini akan dilihat bagaimana pilihan atau sikap yang bertolak belakang dari perilaku awal, yakni dari perilaku yang negatif menjadi positif. Dengan demikian konseli sendiri mempunyai peranan aktif untuk menentukan tujuan operasional konseling dan melakukan evaluasi apakah tujuan yang telah ditetapkan tercapai.

f. Latihan kognitif menggunakan imajinasi

Martin S. Hagger mengemukakan imajinasi (imagery) pencitraan/membayangkan adalah istilah umum yang digunakan psikolog untuk menggambarkan strategi dengan menggunakan imajinasi untuk meningkatkan motivasi seseorang melakukan tindakan yang mengarah pada pencapaian tujuan. Latihan imajinasi dapat dilakukan secara mandiri atau dipandu oleh konselor atau praktisi, dimana orang membayangkan atau memvisualisasikan bahwa ia berhasil melakukan perilaku tertentu atau membayangkan perasaan dan emosi yang dialami, ketika melakukan perilaku tertentu dan konsekuensinya.

Dalam tahapan latihan kognitif metode yang dilakukan adalah dengan menggunakan imajinasi. Seorang konseli diberikan ruang untuk berimajinasi mengenai tujuan yang telah ditetapkan. Konseli diarahkan

untuk berimajinasi untuk menemukan langkah-langkah yang akan dilakukan dan membayangkan atau memikirkan konsekuensi yang akan dihadapi. Latihan imajinasi dapat dilakukan dalam waktu, mungkin 5 menit, tetapi latihan imajinasi yang lebih lama dapat lebih efektif dan membuat imajinasi menjadi lebih berkesan dan jelas. Untuk 'pemula' latihan imajinasi bersama seorang fasilitator sangat disarankan, setidaknya individu memiliki imtruksi yang jelas tentang latihan imajinasi. Seorang Albert Einstein telah mengemukakan bahwa imajinasi merupakan hal yang luar biasa terdapat dalam diri manusia. Ia memandang imajinasi adalah diatas ilmu pengetahuan. Menurutnya karena ilmu pengetahuan yang dimiliki oleh manusia akan terbatas pada masa dan pemahaman manusia pada saat dimana ia hidup dan berkreasi, namun imajinasi yang dimiliki oleh manusia, manusia dapat membayangkan jauh kedepan bahkan berabad-abad setelah masanya. Manfaat kapasitas imajinasi sebagai salah satu cara untuk meningkatkan kemampuan seseorang dalam mencapai tujuan yang diharapkan. (270 pengembangan imajinasi kreatif berbasis neurosains dalam pembelajaran keagamaan islam, jurnal penelitian Pendidikan islam desmber 2019 oleh M. Suyadi.

Adapun berbagai kegiatan-kegiatan yang dapat dipraktekkan dalam latihan imajinasi pada tahapan ini, dalam hal pembelajaran keagamaan, yang dapat menstimulasi imajinasi kreatif dapat dilakukan dengan

bermain musik religi atau keagamaan, pembacaan kisah-kisah agung dari kitab suci, nyanyian-nyanyian spiritual atau rohani yang dapat membangkitkan inovasi baru atau kebangunan rohani, tari-tarian estetik, lukisan-lukisan unik, dan lain sebagainya yang dapat membangkitkan nilai-nilai yang terkandung dalam agama dan tersimpan dalam memori jangka panjang sehingga menghasilkan kreatifitas dan mamfaat dimasa yang akan datang, dimana proses imajinasi kreatif tersebut akan diinkubasi sehingga dapat dirasionalkan dan direalisasikan dalam bentuk inovasi-inovasi.

g. Latihan untuk mengubah perilaku terhadap objek.

Pada tahapan ini, konseli akan berusaha untuk mengubah perilakunya terhadap sesuatu yang selama ini menjadi kendala dalam dirinya yang menjadi objek dari perilaku yang negatif. Pendekatan ini mengakui pentingnya kognisi individu terhadap perilakunya. Sehingga terapi ini berfokus untuk mengubah kognitif subjek terlebih dahulu lalu mengubah perilaku yang bermasalah. Sehingga dengan tahapan ini konseli sudah memiliki pemikiran yang positif dan dengan demikian dapat merubah perilaku hidupnya yang menyimpang, keliru, maupun yang bersifat negatif.

Dalam ilmu psikologi pada buku yang berjudul “Macam-Macam Tingkah Laku Dalam Psikologi” dikatakan jenis tingkah laku secara umum pada manusia dapat dibagi dalam beberapa macam antara lain:

tingkah laku tertutup, tingkah laku terbuka, tingkah laku reflektif, tingkah laku non reflektif, tingkah laku kognitif dan psikomotorik.

Untuk mempermudah perubahan perilaku hal yang bisa dilakukan seperti dilansir dari Healthline adalah sebagai berikut: Pertama, memotivasi, motivasi adalah dorongan yang diberikan kepada orang lain agar seseorang melakukan sesuatu, baik dalam bekerja, belajar, dan dalam berbagai hal yang positif. Secara umum tujuan motivasi adalah untuk menggerakkan atau menggugah seseorang agar secara sadar dan sengaja timbul keinginan dan kemampuannya untuk melakukan sesuatu sehingga dapat memperoleh hasil dan mencapai tujuan yang diinginkan. Kedua visualisasi, dalam KBBI visualisasi adalah pengungkapan suatu gagasan atau perasaan dengan menggunakan bentuk gambar, tulisan (kata dan angka), peta. Tujuan visualisasi adalah untuk memahami informasi yang kompleks dan besar dengan cara lebih mudah dipahami dan menarik. Ketiga, dapatkan umpan balik dan dukungan positif. Menurut Bonaraja Purba, dkk dalam buku ilmu komunikasi: Sebuah Pengantar (2020). Umpan balik adalah informasi yang diterima sebagai bentuk respon terhadap pesan yang telah dikirimkan sebelumnya. Respon positif adalah sebuah respon yang dilakukan oleh seorang komunikator yang menandakan dirinya mengerti dan mau membantu untuk bekerja sama dengan komunikator dalam suatu topik tertentu. Tujuan umpan balik pada umumnya adalah menciptakan komunikasi

dua arah dengan baik. Keempat, usaha (kemampuan). Kemampuan kognitif adalah keterampilan berbasis otak yang diperlukan untuk melakukan tugas apapun dari yang sederhana hingga yang paling kompleks. Kelima terapi, terapi perilaku atau biasa disebut behavioral therapy adalah prosedur pengobatan yang berfokus pada perubahan perilaku, pikiran dan perasaan negatif. Pada umumnya tujuan terapi behavioral adalah untuk menciptakan kondisi-kondisi baru bagi proses belajar dengan dasar bahwa segenap tingkah laku itu dipelajari, termasuk tingkah laku yang maladaptik. Perubahan perilaku merupakan sebuah respon atau reaksi seseorang terhadap stimulasi (rangsangan dari luar). Teori ini didasarkan pada asumsi bahwa penyebab terjadinya perubahan perilaku tergantung kepada kualitas rangsang (stimulus), yang berkomunikasi dengan organisme. Menurut Gibson, dkk. (1982, 1989), sikap adalah faktor yang sangat menentukan dalam pembentukan perilaku, sebab sikap berhubungan dengan persepsi, kepribadian, belajar dan motivasi. Perilaku merupakan seperangkat perbuatan atau tindakan seseorang dalam melakukan respon terhadap sesuatu dan kemudian dijadikan kebiasaan karena adanya nilai yang diyakini.

C. Ibadah

1. Pengertian Ibadah

Kata ibadah dalam bahasa Inggris “worship” berasal dari istilah Anglo-Saxon “weorthscipe” – “worth” dan “ship” – berarti seseorang yang layak untuk menerima pujian dan hormat. Saat kita beribadah, kita sedang memproklamirkan kelayakan Allah. Kata Ibrani dalam Perjanjian Lama yang diterjemahkan “worship” adalah “shachah”, yang berarti “sujud menyembah”, artinya sikap hormat, dan merendahkan diri dari tubuh maupun pikiran seseorang. Kata Yunani dalam Perjanjian Baru yang sering diterjemahkan sebagai ibadah adalah “proskuneo” yang artinya secara literal adalah “mencium tangan” atau “merendahkan diri” terhadap orang lain karena hormat. Yesus menggunakan kata ini saat ia berkata kepada seorang perempuan di Sikhar, “Allah itu Roh, dan barangsiapa menyembah Dia haruslah menyembah dalam roh dan kebenaran” (Yohanes 4:24). Kata “ibadahmu yang sejati” dalam Roma 12:1 menggunakan istilah “latreia” yang berarti pelayanan atau tugas/kewajiban.³⁶

Ibadah ialah hal yang prinsip dalam kehidupan orang Kristen. Ibadah artinya ungkapan iman orang percaya pada bentuk ritual dan liturgi. Tetapi ibadah juga bisa diekspresikan dalam banyak hal. Alkitab

³⁶Debora Nugrahenny Christimoty, ‘Teologi Ibadah Dan Kualitas Penyelenggaraan Ibadah: Sebuah Pengantar’, *PASCA: Jurnal Teologi Dan Pendidikan Agama Kristen*, 15.1 (2019), 1–7 <<https://doi.org/10.46494/psc.v15i1.62>>.

banyak mengajarkan tentang bagaimana seharusnya ibadah dilakukan, selain aktivitas liturgi yang dilakukan di dalam gereja.³⁷

Ada beberapa kata ibadah yang umum digunakan dalam Perjanjian Lama, yakni *avodah* atau *abodah* (akar kata *abad*) artinya mengabdikan yang pertama kali secara operasional tercantum dalam Kej 2:15 untuk menerangkan tentang penempatan Adam di Taman Eden yang diberi tugas untuk mengusahakan dan memelihara taman itu. Kata *avad* bersinonim dengan kata bekerja atau mengerjakan dimana awalnya lebih menunjuk kepada arti profan pilitis daripada kultis sehingga bekerja dimaknai sebagai wujud bagi pelaksanaan ibadah kepada Allah.³⁸

Kauflin mengatakan bahwa ibadah dimulai dan diakhiri dengan Allah, ibadah adalah tentang Allah, ibadah adalah bagi Allah. Allah menghendaki kita menyembah Dia karena kesempurnaan-Nya membuat diri-Nya satu-satunya yang pantas disembah. Kalau kita dapat beribadah kepada Allah dan menyembah Dia, hal ini merupakan kasih karunia-Nya kepada kita. Ibadah yang Alkitabiah adalah ibadah yang berfokus pada Allah (Allah jelas terlihat), berpusat pada Allah (Allah jelas menjadi prioritas), dan mengagungkan Allah (Allah jelas dihormati).³⁹

³⁷Sabariah Zega, 'Refleksi Teologis Tentang Makna Ibadah Yang Sejati', *Voice of HAMI: Jurnal Teologi Dan Pendidikan Agama Kristen*, 3.1 (2020), 28–38.

³⁸Tomson Lumban Tobing Mariani Harmadi, 'Dinamika Ibadah Dalam Kehidupan Umat Allah Hingga Gereja Masa Kini', 2021..261.

³⁹Christimoty.

Ibadah yang mengakomodasi kultur-popular tersebut sering disebut dengan ibadah variatif atau ibadah alternatif (istilah ini seringkali dipakai oleh gereja-gereja tradisional ketika melaksanakan ibadah yang berada di luar kebiasaan mereka) atau biasa juga disebut dengan istilah ibadah kontemporer. Aspek-aspek kontemporer yang biasa digunakan antara lain adalah musik, busana, bahasa, teknologi media visual dan arsitektur dari bagian gereja yang letaknya di dekat altar.⁴⁰

Pengertian ibadah dalam Perjanjian Baru (PB) menurut Reimer bahwa kata ibadah (atau ibadat) adalah istilah untuk menyebut suatu perbuatan yang menyatakan bakti kepada Allah, yang didasari oleh ketaatan melakukan Firman Tuhan. Kata *leiturgia* berasal dari kata kerja *leiturgo*, artinya melayani, melaksanakan tugas dan memegang jabatan. Secara harafiah kata *leiturgia* berasal dari dua kata Yunani, yakni *leitōs* yang berarti rakyat, umat; kata *ergon* yang berarti pekerjaan, perbuatan, tugas. Jadi *leiturgia* dapat diartikan melakukan suatu pekerjaan untuk rakyat. Abineno mengatakan bahwa yang dikutip Reimer, ibadah yang biasanya digunakan dalam PB bahasa Indonesia, adalah terjemahan tiga istilah Yunani, sebagai berikut: leiturgi (Kis 13:2). Beribadah kepada Allah; latreia (Rm 12:1)... mempersembahkan seluruh tubuh: threskeia (Yak 1)... pelayanan kepada orang yang dalam kesusahan. Oleh sebab itu

⁴⁰Firman Panjaitan and Marthin Steven Lumingkewas, 'Ibadah Jemaat Kristen Kontemporer Abad 21 Dan Tinjauan Kritis-Liturgis', *Fidei: Jurnal Teologi Sistematis Dan Praktika*, 2.1 (2019).

seluruh istilah ini menunjuk kepada aktifitas manusia. Dengan kata lain, pengertian ibadah PB merujuk kepada aktifitas ibadah manusia sebagai respons terhadap karya keselamatan Kristus, yang merupakan penggenapan ibadah dalam Perjanjian Lama.⁴¹

Ibadah di dalam kehidupan orang Kristen sangat penting karena ibadah itu sebagai nafas hidup orang percaya. Salah satu faktor pertumbuhan rohani adalah mengenal hakekat ibadah yang benar, sejati dan yang berkenan di hadapan Allah

D. Hakikat Kaum Bapak

1. Sejarah Persekutuan Kaum Bapak Gereja Toraja (PKBGT).

Persekutuan Kaum Bapak Gereja Toraja adalah wadah pembinaan, pelayanan dan persekutuan bapak/laki-laki Gereja Toraja dalam jemaat.⁴²

Persekutuan Kaum Bapak Gereja Toraja (PKBGT) merupakan salah satu organisasi dalam Gereja Toraja. Persekutuan Kaum Bapak Gereja Toraja pun merupakan bagian integral dari Gereja Toraja yang dipanggil dan diutus ke dalam dunia untuk memberitakan penyelamatan dari Allah di dalam Yesus Kristus, memuliakan Dia serta menjadi berkat bagi dunia. Kehadiran kaum bapak dalam gereja Toraja sebagai bagian dari keluarga Allah sehingga memiliki tanggung jawab dalam

⁴¹FERDINAN S. MANAFE, 'Ibadah Perjanjian Baru', 1.1 (2012), 87-102.

⁴²Panjaitan and Lumingkewas.

mewujudkan fungsi keimanannya baik dalam keluarga, jemaat dan masyarakat. Persekutuan Kaum Bapak Gereja Toraja (PKBGT) didirikan dan ditetapkan pada tanggal 31 oktober 2008 untuk melakukan tugas pelayanan dan kesaksian gereja melalui kaum bapak berdasar pada Firman Allah.⁴³

2. Peranan Kaum Bapak

Kaum bapak merupakan salah satu teladan penting dalam kehidupan beriman oleh anak-anak, keluarga maupun bersaksi di tengah masyarakat. Tuhan Yesus bertujuan membentuk kelompok kaum bapak agar mereka dapat menghidupkan nilai, pengajaran, perbuatan dan karya-karya pembebasan-Nya.⁴⁴

Bapak-bapak merupakan kepala keluarga, imam dalam keluarga dan juga bertanggung jawab terhadap keberlangsungan kehidupan keluarga, maka bapak-bapaklah merupakan garda terdepan dalam sebuah keluarga. Untuk itu, bapak-bapak menempati posisi strategis dalam pengambilan keputusan baik dalam kehidupan bergereja maupun dalam kehidupan bermasyarakat.

Kaum bapak ini yang paling susah, bahkan disemua daerah kehadiran kaum bapak untuk beribadah di gereja sangat sedikit. Kaum bapak hanya sedikit lebih menonjol dikegiatan adat Batak, bahkan itu

⁴³ Tata Kerja Persekutuan KaumBapak Gereja Toraja (BPS Gereja Toraja, n.d.).

⁴⁴ Ebenhaizer I Nuban Timo, Ebenhaizer I Nuban Timo (Salatiga: UKSW, 2019), 5.

pun sudah mulai berkurang. Bahkan dikegiatan adat pun kaum ibu sudah lebih di depan, permasalahannya kaum bapak masih mempertahankan identitasnya sebagai kepala keluarga, namun dalam segi kemampuan sebenarnya dapat dikatakan tidak mampu lagi. Demikian juga di gereja, kehadiran kaum bapak sudah sangat minim untuk beribadah ke gereja, bahkan di daerah lain yang saya perhatikan, kehadiran kaum bapak untuk beribadah pada hari Minggu di gereja sudah sangat minim.⁴⁵

Melihat peran anggota dalam sebuah persekutuan jemaat, maka kaum pria belum terlalu banyak ditampilkan padahal potensinya dalam pertumbuhan jemaat sangatlah besar. Namun, realita kehadiran dan partisipasi kaum bapak dalam keseluruhan pelayanan gereja dirasakan sangat minim bila di bandingkan dengan jumlah kaum bapak dalam satu gereja.⁴⁶ Dalam jurnal teologi dan pendidikan Kristen mengatakan bahwa kehadiran kaum bapak setiap minggu hanya rata-rata 40% dan hanya aktif saat hari-hari raya gerejawi, terutama suasana Natal dan tahun baru. Ada begitu banyak opini yang mengatakan kaum bapak tidak aktif di Gereja karena gereja tidak lagi menarik.⁴⁷ Alkitab sendiri memberikan gambaran yang jelas bahwa sejak semula kaum bapaklah yang punya peran besar. Tidak hanya itu, dalam rumah tangga,

⁴⁵Lumbantobing.

⁴⁶ Ibid, 5

⁴⁷ Riris Johanna Siagian dkk, Jurnal Teologi Pendidikan, Medan:Bonafide, 2020, hlm. 125-

masyarakat bahkan dalam pemerintahan sekalipun peranan kaum bapak menduduki tempat yang cukup besar. Adapun potensi kaum bapak dalam jemaat dapat dilihat sebagai berikut:

a. Potensi Hubungan Keluar (Extern)

Kaum bapak memiliki potensi ini karena tugas kerja kesehariannya diluar rumah, di tengah-tengah masyarakat maka secara otomatis kaum bapak bisa membangun relasi dengan banyak orang dari berbagai golongan. Seseorang melalui proses interaksinya dengan dunia luar bisa belajar sesuatu sebagai cara untuk mengatasi dan menghadapi suatu masalah.⁴⁸ Hubungan-hubungan yang telah tercipta itu tidak selamanya terbangun dengan harmonis tetapi hal semacam itu berada di luar nalar kewajaran dan oleh sebab itu harus menunjukkan bahwa pembinaan khusus terhadap kaum bapak itu perlu.

b. Potensi Keterampilan dan Pengalaman

Sebagai ketua dan pelindung famili, kaum bapak sudah dilengkapi dengan naluri alamiah oleh yang kuasa buat mengupayakan diri lebih bisa dan lebih berpengalaman termasuk upaya memiliki pendidikan yang baik serta memadai. Sejarah dan keidupan sehari-hari di dunia menjadi saksi kebenaran ini sebab keterampilan serta pengalaman yang dimilikinya maka kaum pria

⁴⁸Singgih D. Gunarsa, *Konseling Dan Psikoterapi* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2002), p. 24.

mampu memainkan peranan krusial pada aneka macam sektor.⁴⁹ Kaum bapak dihormati, menjadi panutan dan dijadikan gantungan nasib banyak orang mereka bisa membentuk terobosan-terobosan untuk menembus benteng-benteng penghalang pelaksanaan secara sukses tugas mereka.

Selain untuk membangun iman karena iman bertumbuh bersama dalam persekutuan, dan juga selain mempererat hubungan dengan Tuhan juga hubungan dengan anggota tubuh Kristus secara emosional. Tapi karena ini harus pakai catatan kaki bisa kamu lihat di jurnal apa manfaat dan pentingnya mengikuti ibadah persekutuan.⁵⁰

c. Potensi Kepemimpinan

Pentingnya peran kepemimpinan dalam pertumbuhan gereja serta jemaat dibuktikan pada seni manajemen kerja Tuhan Yesus. Jauh sebelum dia menggulirkan forum jemaat-Nya beliau lebih dahulu menyiapkan beberapa lapis kepemimpinan; kelompok 12, gerombolan 70, kelompok 120 dan kelompok 500 orang percaya. Kaum bapak wajib tampil menjadi orang-orang yg kreatif dan mampu membantu gereja menciptakan inovasi-penemuan pada pelayanan. Roh kudus menuntun sehingga ada 4 kitab dalam Perjanjian Baru yang mencatat semua proses pembelajaran yang Yesus terapkan dalam menyiapkan

⁴⁹Rick Werren, *Pertumbuhan Gereja Masa Kini Yang Mempunyai Visi Dan Tujuan* (Malang: Gandum Mas, 2000), p. 21.

⁵⁰ Yakub Hendrawan Perangin Angi, dkk, *Jurnal Teologi dan Pendidikan Kristiani, Shamayim: Copyrigt, 2021, hlm.157.*

kader pemimpin, ada 1 kitab yang mencatat sejarah sepak terjang, baik tantangan-tantangan juga keberhasilan-keberhasilan para kader terdidik.

d. Potensi Psikologis

Atas penentuan ilahi, maka kaum laki-laki lebih mudah didengar, diterima serta diikuti orang lain. Sulit membayangkan dampak positif yang didapatkan jika jemaat “mengutus” kaum laki-laki yang dibina secara khusus dan baik, ke dalam masyarakat. Walaupun iblis akan “menempatkan” lebih banyak kaum laki-laki miliknya ke pada lingkungan yang sama namun walaupun hanya satu lilin kecil dari kehidupan kaum laki-laki jemaat, yang menyalah menggunakan baik, telah relatif untuk mengusir kegelapan dari kehidupan setiap orang yg hatinya “ditarik” sang Bapa yg di sorga.⁵¹

Dalam rangka mewujudkan tujuan, kegiatan Persekutuan Kaum Bapak Gereja Toraja, adalah melaksanakan, ibadah, melaksanakan pembinaan dan pengembangan potensi, melaksanakan pelayanan sosial, membangun komunikasi dan bekerjasama dengan semua pihak, berperan aktif dalam kehidupan berbangsa dan bernegara. Membangun organisasikaum bapak di gereja, setiap pemimpin harus memikirkan metode dan bentuk pelayanan yang efektif bagi kaum bapak agar mampu membawa mereka menjadi

⁵¹Werren.

kepala keluarga yang baik. Sebab tanggung jawab mereka sangat besar seperti: bisa menafkai, melindungi dan menciptakan komunikasi yang harmonis terutama membawa keluarga bertumbuh dalam iman yang benar.⁵² Kita dapat melakukan pendampingan pastoral bagi kaum bapak yang jarang beribadah ke gereja melalui kebutuhannya. Contohnya, ketika anaknya perlu dibaptis di gereja. Kita dapat menegur mereka, mengajari mereka, mengingatkan mereka, tetapi dengan percakapan yang santai. Kita mencari tau apa yang menjadi alasan tidak beribadah ke gereja selama ini. Ketika dia memiliki kebutuhan dari gereja, maka dia akan datang dengan sendirinya. Ketika dia datang karena kebutuhannya, pada saat itu juga dapat melakukan pendampingan pastoral kepada dia. Ketika mereka membutuhkan sesuatu dari gereja, itu menjadi jalan masuk untuk melakukan pendampingan pastoral kepadanya. Ketika itulah dapat diterapkan metode pendampingan kognitif behaviorial, melalui pertemuan yang tidak terlalu formal dilakukan pendidikan, pembelajaran, penguatan terhadap rangsangan yang sesuai dengan arah perubahan yang diharapkan.⁵³

⁵²Jurnal Agape:Agama, Pendidikan, Teologi, 2019, hlm. 242-243.

⁵³Lumbantobing.

3. Landasan Teologis Tentang Kaum Bapak

Orang Kristen adalah bagian dari tubuh Kristus yang hidup dan kepala dari setiap rumah tangga adalah kaum laki-laki atau bapak. Seperti dalam Efesus 5 dijelaskan tentang peran laki-laki dalam rumah tangga yang harus mengasihi istrinya dan mempunyai tugas membimbing keluarganya untuk hidup sesuai dengan kehendak Tuhan.⁵⁴ Oleh karena itu, kaum bapak tidak punya pilihan lain selain asal menghidupi panggilan kiprahnya secara benar serta aporisma, sesuai fungsi dimana Kristus telah ditetapkan. Asal hal itu, maka pertumbuhan gereja akan menjadi satu dinamika yang terus berjaya menembus masa disepanjang masa.⁵⁵ Dengan demikian, maka seorang bapak harus mampu membimbing keluarganya untuk hidup dalam kehendak Tuhan bahkan menjadi garda terdepan dalam membawa keluarga itu aktif dalam persekutuan yang diselenggarakan jemaat. Sebagai seorang iman, kaum bapak hendaknya mampu menjadi teladan dalam kehidupan iman baik baik istri, maupun anak-anak bahkan di tengah masyarakat sekalipun. Dalam 1 Korintus 11:3, Rasul Paulus menjelaskan bahwa kepala dari perempuan adalah laki-laki dan kepala dari laki-laki adalah Kristus. Itu berarti bahwa sebagai kaum bapak maka hendaknya dirinya mampu mempertanggung jawabkan perbuatannya, bukan hanya kepada

⁵⁴William Barclay, *Pemahaman Alkitab Setiap Hari: Surat Galatia Dan Surat Efesus* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2008).92.

⁵⁵"Pertumbuhan-Gereja" (2019), <http://mpgpps.org/index.php?pg=view-artikel-rohani&artikel=12-peran-kaum-laki-laki-> (diakses tanggal 17 April 2022).

dirinya sendiri tetapi kepada Kristus yang memberikan jabatan itu. Dengan demikian maka jelaslah bahwa kaum bapak harus tunduk pada perintah Yesus Kristus. Jadi seorang laki-laki harus mampu meneladani dan mengikuti perintah Tuhan.

Dalam kitab Amsal 4:1 menjelaskan bahwa seorang ayah harus mendidik anak-anaknya dan tidak boleh meninggalkan tanggung jawab itu sesibuk apapun dirinya, sebab ayah adalah wakil Tuhan dalam sebuah keluarga. Tingkah seorang ayah akan menjadi perhatian seorang anak, jadi apabila seorang anak memiliki konsep yang salah tentang ayahnya maka secara tidak langsung itu akan membentuk pribadi dan pola pikir mereka bahkan dikemudian hari akan meniru perbuatan ayahnya. Kendala yang paling terbesar dalam pelayanan kaum bapak berdasarkan jurnal ilmiah wahana pendidikan, bahwa kurangnya pemimpin memberi perhatian dan bersosialisasi dengan anggotanya sehingga anggota menjadi malas ikut persekutuan ibadah. Pemimpin harus menjadi teladan dan mampu memberi motivasi agar anggota menjadi giat dalam persekutuan ibadah.⁵⁶

⁵⁶ Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan, Setiawan Majusip, Manado:JIWP, 2021, hlm.381-382.