LANDASAN TEORI

1. Tunanetra
2. Definisi Tunanetra

Tunanetra berasal dari kata "tuna" yang berarti rusak atau cacat, dan kata "netra" yang berarti mata atau alat penglihatan.[[1]](#footnote-2) Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa tunanetra adalah sebuah kerusakan yang terjadi pada mata. Adapun pengertian dari tunanetra merupakan suatu kondisi tidak berfungsinya indra penglihatan pada seseorang secara sebagian atau secara keseluruhan.[[2]](#footnote-3) Pada umumnya, kondisi seperti ini memerlukan tindakan yang tepat agar gangguan penglihatan tidak menjadi hambatan bagi perkembangan fisik dan psikisnya. Tunanetra dapat dikelompokkan menjadi dua, yaitu:[[3]](#footnote-4)

1. Buta, yaitu suatu kondisi yang sama sekali tidak dapat menerima rangsangan cahaya dari luar.
2. Low vision, suatu kondisi yang masih dapat menerima rangsangan cahaya dari luar, hanya mampu membaca headline koran dengan ketajaman lebih dari 6/21.

Berdasarkan uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa tunanetra merupakan suatu kondisi dimana seseorang mengalami kerusakan pada indera penglihatan, baik itu sebagian maupun secara keseluruhan. Tunanetra ini dapat dibagi menjadi dua yaitu buta total dan low vision atau masih ada sisa penglihatan.

1. Ciri-ciri Tunanetra

Karakteristik atau ciri-ciri yang menonjol dari anak tunanetra adalah:[[4]](#footnote-5)

1. Tidak mampu melihat
2. Tidak mampu mengenali orang pada jarak 6 meter karena kerusakan pada kedua bola mata
3. Sering meraba-raba/tersandung waktu berjalan
4. Mengalami kesulitan mengambil benda kecil di dekatnya
5. Kemampuan motoriknya mengalami gangguan[[5]](#footnote-6)
6. Dapat berbicara tetapi tidak dapat melihat

Berdasarkan uraian ciri-ciri tersebut dapat disimpulkan bahwa orang dengan tunanetra itu tidak bisa melihat, tidak mampu mengenali orang dengan jarak 6 meter, sering meraba-raba, mengalami kesulitan dalam hal mengambil benda kecil, mengalami

gangguan pada kemampuan motoriknya, dan dapat berbicara namun tidak dapat melihat.

1. Dampak Sosial Tunanetra

Kelainan penglihatan atau ketunanetraan menimbulkan dampak langsung dan dampak tidak langsung pada penyandangnya. Dampak langsung, berupa keterbatasan yang terjadi pada individu karena mengalami kelainan penglihatan seperti kesulitan dalam melihat. Dampak tidak langsung yaitu berupa reaksi penyandang tunanetra sendiri pada kelainan penglihatannya seperti: minder, merasa tidak berdaya, putus asa, dan lain-lain.[[6]](#footnote-7) Secara umum, hal tersebut merupakan dampak yang paling menonjol pada penyandang tunanetra.

Disamping itu, kelainan penglihatan atau tunanetra juga seringkali menimbulkan dampak sosial bagi penyandangnya. Dampak sosial tersebut nampak pada sikap dan reaksi lingkungan (keluarga) dan lingkungan luas (masyarakat) terhadap individu yang mengalami tunanetra.[[7]](#footnote-8) Akibat dari dampak sosial tersebut, seringkali penyandang tunanetra menjadi pribadi yang tertutup, tidak mau membuka diri, bahkan sangat membatasi diri untuk bersosialisasi dengan orang lain.

Dampak sosial lainnya yang dapat timbul pada penyandang

tunanetra ialah ketika menginjak usia prasekolah dan mulai berinteraksi

dengan teman sebayanya. Arena utama untuk interaksi sosial bagi anak adalah kegiatan bermain.[[8]](#footnote-9) Agar efektif dalam interkasi sosial, anak perlu memiliki keterampilan-keterampilan tertentu, termasuk kemampuan untuk membaca dan menafsirkan sinyal sosial dari orang lain dan untuk bertindak dengan tepat dalam merespon sinyal tersebut. Tanpa sebuah keterampilan yang baik, penyandang tunanetra sering kehilangan kesempatan untuk berinteraksi dan menjadi terpencil dalam kelompoknya.

Jadi, dapat disimpulkan bahwa tunanetra dapat menimbulkan dampak dalam kehidupan sosial seseorang, baik dampak secara langsung maupun dampak yang tidak langsung. Dampak secara langsung tersebut berupa kelainan penglihatan atau minimnya penglihatan penyandangnya, sedangkan dampak tidak langsung dapat berupa minder, merasa tidak berdaya, putus asa, dan lain-lain. Tidak dapat dipungkiri bahwa hal ini akan menjadi penyebab menurunnya keterampilan interpersonal bagi penyandang tunanetra.

1. Keterampilan Interpersonal
2. Definisi Keterampilan Interpersonal

Keterampilan interpersonal adalah keterampilan hid up yang kita gunakan setiap hari untuk berkomunikasi dan berinteraksi dengan orang

lain, baik secara individu maupun secara kelompok.[[9]](#footnote-10) Keterampilan interpersonal juga dapat diartikan sebagai kemampuan seseorang untuk mengenal, menghadapi, dan berkomunikasi dengan pihak.[[10]](#footnote-11) Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa keterampilan interpersonal berpusat pada membangun hubungan, mengenali, berinteraksi atau berkomunikasi secara positif dengan orang lain, memiliki empati, dan mampu mendengarkan dengan baik ketika orang lain sedang berbicara. Keterampilan interpersonal menjadi salah satu soft skills yang paling dibutuhkan dalam menjalani kehidupan sebagai makhluk sosial.

Adapun pengertian lain dari keterampilan interpersonal yaitu pertama, keterampilan interpersonal adalah kemampuan individu untuk berinteraksi dengan orang lain secara efektif.[[11]](#footnote-12) Kedua, keterampilan interpersonal adalah keterampilan yang menyangkut kepekaan sosial, membangun hubungan, bekerja sama dengan orang lain, mendengarkan, dan komunikasi. [[12]](#footnote-13) Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa keterampilan interpersonal adalah kemampuan individu berinteraksi dengan orang lain untuk membangun hubungan demi terciptanya kerja sama yang baik dengan orang lain, dan di dalamnya dibutuhkan kemampuan untuk berkomunikasi serta mendengarkan.

Manusia sebagai pribadi adalah berhakikat sosial. Artinya, manusia akan senantiasa dan selalu berhubungan dengan orang lain,[[13]](#footnote-14) sehingga di dalamnya dibutuhkan keterampilan sosial untuk menjalin relasi yang baik dengan orang lain. Seseorang yang gagal dalam mengembangkan keterampilan interpersonalnya akan mengalami kesulitan dalam berbagai aspek kehidupannya, terutama pada aspek sosialnya. [[14]](#footnote-15) Dengan keterampilan interpersonal, seseorang mampu bersikap toleran, memiliki empati, dan menghargai orang lain. Namun bukan hanya itu saja, cara kita menyampaikan dan menerima saran dan kritik dari orang lain pun dipengaruhi oleh keterampilan interpersonal yang kita miliki. Melalui keterampilan interpersonal pun dapat mendorong timbulnya rasa saling pengertian, saling menghargai dan saling mengembangkan hubungan interpersonal yang berkualitas.[[15]](#footnote-16)

Dapat disimpulkan bahwa manusia sebagai makhluk sosial pada hakekatnya akan senantiasa dan selalu berhubungan bahkan membutuhkan orang lain. Memenuhi hal tersebut manusia membutuhkan keterampilan interpersonal agar relasi bahkan kerja sama dengan orang lain dapat teijalin dengan baik. Keterampilan interpersonal merupakan keterampilan hidup yang digunakan seseorang untuk berinteraksi dengan orang lain.

1. Ciri-Ciri Keterampilan Interpersonal

Adapun yang menjadi ciri-ciri orang dengan keterampilan interpersonal adalah sebagai berikut:[[16]](#footnote-17)

1. Mampu bekerja secara mandiri.
2. Berkembang dan hidup dengan sistem dan nilai yang etis.
3. Menyadari kondisi fluktuasi emosinya
4. Memiliki motivasi untuk mengidentifikasikan dan menyalurkan tujuan-tujuannya.
5. Mampu menemukan cara dan pelampiasan untuk mengekspresikan perasaan-perasaan dan pemikirannya.
6. Mengembangkan model diri yang kuat.
7. Mampu mengatur kehidupan yang sedang dilaluinya ,dan mengatur pertumbuhan pribadinya.
8. Memiliki kemampuan untuk mengelola konflik.[[17]](#footnote-18)

Dari uraian ciri-ciri orang dengan keterampilan interpersonal

di atas dapat disimpulkan bahwa orang dengan keterampilan

interpersonal memiliki ciri-ciri seperti menyadari kondisi fluktuasi emosinya, mampu menemukan cara dan pelampiasan untuk mengekspresikan perasaan-perasaan dan pemikirannya, memiliki motivasi untuk mengidentifikasikan dan menyalurkan tujuan- tujuannya, mampu bekerja secara mandiri, memiliki rasa ingin tahu yang tinggi, mampu mengatur kehidupannya di segala aspek kehidupan, memiliki kemampuan untuk mengelola konflik, dan lain sebagainya.

1. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Keterampilan Komunikasi Interpersonal

Adapun beberapa faktor yang mempengaruhi keterampilan komunikasi interpersonal, antara lain:

1. Pengiriman dan penerimaan pesan

Dalam proses komunikasi, terdapat proses mengirim dan menerima pesan. Agar komunikasi berjalan lancar, maka individu hams mampu menerjemahkan kembah pesan-pesan yang dikirimkan menjadi ide-ide. Kegagalan komunikasi terjadi ketika pesan-pesan tidak dapat diterima atau diterjemahkan oleh penerima pesan.

1. Kompetensi

Kompetensi interpersonal diperlukan dalam proses komunikasi yang bersifat timbal balik. Kompetensi interpersonal adalah kemampuan penyesuaian diri dalam berkomunikasi berdasarkan pada konteks interaksi dan berdasarkan pada konteks orang yang menjadi teman berkomunikasi.

1. Konteks

Konteks memberi pengaruh pada bentuk dan isi komunikasi. Konteks komunikasi sekurangnya memiliki empat dimensi, yaitu dimensi fisik, temporal, sosial psikologis, dan budaya.

1. Etika

Etika komunikasi adalah kriteria penilaian baik-buruk berkenaan dengan dengan suatu tindakan komunikasi. Dalam komuniaksi interpersonal, yang merupakan perwujudan hubungan antar manusia, mensyaratkan dihormatinya prinsip-prinsip yang terkandung dalam etika komunikasi. Etika komunikasi bergantung pada filsafat hidup dan nilai-nilai yang dimiliki individu, selain itu unsur-unsur umum dapat dijadikan patokan etika dalam berkomunikasi. Unsur-unsur tersebut dapat berupa kemampuan penyesuaian diri yang dilakukan oleh pihak-pihak yang berkomunikasi berdasarkan konteks interaksi dan lawan bicara.[[18]](#footnote-19)

1. Strategi Meningkatkan Keterampilan Interpersonal

Beberapa cara yang dapat dilakukan dalam meningkatkan

keterampilan interpersonal, yaitu:

1. Kemampuan Problem Solving

Problem Solving atau penyelesaian masalah merupakan suatu proses pemikiran yang cukup panjang dengan tujuan untuk memecahkan suatu masalah sehingga menemukan jalan keluar dari kondisi yang tidak diinginkan ke arah tujuan yang Login dicapai.[[19]](#footnote-20)

1. Kuasai Skill Komunikasi/Kemampuan Berkomunikasi

Komunikasi merupakan hal yang penting, bahkan sangat penting dalam kehidupan manusia.[[20]](#footnote-21) Oleh karena itu manusia perlu memiliki keterampilan komunikasi dalam menjalin relasi dengan orang lain, karena sejatinya manusia adalah membutuhkan orang lain, dalamnya itu tercipta sebuah relasi. Dengan keterampilan ini akan menentukan bagaimana seseorang menyampaikan pesan dengan efektif tanpa menimbulkan konflik.

1. Bersosialisai

Bersosialisasi merupakan salah satu hal yang sangat penting untuk dilakukan oleh setiap orang.[[21]](#footnote-22) Seseorang dapat meningkatkan keterampilan sosial dengan cara mencari tahu apa yang sedang terjadi di kehidupan masyarakat luas, untuk memenuhi hal tersebut bersosialisasi dibutuhkan didalamnya.

1. Jangan Hanya Protes

Secara umum, protes adalah suatu hal yang negatif, karena protes merupakan pelemparan masalah dari satu pihak ke pihak lainnya. Hal ini perlu dihindari dalam meningkatkan keterampilan interpersonal agar feedback dari pihak lain tidak menimbulkan konflik.[[22]](#footnote-23)

Dari uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa untuk meningkatkan keterampilan interpersonal, ada beberapa cara yang dapat digunakan seperti menguasai skill komunikasi, memiliki kemampuan problem solving, sedapat mungkin bersosialisasi dengan orang lain, dan jangan hanya protes karena protes merupakan pelemparan masalah dari satu pihak ke pihak lainnya dan itu bersifat negatif.

1. Konseling Pastoral
2. Definisi Konseling Pastoral

Konseling adalah hubungan pribadi yang dilakukan secara tatap muka antara dua orang dalam mana konselor melalui hubungan itu dengan kemampuan-kemampuan khusus yang dimilikinya, menyediakan situasi belajar.[[23]](#footnote-24)Konseling mengandung arti membimbing, mendampingi, menuntun, dan mengarahkan.[[24]](#footnote-25)

Pastoral adalah kegiatan yang dilakukan untuk mencari dan mengunjungi anggota jemaat satu-persatu terutama yang sedang bergumul dengan persoalan-persoalan yang menghimpitnya.[[25]](#footnote-26) Melalui pelayanan pastoral diharapkan mereka yang sedang mengalami persoalan semakin bersandar dan mengandalkan Tuhan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa konseling pastoral adalah suatu hubungan timbal-balik antara konselor dan konseli, di mana konselor membimbing, mendampingi, menuntun, dan mengarahkan konseli agar dapat mengerti apa yang sedang terjadi dalam dirinya sehingga mampu menyelesaikan masalah tersebut dengan kekuatan dan kemampuan dari Tuhan.

Konseling pastoral merupakan sudut pandang pendampingan pastoral dalam melaksanakan fungsi yang bersifat memperbaiki yang dibutuhkan ketika orang mengalami krisis yang menghambat pertumbuhannya.[[26]](#footnote-27) Konseling pastoral juga didefinisikan sebagai suatu percakapan terapeutik antara konselor (atau pastor/pendeta) dengan konsele/kliennya, di mana konselor mencoba membimbing konselenya ke dalam suatu suasana percakapan konseling yang ideal (conducive atmosphere) yang memungkinkan konsele tersebut dapat mengenal dan mengerti apa yang sedang terjadi dalam dirinya sendiri (self-awareness), persoalan yang ia sedang hadapi, kondisi hidupnya dan mengapa ia merespons semua itu dengan pola pikir, perasaan, dan sikap tertentu.[[27]](#footnote-28)

Konseling pastoral adalah suatu proses pertolongan dalam perspektif pastoral (Kristen), yang terjadi melalui percakapan dan hubungan timbal balik, sehingga mereka yang ditolong mencapai pemahaman dan pengertian yang lebih lengkap mengenai dirinya, lingkungannya, serta hubungan dan tanggungjawabnya kepada Tuhan.[[28]](#footnote-29) Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa konseling pastoral tidak semata-mata bersifat "dialogis" melainkan "trialogis" karena dalam proses konseling pastoral, konselor selalu berusaha untuk menempatkan konseli dalam relasinya dengan Tuhan dan bertanggungjawab kepada- Nya.

Melihat perkembangan dunia yang begitu pesat, kebutuhan akan konseling pun tak terhindarkan. Hal ini menimbulkan kesadaran bahwa pelayanan konseling itu tidak mungkin hanya dilakukan oleh pastor (pendeta) saja. Bahkan dalam perkembangan ilmu konseling, konsep mengenai apa itu konseling telah berubah.[[29]](#footnote-30) Berdasarkan hal tersebut, pelayanan konseling tidak dapat dilakukan oleh orang yang tidak memiliki keahlian didalamnya, karena pelayanan konseling membutuhkan bakat dan keahlian khusus untuk melakukan hal tersebut.

Konseling pastoral diakui sebagai suatu hal yang unik, dimana konseling pastoral dapat memberi tempat untuk aspek spiritual, agar setiap manusia dapat dilihat sebagai wujud spiritual, baik dari segi fisik maupun dari segi intelektual yang perlu dihargai sebagai makhluk yang bertumbuh, berkembang, dan kreatif.[[30]](#footnote-31) Dengan demikian, konseling pastoral tidak hanya memampukan orang keluar dari permasalahan yang sedang dihadapi, tetapi juga dapat meyakinkan orang dalam mengembangkan aspek spiritualnya.

Melalui pelayanan konseling pastoral, maka bantuan pelayanan yang diberikan kepada seseorang akan lebih bersifat utuh dan menyeluruh (holistik) sesuai dengan kodrat manusia yang utuh pula. Dengan membangun relasi yang kreatif antara "Konseling dan Pastoral" maka diharapkan agar pelayanan bantuan terhadap sesama akan menjadi lebih lengkap. Manusia tidak hanya memiliki kebutuhan jasmani, tetapi juga memiliki kebutuhan sosial, kebutuhan jiwa, dan kebutuhan rohani. Atas dasar tersebut maka dapat digambarkan bahwa relasi antara konseling dan pastoral merupakan sebuah relasi timbal balik yang sating membandingkan dan pada akhirnya saling membutuhkan.

1. Tujuan Konseling Pastoral

Adapun beberapa hal yang menjadi tujuan pastoral konseling antara lain:[[31]](#footnote-32)

1. Mengubah suatu sikap atau tingkah laku yang merugikan dan menolong seseorang untuk mengerti nilai-nilai kehidupan yang ada.
2. Belajar bagaimana harus bergaul dan berkomunikasi dengan sesama. Dengan kata lain, konselor meningkatkan kualitas kehidupan seseorang sehingga pandangan klien menjadi obyektif dan peningkatan keterampilan dalam penyesuaian diri lebih efektif.
3. Mendampingi dan membimbing. Mendampingi yang didampingi perlu interaksi sejajar dan komunikasi timbal-balik.
4. Membantu seseorang untuk dapat mengekspresikan perasaan khawatir, gelisah, takut atau kemarahan secara sehat. Konselor membantu konseli mengutarakan secara terbuka perasaan dan frustrasinya untuk menyadarkan konseli akan tantangan realitas kehidupan ini dan untuk membimbingnya kepada pertumbuhan iman dan kematangan emosi sehingga ia dapat mengatasi dengan lebih mudah permasalahannya.
5. Menolong mengerti sebab-sebab persoalan yang timbul. Konselor bertugas untuk mendengar, memerhatikan apa yang dikatakan, mendorong konseli untuk menjelaskan lebih lanjut, memberi komentar ataupun mengajukan pertanyaan.
6. Menolong yang membutuhkan, pastoral konseling adalah sebuah proses pelayanan untuk menolong konseli. Oleh karena itu, konselor adalah pihak yang memberi pertolongan . konselor adalah utusan Kristus untuk menolong konseli yang terperosok "Dari jurang yang dalam aku berseru kepada-Mu, ya Tuhan! Tuhan, dengarkanlah suarakul Biarkanlah telinga-Mu menaruh perhatian kepada suara permohonanku" (Mzm. 130:1). Jadi pastoral konseling adalah proses menolong konseli yang dalam jurang tidak berdaya.
7. Menyadarkan konseli akan dosanya dan mengakuinya di hadapan Tuhan, supaya mengalami pengampunan dan memulai suatu kehidupan yang baru. Konselor mengkonfrontasikonseli dengan kesalahan, kelemahan, kegagalan dengan tujuan untuk menolong konseli agar memahami tindakannya sendiridan melakukan langkah- langkah perbaikan yang selama ini ditolaknya.
8. Menciptakan kesediaan seorang konseli untuk mendengarkan nasihat, teguran, dan menolong orang lain yang mempunyai perasaan barn.
9. Belajar tumbuh dalam iman dan pengenalan akan Tuhan dalam doa dan perenungan Sabda Tuhan secara teratur. Konseling akan membawa seseorang masuk dalam kehidupan yang lebih dapat dinikmati (Yoh. 10:10), bahkan sampai mengalami kehidupan yang kekal di surga (Yoh. 3:16).
10. Mencari yang bergumul. Jemaat yang bergumul adalah mereka yang rentan dan rapuh terhadap godaan dan bujuk rayu kekuatan roh-roh jahat. Hal ini menjadi dasar teologis nabi Yehezkiel, yang mengungkapkan bahwa yang hilang akan dicari, yang tersesat akan dibawa pulang, yang luka akan dibalut, yang sakit akan dikuatkan, yang gemuk dan yang kuat akan dilindungi (Yeh. 34:16).
11. Berusaha menemukan solusi, dalam konseling seharusnya mengajak konseli berpikir dan memikirkan problemnya secara bersama-sama dengan konselor. Konselor dalam percakapan itu memberi pengarahan dan memimpin percakapan menuju satu titik, yakni menemukan solusi.
12. Memulihkan kondisi yang rapuh. Musibah, kemalangan, konflik, problem, belenggu dosa, merupakan kekuatan yang amat dahsyat yang menggerogoti hidup manusia. "Segala perkara dapat kutanggung di dalam Dia yang memberi kekuatan kepadaku" (Flp. 4:13). "kekuatan yang melimpah-limpah itu berasal dari Allah, bukan dari diri kami" (2 Kor.

4:7).

Tujuan konseling pastoral lainnya yaitu mencari yang bergumul, menolong yang membutuhkan uluran tangan, mendampingi dan membimbing, berusaha menemukan solusi, memulihkan kondisi yang rapuh, perubahan sikap dan perilaku, pertumbuhan iman, dan mampu menghadapi persoalan selanjutnya.[[32]](#footnote-33)

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa tujuan konseling pastoral adalah untuk mengubah sikap dan perilaku konseli, mendampingi dan membimbing, membantu konseli mengekspresikan perasaan dan penyebab permasalahan yang timbul, bertumbuh dalam iman, mencari yang bergumul dalam kondisi rapuh.

1. Fungsi Konseling Pastoral

Adapun beberapa hal yang menjadi fungsi konseling pastoral

yaitu:[[33]](#footnote-34)

1. Penyembuhan (healing), 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), menolong orang yang "terluka" untuk bertahan dan melewati suatu keadaan yang di dalamnya pemulihan kepada kondisi semua atau penyembuhan dari penyakitnya.
3. Pembimbingan {guiding), membantu orang-orang kebingungan untuk menentukan pilihan-pilihan yang pasti di antara berbagai pikiran dan tindakan altematif, jika pilihan-pilihan demikian dipandang sebagai yang mempengaruhi keadaan jiwanya sekarang dan yang akan datang.
4. Pendamaian (reconciliation), berupaya membangun ulang relasi manusia dengan sesamanya., dan antara manusia dengan Allah. Pendamaian menggunakan dua bentuk; pengampunan dan disiplin, tentunya dengan didahului oleh pengakuan.

Selain uraian di atas, fungsi lain dari konseling pastoral adalah fungsi mengutuhkan. Fungsi mengutuhkan merupakan tujuan utama, yaitu pengutuhan kehidupan manusia dalam segala aspek kehidupannya, yakni fisik, sosial, mental, dan spiritual. Karena apabila seseorang mengalami permasalahan maka aspek ini tercabik- cabik. Karena itu fungsi pengutuhan sangat dibutuhkan dalam kerangka untuk menghasilkan proses pemulihan yang holistik.[[34]](#footnote-35)

Jadi fungsi konseling pastoral adalah menyembuhkan, menopang, membimbing, mendamaikan serta mengutuhkan secara holistik, mulai dari aspek fisik, mental sosial dan spiritual.

4. Pendampingan Konseling Pastoral

Pendampingan berasal dari kata kerja mendampingi sebagai suatu kegiatan menolong, karena suatu sebab perlu didampingi. [[35]](#footnote-36) Pendampingan memiliki arti kegiatan kemitraan, bahu-membahu, menemani, membagi/berbagi dengan tujuan saling menumbuhkan dan mengutuhkan[[36]](#footnote-37) Pendampingan pada hakikatnya merupakan pertolongan psikologis dengan tujuan meringankan beban penderitaan dari yang ditolong, sehingga konselor menjalankan fungsi pendampingan.[[37]](#footnote-38) Orang yang melakukan pendampingan disebut sebagai pendamping. Dalam proses pendampingan tersebut terjadi interaksi yang sejajar atau relasi timbal balik antara yang didampingi dan pendamping.

Pendampingan adalah proses perjumpaan pertolongan antara pendamping dan orang yang didampingi, yang bertujuan untuk menolong orang yang didampingi agar dapat menghayati keberadaannya dan mengalami pengalamannya secara utuh dan penuh. Dalam proses pendampingan, pendamping hanya sebagai fasilitator dalam proses

pemecahan masalah yang dialami oleh yang didampingi.[[38]](#footnote-39) Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa dalam kegiatan pendampingan orang yang paling bertanggungjawab di dalamnya ialah pihak yang didampingi.

Pendampingan pastoral merupakan suatu pelayanan pertolongan dan penyembuhan dari gereja, baik secara individu maupun kelompok sehingga dapat bertumbuh dalam proses kehidupannya dalam masyarakat.[[39]](#footnote-40) Berdasarkan realita kehidupan yang tidak terlepas dari persoalan hidup, setiap orang membutuhkan pendampingan pastoral. Namun, terkadang orang merasa membutuhkan pendampingan konseling pastoral ketika mengalami krisis yang hebat. Antara konseling dan pastoral, keduanya bertujuan untuk memperbaiki berbagai relasi yang terputus, baik dengan diri sendiri, orang lain, terutama dengan Allah, akibat krisis yang menimpa kehidupan manusia.

1. Tahapan Pendampingan Konseling Pastoral

Adapun beberapa tahapan dalam konseling pastoral yaitu:[[40]](#footnote-41)

1. Menciptakan Hubungan Kepercayaan

Tahap ini merupakan tahap awal dari proses pendampingan konseling. Pada tahap ini konselor membangun relasi bersama

dengan klien. Tujuan utama konselor dari tahap ini adalah menciptakan kepercayaan kepada konseli sehingga konseli percaya bahwa konselor bersedia masuk dalam kehidupannya, dalam liku- liku pergumulan yang paling dalam, dapat menyimpan rahasia dan mampu menolongnya. Di tahap ini juga konselor bersama klien mendefinisikan masalah yang dialami oleh klien.

1. Mengumpulkan Data (Anamnesa)

Di tahap ini konselor berupaya menggali, mencari, menemukan pokok dan akar masalah, serta akibat-akibat yang dihadapi oleh konseli.[[41]](#footnote-42) Hal itu dapat dilakukan dengan cara konselor berusaha mengumpulkan data, informasi, fakta, termasuk riwayat hidup konseli dan persoalan atau gangguan yang dialaminya. Konselor harus mampu mengumpulkan data yang relevan, akurat, dan menyeluruh (holistik: fisik, mental, sosial, dan spiritual).

1. Menyimpulkan Sumber Masalah (Diagnosa)

Pada tahap ini konselor melakukan analisis data, mencari kaitan antara satu informasi dengan informasi lainnya, baik dalam satu aspek maupun dalam aspek yang berbeda. Dengan kata lain memadukan dan kemudian menyimpulkan apa yang menjadi permasalahan utama atau keprihatinan batin pokok yang sedang digumuli oleh konseli.

1. Membuat Rencana Tindakan (Treatmen Planning)

Ketika telah ada anamnesa dan diagnosa yang mencukupi, seharusnya konselor segera mengemukakan apa yang akan dilakukan bagi konseli. Dalam tahap ini, konselor mengemukakan tujuan konseling secara rinci, strategi konseling apa yang akan dilakukan, jangka pendek atau jangka panjang, jumlah pertemuan, dan waktu dan tempat pertemuan, sarana apa saja yang akan digunakan, dan lain sebagainya.

1. Tindakan (Treatment)

Dalam tahap ini, konselor melakukan tindakan (treatment) pertolongan yang telah direncanakan. Semuanya dilakukan secara berkesinambungan dan berkelanjutan. Satu tahap berkaitan dengan tahap lainnya. Pada tahap ini, konselor akan mencatat semua tindakan yang dilakukan, segala sesuatu yang berkaitan dengan tindakan itu. Setelah itu, konselor harus melihat dan mencatat hasil dari tindakan yang dilakukan tersebut.

1. Mengkaji Ulang dan Evaluasi (Review and Evaluation)

Konseling pastoral usaha yang berkesinambungan memerlukan review dari waktu ke waktu dan evaluasi. Evaluasi dapat dilakukan untuk menilai kembali baik proses maupun hasil akhimya. Evaluasi dipakai sebagai alat untuk mengambil pelajaran bagi konselor dan segala sesuatu yang berhubungan dengan layanan konseling pastoral. Evaluasi dilakukan diakhir setiap sesi perjumpaan konseling. Apabila evaluasi tidak dilakukan diakhir konseling, maka dapat dilakukan di awal perjumpaan dalam sesi berikutnya.

g. Memutuskan Hubungan - Terminasi (Termination)

Tahap memutuskan hubungan ini merupakan tahap akhir dari sesi perjumpaan konseling. Tahap akhir merupakan tahap yang sangat penting karena konselor berupaya mengakhiri konseling dengan response active (E).[[42]](#footnote-43) Karena konseling merupakan hubungan yang profesional, maka konselor harus memutuskan hubungan konselingnya.

Pada tahap ini, berhasil atau tidaknya proses konseling yang dilakukan akan diketahui dengan menggunakan teknik-teknik yang telah diuraikan tersebut. Hal tersebut ditandai dengan adanya perubahan perilaku pada diri klien ke arah yang lebih positif setelah melalui proses konseling.

Berdasarkan uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa dalam melaksanakan pendampingan konseling pastoral, ada beberapa tahapan yang harus dilakukan agar proses pendampingan dapat berjalan dengan efektif. Tahapan itu meliputi: Menciptakan hubungan kepercayaan, mengumpulkan data (anamnesa), menyimpulkan sumber masalah (diagnosa), membuat rencana tindakan (treatment planning), tindakan (treatment), mengkaji ulang dan evaluasi (review and evaluation), memutuskan hubungan - terminasi (termination).

1. Pendekatan Perilaku-Kognitif dengan Teknik **Reframing**

Terapi kognitif timbul sebagai reaksi terhadap pendekatan- pendekatan perilaku yang meminimalkan atau bahkan mengingkari pentingnya pikiran dalam mendorong perubahan di dalam konseling. Berbeda dari pendekatan lainnya, pendekatan perilaku-kognitif tidak mengharuskan klien untuk mengungkapkan detail-detail atau peristiwa- peristiwa intim kehidupannya atau memfokuskan pada emosi-emosi intens. Pendekatan perilaku kognitif menangani yang ada sekarang dan menggunakan proses logis dan jelas dengan cara yang tidak mengancam sehingga banyak klien mengaggapnya memberdayakan; ini terutama sangat menarik bagi klien pemikir sistematik.

Pendekatan perilaku-kognitif memungkinkan klien dan konselor untuk memodifikasi keyakinan, kognitif, dan tindakan secara kolaboratif meskipun tetap menekankan pentingnya hubungan terapeutik. Pendekatan ini cocok dengan penggunaan banyak teknik yang dapat ditransfer ke

banyak konteks kultural, termasuk konteks gender, ras, etnik, sosial- ekonomi, disabilitas, dan orientasi seksual. Salah satu teknik yang dapat digunakan di dalamnya yaitu teknik reframing.[[43]](#footnote-44) 1. Definisi Teknik Reframing

Teknik reframing adalah teknik yang bertujuan untuk mereorganisir konten emosi yang dipikirkannya dan membingkai kembali ke arah pikiran yang rasional, sehingga dapat mengerti berbagai sudut pandang dalam konsep diri/konsep kognitif dalam berbagai situasi. [[44]](#footnote-45) Reframing mengambil sebuah situasi problematika dan menyuguhkannya dengan cara baru yang memungkinkan klien untuk mengadopsi perspektif yang lebih konstruktif dan positif.

Secara historis, reframing adalah sebuah tipe strategi paradoksikal yang digubahkan dalam terapi perilaku-kognitif, terapi Adlerian, terapi keluarga strategik, dan terapi keluarga struktural. Reframing mengubah sudut pandang konseptual atau emosional terhadap situasi dan mengubah maknanya dengan meletakkannya dalam suatu kerangka kerja kontekstual lain yang sesuai dengan fakta-fakta yang sama dari situasi aslinya.[[45]](#footnote-46) Strategi refraining artinya membingkai ulang dengan mengubah cara pandang kita terhadap permasalahan yang terjadi.[[46]](#footnote-47)

2. Cara Mengimplementasikan Teknik Reframing

Reframing dapat diimplementasikan dengan menggunakan tiga langkah sederhana.

Pertama, konselor profesional harus menggunakan suatu siklus mendengarkan tanpa menghakimi untuk mencapai pemahaman lengkap tentang masalah klien. Hal ini adalah titik berangkat esensial karena reframing harus didasarkan pada pemahaman yang kuat tentang klien dan pandangan klien tentang dunia sehingga klien dapat berhubungan dengan kerangka acuan yang baru (yaitu, reframe).

Kedua, begitu konselor profesional memahami masalahnya, konselor profesional kemudian dapat membangun sebuah jembatan dari sudut pandang klien dengan cara baru untuk melihat masalahnya. Pada titik ini, pen ting untuk memasukkan aspek perspektif klien sambil menyarankan perspektif baru.

Ketiga, konselor profesional harus menegakkan jembatan sampai perubahan dalam perspektif berkembang. Salah satu cara menekankan

perspektif baru adalah dengan memberikan pekerjaan rumah kepada klien yang memaksanya untuk melihat masalahnya dengan cara baru.[[47]](#footnote-48)

1. KBBI (Kamus Besar Bahasa Indonesia) [↑](#footnote-ref-2)
2. “Sud Setiarani & Yudhie Suchyadi, Pola Asuh Orang Tua terhadap Anak Tuna Netra BerprestasiUsia Sekolah Dasar, Jurnal Pendidikan dan Pengajaran Guru Sekolah Dasar, Vol. 01 No. 01 (September 2018), 15. [↑](#footnote-ref-3)
3. Imam Yuwono dan Mimawati, Aksebilitas bagi Penyandang Tuna Netra di Lingkungan Lahan Basali (Yogyakarta: Budi Utama, 2021), 3. [↑](#footnote-ref-4)
4. Septy Nurfadhillah, Pendidikan Inklusi Sekolah Dasar (Jawa Barat: Jejak, 2021), 52. [↑](#footnote-ref-5)
5. Ema Marina Kusuma, Apakah Anakku Berbeda (Jakarta: Elex Media Komputindo, 2018), [↑](#footnote-ref-6)
6. Mambela S., Tinjauan Umum Masalah Psikologis dan Masalah Sosial Individu Penyandang Tunanetra, Jurnal Fakultas Keguruan dan llrnu Pendidikan, Vol. 14 No. 25 (Februari 2018), 65. [↑](#footnote-ref-7)
7. Ibid [↑](#footnote-ref-8)
8. Didi Tarsidi, Dampak Ketunanetraan terhadap Perkembangan Keterampilan Sosial Anak, diakses Maret 2022,3. [↑](#footnote-ref-9)
9. Muhammad Basri Wello dan Lely Novia, Developing Interpersonal Skills (Mengembangkan *Keterampilan Antar Pribadi)* (Jawa Timur: Beta Aksara, 2021), 2. [↑](#footnote-ref-10)
10. Aam Nurhasanah dan Richardus Eko Indrajit, Parenting 4.0: Mengenali Pribadi dan Potensi Anak Generasi Multiple Intelligence (Yogyakarta: AND1,2021), 52. [↑](#footnote-ref-11)
11. Yoseph Pedhu, CP, Keterampilan Interpersonal Para Frater X, Jumal Psiko-Edukasi, Vol. 11 No. 1 (2013), 1. [↑](#footnote-ref-12)
12. Halimatus Sakdiah, Urgensi Interpersonal Skill dalam Dakwah Persuasif, Jumal Ilmu Dakwah, Vol. 14 No. 27 (januari-Juni 2015), 86-87. [↑](#footnote-ref-13)
13. Wan Nova Listia, Anak Sebagai Makhluk Sosial, Jurnal Bunga Rampai Usia Etnas, Vol. 1 No. 1 (Juni 2015), 14. [↑](#footnote-ref-14)
14. Mega Rahman Fitriani, Nur Hidayah, Keefektifan Konseling Kelompok Adler Untuk Meningkatkan Keterampilan Interpersonal Siswa SMP, Jurnal Kajian Bimbingan dan Konseling, Vol. 1, No. 1 (2016), 7. [↑](#footnote-ref-15)
15. Triana Rosalina Nur, Bibliotherapy Sebagai Upaya Meningkatkan Keterampilan Interpersonal Remaja, Jurnal Studia Insania, Vol. 8, No. 2 (November 2020), 167. [↑](#footnote-ref-16)
16. Siti Rahmi, Bimbingan dan Konseling di Taman Kanak-kanak (Banda Aceh: Syiah Kuala university Press, 2021), 73. [↑](#footnote-ref-17)
17. Muhammad Basri Wello dan Lely Novia, Developing Interpersonal Skills (Mengembangkan Keterampilan Antar Pribadi) (Jawa Timur: Beta Aksara, 2021), 3. [↑](#footnote-ref-18)
18. Indah Yasminum Suhanti, dkk, Keterampilan Komunikasi Interpersonal Mahasiswa UM, Prosiding Seminar Nasional Psikologi Klinis 2018 "Perkembangan Masyarakat Indonesia Terkini Berdasarkan Pendekatan Biopsikososial", Universitas Negeri Malang (26 Agustus 2018), 83-84. [↑](#footnote-ref-19)
19. Ruslia Isnawati, Pentingnya Problem Solving bagi Seorang Remaja (Surabaya: . Jakad Media Publishing, 2020), 12. [↑](#footnote-ref-20)
20. Johnson Alvonco, Practical Communication Skill (Jakarta: Gramedia, 2014), 1. [↑](#footnote-ref-21)
21. “Mia Zakaria dan Dewi Arumsari, Jeli Membangun Karakter Anak Qakarta: Bhuana Ilmu Populer, 2018), 76. [↑](#footnote-ref-22)
22. Panji Haskoro Radityo, 6 Cara Meningkatkan "Interpersonal Skills", Digital Advertising Manager (09 April 2020). [↑](#footnote-ref-23)
23. Ulfiah, Psikologi Koseling: Teori dan Implementasi (Jakarta: KENCANA, 2020), 4. [↑](#footnote-ref-24)
24. Tulus Tu'u, Dasar-dasar Konseling Pastoral: Panduan bagi Pelayanan Konseling Gereja (Yogyakarta: ANDI, 2017), 22. [↑](#footnote-ref-25)
25. \*lbid, 20. [↑](#footnote-ref-26)
26. J.D. Engel, M.Si, Pastoral dan Kebutuhan Dasar Konseling (Jakarta: Anggota IKAPI, 2016),

9. [↑](#footnote-ref-27)
27. Yakub B. Susabda, Ph. D., Konseling Pastoral (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2014), 7. [↑](#footnote-ref-28)
28. Marten Nainupu, Peduli Terhadap Sesama Melalui Konseling Pastoral (Malang: Media Nusa Creative,2015), 17. [↑](#footnote-ref-29)
29. ^B. Susabda, Ph. D., Konseling Pastoral (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2014), 5-6. [↑](#footnote-ref-30)
30. Ibid, 8. [↑](#footnote-ref-31)
31. Harianto GP, Pastoral Sebagai Strategi Penggembalaan untuk Menuju Gereja yang Sehat dan Bertumbuh (Yogyakarta: PMBR ANDI, 2020), 109. [↑](#footnote-ref-32)
32. Tulus Tu'u, Dasar-Dasar Konseling Pastoral: Panduan Bagi Pelayanan Konseling Gereja (Yogyakarta: Penerbit Andi, 2007), 29-39. [↑](#footnote-ref-33)
33. Julianto Simanjuntak, Perlengkapan Seorang Konselor: Panduan Lengkap Belajar Konseling (Tangerang: Yayasan Pelikan, 2019) 25-26. [↑](#footnote-ref-34)
34. Yohan Brek, Kepekaan Konseling Pastoral Bagi Pelayan Gereja Kontemporer, Jurna\ Pastoral Konseling, Vol.l, No. 2 (Desember 2020), Hal 22. [↑](#footnote-ref-35)
35. ‘“j.D. Engel, Pastoral dan Kebutuhan Dasar Konseling (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2016), 3. [↑](#footnote-ref-36)
36. AartVan Beek, Pendampingan Pastoral (Jakarta: BPK Gunung Mulia,2017), 9. [↑](#footnote-ref-37)
37. J.D. Engel, Pastoral dan Kebutuhan Dasar Konseling, 3. [↑](#footnote-ref-38)
38. Totok S. Wiryasaputra, Pendampingan Pastoral Orang Sakit (Yogyakarta: PT. Kanisius, 2016), 49. [↑](#footnote-ref-39)
39. J.D. Engel, Pastoral dan Kebutuhan Dasar Konseling (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2016), 3. [↑](#footnote-ref-40)
40. Totok S. Wiryasaputra, Konseling Pastoral di Era Milenial (Yogyakarta: Seven Books, 2021),

194-199. [↑](#footnote-ref-41)
41. Tulus Tu'u, Dasar-dasar Konseling Pastoral: Panduan bagi Pelayanan Konseling Gereja (Yogyakarta: ANDI, 2007), 86. [↑](#footnote-ref-42)
42. Ibid, 93. [↑](#footnote-ref-43)
43. Bradley T. Erford, 40 Teknik Yang Harus Diketahui Oleh Setiap Konselor, (Yogyakarta: PENERBIT PUSTAKA, 2015), 217-219. [↑](#footnote-ref-44)
44. Fachruddin Tanjung, NLP For Counseling (Indonesia: Guepedia, 2021), 49 [↑](#footnote-ref-45)
45. Bradley T. Erford, 40 Teknik Yang Harus Diketahui Oleh Setiap Konselor, (Yogyakarta: PENERBIT PUSTAKA, 2015), 223. [↑](#footnote-ref-46)
46. Tim Musyawarah Guru Bimbingan dan Konseling and Provinsi DKI Jakarta, Bahan Dasar untuk Pelayanan Konseling pada Satuan Pendidikan Menengah (Jakarta: Grasindo), 54. [↑](#footnote-ref-47)
47. Bradley T. Erford, 40 Teknik Yang Harus Diketahui Oleh Setiap Konselor, (Yogyakarta: PENERBIT PUSTAKA, 2015), 234-235. [↑](#footnote-ref-48)