

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Konseling Pastoral

1. Pengertian Konseling Pastoral

Menurut KBBI, konseling adalah pemberian bimbingan oleh yang ahli kepada seseorang dengan menggunakan metode psikologis dan pengarahan.¹⁰ Konseling adalah suatu proses interaksi dua arah (*dyadic*) antara konseli dan konselor. Interaksi yang dimaksudkan adalah dimana konseli meminta atau membutuhkan bantuan dari seorang konselor. Dengan kata lain seorang ahli yang sudah mempunyai latar belakang pendidikan, cara kerja teratur yang berhubungan dengan profesinya, memiliki aturan yang harus dipenuhi serta hubungan yang dibangun berdasarkan kontrak yang telah disepakati.¹¹ Konseling ditandai dengan adanya hubungan interpersonal antara konselor dan konseli dengan tujuan pemberian bantuan dari konselor profesional.

Menurut Nanik Sri dan kawan lainnya, konseling merupakan pertolongan yang diberikan secara sistematis dan intensif dari seorang konselor profesional terhadap konseli dengan tujuan pemecahan suatu masalah agar konseli dapat memahami dan menerima dirinya dengan

¹⁰ "Kamus Versi Online"

¹¹ Nurul Hartini & Alike Dian Ariana, *Psikologi Konseling Perkembangan Dan Penerapan Konseling Dalam Psikologi* (surabaya: Airlangga Universitas Press, 2017), 7–8.

baik.¹² Menjadi pribadi yang bisa menghadapi permasalahan dalam hidup dimasa yang akan datang serta bertumbuh dan berkembang secara maksimal ke arah positif merupakan tujuan dari konseling untuk konseli.

Kata "Pastoral" berasal dari bahasa Latin "*Pastor*" yang berarti gembala.¹³ Pastoral merupakan tugas seorang gembala dengan upaya penyembuhan jiwa dan kepedulian, dengan kehadiran seorang gembala dapat membangkitkan semangat hidup jemaat yang sedang kesusahan.¹⁴

Pastoral merupakan suatu kegiatan yang dilakukan untuk mengunjungi atau mencari setiap anggota jemaat terlebih khusus kepada mereka yang mempunyai pergumulan dengan persoalan-persoalan yang menghimpitnya.¹⁵ Pastor atau gembala yang melakukan perkunjungan terhadap mereka yang memiliki persoalan hidup, serta menggambarkan firman Tuhan sesuai dengan masalah jemaat dengan tujuan memberi penguatan dan mewujudkan iman jemaat dalam kehidupan setiap hari.¹⁶

Konseling pastoral merupakan satu kesatuan dari pengembalaan, yang dimulai dari tahun 1974 dengan pengertian

¹² Dkk Nanik Sri Hartatik, *Bimbingan Dan Konseling Dalam Institusi Pendidikan*, (Malang: Media Nusa Creative, 2017), 20–21.

¹³ Wendy Sepmady Hutahaean, *Pendampingan Patoral* (Malang: Ahlimedia Press, 2021), 1.

¹⁴ Alvian Apriano, "Pelayanan Bersama Komunitas Sebagai Model Pelayanan Pastoral Berbasis Paradigma Komunal-Kontekstual Dalam Teologi Pastoral," *Jurnal Teologi dan Pendidikan Kristen* 2, no. 2 (2018): 97.

¹⁵ Nanik Sri Hartatik, *Bimbingan Dan Konseling Dalam Institusi Pendidikan*,.

¹⁶ Tulus Tu'u, *Dasar-Dasar Konseling Pastoral*, 20.

perawatan penggembalaan (*pastoral care*) merupakan kegiatan pada semua aspek pekerjaan seorang gembala pada setiap anggotanya selain dari pada memberikan pengarahannya murni untuk kesejahteraan anggota jemaatnya.¹⁷ Adapun menurut Totok S. wirsayaputra konseling pastoral merupakan perjumpaan dari kedua belah pihak, yang dilakukan oleh konselor dan konseli dengan sukarela bersedia untuk saling dijumpai dan menjumpai. Dengan tujuan konselor menolong konseli untuk ikut merasakan suka dan duka dalam hidup mereka secara utuh.¹⁸

Konseling pastoral merupakan layanan percakapan satu arah dengan maksud menolong seseorang yang tengah berada dalam satu problematik, dengan tujuan mampu melihat apa yang menjadi permasalahannya serta memiliki kemampuan untuk menemukan solusi atas masalahnya.¹⁹

Dari penjelasan diatas dapat disimpulkan bahwa konseling pastoral merupakan layanan pendampingan atau pemberian bantuan kepada mereka yang membutuhkan uluran tangan, rangkulan bahkan ingin mendapatkan perhatian penuh, yang didalamnya ada kesepakatan, aturan, ketentuan serta tujuan yang harus dipenuhi oleh konseli pada saat

¹⁷ DKK Stimon Hutagalung, *Konseling Pastoral* (Yayasan Kita Menulis, 2021), 2.

¹⁸ Totok S. Wirayaputra, *Konseling Pastoral Di Era Milenial* (Yogyakarta: Diandra pustaka Indonesia, 2021), 79-80.

¹⁹ Hendry Wijayatsih, *Pendampingan Dan Konseling Pastoral* (Yogyakarta: Universitas Duta Wacana, n.d.), 14.

proses konseling konseling. Adapun yang menjadi dasar dari konseling pastoral, yakni penggabungan dari teori-teori psikologis dan alkitabiah.

2. Tujuan Konseling Pastoral

Tentu banyak hal yang akan didapatkan jika konseling pastoral disusun, direncanakan dengan baik.²⁰ Untuk meningkatkan kemampuan jemaat, berikut tujuan yang harus dicapai dalam pelaksanaan konseling pastoral.²¹

- a. Salah satu penyebab seseorang memiliki permasalahan merupakan pola pikir yang salah, berpikir negatif, serta tidak logis. Dengan adanya konseling pastoral konselor berperan untuk membentuk pola pikir seseorang menjadi pemikir yang masuk akal, rasional serta selalu berfikir positif.
- b. Emosi, selalu menjadi permasalahan terhadap jemaat yang sulit untuk mengontrol emosinya. Sehingga menjadi tugas seorang konselor untuk meyakinkan konseli bahwa yang menjadi akar dari permasalahan mereka adalah sebagian berasal dari emosi. Karena penting bagi seseorang untuk verbalisasi diri untuk mengatasi gangguan tersebut sehingga pentingnya seorang konselor memahami ilmu psikologi.
- c. Perilaku, tidak jarang menjumpai kasus dalam jemaat terjadinya perilaku yang menyimpang terhadap nilai-nilai agama, pelanggaran terhadap nilai-nilai agama. Hal itu menjadikan aturan dalam gereja

²⁰ Tulus Tu'u, *Dasar-Dasar Konseling Pastoral*, 29.

²¹ Stimon Hutagalung, *Konseling Pastoral*, 3–4.

sering terabaikan. Mengadakan pendalaman Alkitab dan konsultasi keagamaan dapat dijadikan salah satu solusi dalam nilai agama, maka perlunya konselor meyakinkan untuk mengikuti jalan keluar dari permasalahan tersebut.

- d. Mental, dapat menyesuaikan diri dengan baik, individu yang aktif dan efektif merupakan ciri dari mental yang sehat. Dengan ini tujuan yang harus dicapai oleh seorang konselor adalah mencari mereka yang bergumul dan memulihkan kondisi yang rapuh untuk dibantu memecahkan permasalahannya.

Berdasarkan tujuan konseling pastoral diatas, memberikan manfaat bagi pertumbuhan iman jemaat. Dengan adanya tujuan dalam proses konseling pastoral yang harus dicapai oleh konseli dan konselor yang berada dalam pergumulan hidup, dapat menjadikan proses konseling semakin terarah dan berjalan secara sistematis.

3. Fungsi Konseling Pastoral

Hadirnya seorang konselor, memiliki fungsi untuk seorang konseli pada tahap penyembuhan ataupun pemulihan serta keluar dari masalah. Berikut fungsi dari konseling pastoral.²²

- a. Penyembuhan (*healing*), merupakan fungsi pastoral dengan tujuan mengatasi kerusakan dengan cara mengembalikan seseorang itu

²² Julio Simanjuntak, *Perlengkapan Seorang Konselor* (Tanggerang: Yayasan Pelika, 2014), 25.

menjadi seorang yang utuh dan menuntun ia ke arah yang menjadikan ia betumbuh.

- b. Penopangan (*sustaining*), berarti memberikan pertolongan pada seorang yang “terluka” untuk bertahan dan melewati keadaan pada suatu keutuhan dan menuntun dia ke arah penyembuhan.
- c. Pembimbingan (*guiding*), adalah menolong orang-orang yang kebingungan untuk menentukan pilihan-pilihan yang pasti, diantara berbagai pikiran dan tindakan jalan keluar yang dianggap sebagai pengaruh keadaan jiwanya sekarang dan yang akan datang.
- d. Pendamaian (*reconciliation*), membangun kembali hubungan manusia dengan sesamanya, terlebih dengan Allah, Yang merupakan pengampunan, disiplin tentu didahului oleh pengakuan.

Konselor profesional memiliki peran penting pada beberapa fungsi dari konseling pastoral. Oleh karena itu, adanya beberapa fungsi tersebut harus dilakukan oleh seorang konselor pada proses konseling dengan tujuan konseli dapat hidup secara utuh dan tumbuh serta mempunyai relasi yang baik dengan sesama terlebih mempunyai hubungan dengan Allah.

4. Tahapan Proses Konseling Pastoral

Dalam tahapan konseling pastoral memiliki kerangka waktu yakni jangka panjang dan jangka pendek. Sesi pertemuan berlangsung 45-60 menit. Berikut tahapan konseling.²³

- a. Tahap pertama, menciptakan hubungan kepercayaan merupakan tahapan konseling utama yang harus dicapai oleh konselor dimulai memberikan uluran tangan untuk bersalaman, senyum, memperkenalkan diri dan profesi, spesialis serta tugas yang dilakukan, serta memberitahukan kepada konseli bahwa seorang konselor bisa menjaga rahasia. Hal ini bertujuan untuk memberi kepercayaan terhadap konseli sehingga tahapan konseling berjalan dengan baik.
- b. Tahap kedua, mengumpulkan data berarti konselor harus mampu mendapatkan informasi data yang akurat, relevan dengan menyeluruh, konselor meminta konseli untuk kembali bercerita tentang masa lalunya sehingga permasalahan mendapatkan jalan keluar.
- c. Tahap ketiga, menyimpulkan sumber masalah berarti konselor mampu memahami serta mengerti setiap apa yang diceritakan oleh konseli sehingga dapat mengetahui inti dari permasalahan klien.
- d. Tahap keempat, membuat rencana tindakan adalah seorang konselor mampu menyampaikan tujuan dari konseling secara detail. Pada

²³ Totok S. Wirayaputra, *Konseling Pastoral Di Era Milenial*, 194–199.

tahapan ini seorang konselor mengemukakan tindakan apa yang akan dilakukan kedepannya. Fungsi serta urutan pada tahapan konseling, waktu pertemuan, kapan dan dimana dilakukannya pertemuan, siapa saja yang akan dilibatkan dalam konseling pastoral. Model proses pertolongan yang akan digunakan serta teknik dan pendekatan harus dibuat oleh konselor ketika melakukan proses konseling.

- e. Tahap kelima, tindakan pada tahap ini seorang konselor melakukan tindakan pertolongan dengan apa yang sudah direncanakan. Apa yang telah dirancang harus berkaitan dengan proses konseling lain, sehingga tahapan konseling dapat berkesinambungan serta berkelanjutan.
- f. Tahap keenam, mengkaji ulang dan evaluasi merupakan dimana seorang konselor kembali *mereview* dan mengevaluasi kembali proses konseling sebelumnya dengan tujuan melihat apa yang perlu diperbaiki dan menunjang proses konseling ke arah yang lebih baik.

Tahap ketujuh, memutuskan hubungan dimana seorang konselor memutuskan hubungan konseling jika semua masalah sudah selesai dengan kata lain memutuskan hubungan konseling bukan berarti tidak lagi memiliki hubungan sosial tetapi lebih ke hubungan konseling dan kontak sosial tetap berlanjut sebagaimana mestinya.

Adanya Tahapan konseling pastoral membantu konselor untuk mengetahui dan melakukan tugasnya dengan sistematis dan maksimal dari tahap ke tahap dalam proses konseling.

5. Prinsip Dasar Konseling Pastoral

Adapun yang membedakan konseling pastoral dan konseling sekuler adalah konseling sekuler berpusat pada sikap dari manusia (antroposentris) serta berasal dari sumber pengetahuan dan pengalaman manusia (*humanism*). Sedangkan konseling Kristen atau konseling pastoral berpusat kepada Tuhan (*Theosentris*), dengan pengetahuan yang bersumber dari Allah, seorang konselor Kristen percaya bahwa dari Alkitab Allah memberikan prinsip kepada manusia sebagaimana manusia hidup.²⁴ Berikut beberapa prinsip konseling pastoral.²⁵

- a. Konseling pastoral merupakan pelayanan yang dilakukan oleh seorang pelayan atau hamba Tuhan yang diberikan kepercayaan untuk melayani sesuai ajaran firman Tuhan.
- b. Konseling pastoral merupakan pelayanan mutlak yang bergantung dari pada Roh Kudus. Roh Kudus selalu menjadi bagian utama dalam setiap proses pelayanan konseling (2 Kor. 3:5-6).

²⁴ Tony Tedjo, *A-Z Konseling Kristen* (Yogyakarta: PBMR ANDI, 2020), 16.

²⁵ Yosua Sibarani, "Konseling Pastoral Bagi Remaja Korban Kekerasa Fisik Pada Masa Pandemi Covid19," *Jurnal Teologi dan Pendidikan Agama Kristen* 2, no. 2 (2022): 36–37.

- c. Konseling pastoral merupakan pelayanan yang dilakukan dengan dasar Alkitabiah. Sebagai konselor Kristen, kebenaran Firman Tuhan tidak hanya sampai pada menuntun selama proses konseling serta pelayanan yang dilakukan tentang spiritualitas konseli, tetapi pada setiap bagian proses konseling (metode, respon, pendekatan, nasihat, penafsiran, dan sikap).
- d. Konseling pastoral merupakan pelayanan teologis yang mempunyai integritas dengan ilmu pengetahuan psikologis.

Berdasarkan prinsip dasar konseling pastoral, dapat memberikan pemahaman terhadap setiap orang bahwa pelayanan konseling pastoral merupakan proses konseling yang didasari dengan pemahaman Alkitabiah dan psikologis serta tuntunan Roh Kudus dengan tujuan pemberian bantuan terhadap mereka yang berada dalam setiap keterpurukan.

B. Teknik Reframing

1. Pendekatan Perilaku Kognitif (CBT)

Salah satu pendekatan dalam konseling adalah pendekatan perilaku kognitif. Pendekatan perilaku kognitif (*cognitive behavioral therapy*) dipelopori oleh Aaron T. Beck pada tahun 1964. CBT adalah gabungan dari pendekatan dan psikoterapi (*cognitive therapy* dan *behavior therapy*) yang pada dasarnya berpusat pada setiap pemahaman konseli

dan pola perilaku konseli, dengan cara menata kembali setiap pikiran dan perilaku konseli yang menyimpang untuk membawa konseli ke perubahan emosi yang lebih baik. Dengan adanya pendekatan kognitif perilaku (*cognitive behavior therapy*) memberikan tujuan mengajak setiap individu untuk menata perilaku, belajar menenangkan pikiran dan tubuh sehingga mampu berfikir logis serta dapat mengambil keputusan dengan tepat.²⁶

Dibangunnya pendekatan perilaku kognitif atas dasar manusia memiliki kemampuan untuk berfikir secara irasional dan rasional.²⁷ Pendekatan perilaku kognitif berfokus pada kepercayaan individu, sebagai bagian dari metode eksplorasi diri. Kekuatan CBT adalah mengintegrasikan penilaian keyakinan klien, respon emosional, dan pilihan perilaku selama terapi, yang menghargai setiap sudut pandang klien mengenai kemajuan mereka. Dari pendekatan CBT (*cognitive behavior Therapy*) Donald Meichenbaum melakukan penelitian pengembangan pendekatan perilaku kognitif,²⁸ dengan tujuan dapat memberikan penanganan konseling yang dapat menghemat waktu dan menghemat biaya. Adapun teknik pengembangan dari pendekatan CBT adalah teknik *Reframing*.

²⁶ Gusman Lasmana, *Teori Dan Pendekatan Konseling* (Medan: Umsu, 2021), 150–154.

²⁷ Siti Rahmi, "Pengaruh Pendekatan Perilaku Kognitif Terhadap Tingkatan Penyesuaian Diri Siswa Di Kelas VII SMP Negeri Makassar," *Jurnal Psikologi Pendidikan & Konseling* 1, no. 1 (2015): 30.

²⁸ Gerald Corey, *Theory And Practice Of Counseling And Psychotherap* (Boston, Ma In Usa: Chengage Learning, 2017), 292 & 298.

2. Pengertian Teknik *Reframing*

Teknik *Reframing* merupakan teknik konseling yang bertujuan untuk mengatur kembali emosi individu yang dipikirkannya serta merangkai kembali pikiran yang logis, sehingga dapat memahami berbagai sudut pandang dan situasi. Pandangan teknik *Reframing* terhadap manusia, menganggap bahwa manusia dikuasai oleh berbagai prinsip yang mengatakan bahwa emosi dan pemikiran manusia saling berhubungan dalam jiwa. Individu cenderung rasional dan irasional bahwa gangguan perilaku terjadi karena adanya kesalahan dalam berpikir. Teknik *Reframing* adalah sebuah tempat penyusunan kembali atau perubahan pola pikir atau persepsi yang ada dalam diri seorang konseli terhadap masalah atau tingkah laku²⁹

Berikut pendapat para ahli berdasarkan pengertian *Reframing* dengan cara yang lebih terstruktur.³⁰

- a. V. Gallos dan Jasse-Bass (1987), mendefinisikan *Reframing* adalah bagian dari memperluas gambaran klien tentang dirinya untuk memungkinkannya mempersepsi situasinya secara berbeda dan dengan cara yang lebih konstruktif.

²⁹ Febrianti Putri Navion Fitria Anita Firdaus, "Penerapan Konseling Individu Teknik Reframing Untuk Mengurangi Stres Akademik Pada Mahasiswa" 9 (2021): 3.

³⁰ Husaeni Mahfud, "Pengaruh Konseling Kelompok Melalui Pendekatan Rasional Emotive Behavior Therapy Dengan Teknik Reframing Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Di Sekolah," (Universitas Muhamadiyah Magelang, 2020), 42-43.

- b. Forggart (2009), mengemukakan bahwa *Reframing* adalah salah satu pendekatan dari metode Kognitif Behaviour yang bertujuan mengorganisir semua emosi yang dipikirkannya serta mengarahkan atau membingkai kembali pikiran ke arah yang rasional, sehingga dapat mengerti sebagai sudut pandang dalam konsep diri atau konsep kognitif dalam berbagai situasi.
- c. Bandler dan Grinder (1982), mendefinisikan *Reframing* sebagai strategi mengubah susunan perseptual individual terhadap kejadian yang akan mengubah makna yang dipahami.

Dari pendapat para ahli sebelumnya maka dapat disimpulkan bahwa teknik *Reframing* merupakan upaya konseli untuk mengubah atau mengatur kembali berbagai macam sudut pandang terhadap permasalahannya ataupun tingkah laku serta dapat menolong konseli untuk mengembangkan pikirannya dari sudut pandang lain.

3. Jenis-Jenis Teknik *Reframing*

Untuk hasil yang maksimal dalam proses konseling, berikut jenis-jenis teknik *Reframing* yang harus diketahui.³¹

- a. *Context reframing*, merupakan pemaknaan kembali beberapa pengalaman yang sama menjadi konteks yang berbeda, sehingga dapat menghasilkan konteks yang berbeda dengan pemaknaan sebelumnya.

³¹ Muhamad Pandu Winandri, "Pengaruh Konseling Kelompok Teknik Reframing Terhadap Peningkatan Kepercayaan Diri Anak" (Universitas Muhammadiyah Magelang, 2020).

Context reframing menekankan pada proses yang dapat memberikan sesuatu yang bisa diterima dan diinginkan oleh konseli pada situasi lain. *Context reframing* didasari oleh perspektif bahwa semua perilaku sangat berguna akan tetapi tidak selalu sesuai dengan konteks yang ada.

- b. *Content reframing*, adalah kembali memberikan pemaknaan pada isi setiap pengalaman yang sama dengan tujuan memberikan makna yang berbeda dengan sebelumnya. *Content reframing* menekankan untuk memberikan istilah pada setiap perilaku yang terjadi, dengan tujuan individu mampu memaknai apa yang telah terjadi sehingga tetap merasa bahagia.

Jenis *Reframing* memberikan bantuan kepada konseli untuk merubah makna dari setiap situasi dan kondisi mereka yang dapat memberi tekanan, sehingga dengan perubahan tersebut konseli tetap merasa bahagia.

4. Tahap-Tahap Teknik *Reframing*

Dalam pelaksanaan konseling untuk hasil yang efektif, berikut dipaparkan tahapan teknik *Reframing*.³²

- a. Pemikiran rasional digunakan sebagai salah satu strategi *Reframing* dengan tujuan meyakinkan konseli bahwa adanya suatu masalah

³² Ibid.

dapat menyebabkan tekanan emosi, dengan tujuan konseli mengetahui gambaran mengenai suatu strategi *Reframing* serta memberikan keyakinan terhadap ia bahwa cara pandang yang salah dapat menjadi penyebab tekanan emosi meningkat.

- b. Identifikasi persepsi merupakan suatu tahapan konseling untuk mengenali pemahaman dan pikiran-pikiran yang bermunculan yang dapat menimbulkan emosi. Dengan adanya tahapan identifikasi persepsi dapat membantu mengenali setiap situasi dan kondisi ketika emosi.
- c. Menguraikan peran berarti dari beberapa sudut pandang yang diketahui menjadi penyebab masalah, individu dapat mengatur emosi yang telah diidentifikasi.
- d. Identifikasi persepsi alternatif adalah individu yang telah mengetahui serta memahami penyebab dari terjadinya emosi dapat menjadikan sudut pandang baru untuk mengganti sudut pandang sebelumnya yang menjadi penyebab masalah.
- e. Modifikasi dan persepsi dalam hal ini, individu dapat berupaya untuk mengubah serta mengalihkan sudut pandang lama terhadap pemahaman baru dengan tujuan individu dapat berfikir rasional.
- f. Pekerjaan rumah dan tindak lanjut untuk selalu berlatih melakukan perubahan cepat dari sudut pandang lama ke arah yang lebih positif serta mempraktekkan dalam kondisi nyata.

Dijelaskannya tahapan teknik *Reframing* diatas dapat memudahkan seorang konselor melaksanakan konseling serta membantu konseli melakukan tahap demi tahap dalam proses konseling berdasarkan permasalahan konseli.

5. Tujuan Teknik *Reframing*

Dari penjelasan sebelumnya, teknik *Reframing* bertujuan membentuk sikap seseorang ke arah yang lebih baik. Dengan penerapan *Reframing* memberikan tujuan mengubah perilaku seseorang dan melihat perilaku sebagai dasar dari perubahan.³³ Tujuan yang lainnya dapat digunakan sebagai menguatkan ketangguhan seseorang.³⁴

Menurut Corner, yang menjadi fokus dari strategi *Reframing* terletak pada alasan seseorang yang salah serta kesimpulan yang tidak logis. Bertujuan untuk mengubah pikiran yang irasional atau pernyataan yang negatif.³⁵ Adapun yang merupakan tujuan lain dari *Reframing* adalah mengubah pemikiran individu menjadi ke arah yang lebih positif.³⁶

³³ Catatan Harian Covid-19, *Merdeka Berpikir* (surabaya: Unitomo Press, 2020), 4.

³⁴ Risfan Munir, *Manajemen Apresiatif: Melejitkan Potensi Diri Dalam Karier Dan Bisnis Melalui Sikap Menghargai Diri* (Bandung: PT Mizan Pustaka, 2011).

³⁵ Husaeni Mahfud, "Pengaruh Konseling Kelompok Melalui Pendekatan Rasional Emotive Behavior Therapy Dengan Teknik Reframing Untuk Meningkatkan Motivasi Belajar Di Sekolah," (Universitas Muhamadiyah Magelang, 2020), 47.

³⁶ Novia Mentari Fajrin, "Teknik Reframing Untuk Meningkatkan Percaya Diri Korban Perundungan Verbal Di Sekolah Dasar." (n.d.).

Teknik *Reframing* dapat memberikan tujuan terhadap konseli dengan pikiran yang rasional dan logis berdasarkan sudut pandang lain konseli dapat mengembalikan energi positif dalam hidupnya sehingga seorang konseli dapat mengembangkan potensi dalam lingkungan sosialnya.

6. Manfaat teknik *Reframing*

Berdasarkan uraian diatas, berikut manfaat dari proses konseling dengan teknik *reframing*.³⁷

- a. Dapat mengatur berbagai rangkaian pikiran konseli yang berawal dari negatif ke positif.
- b. Dengan adanya teknik *Reframing* akan memunculkan pikiran baru yang dapat mengatur tindakan serta perilaku positif.
- c. Menumbuhkan tingkat kepercayaan diri konseli untuk melakukan setiap tindakan.
- d. Mampu mengatasi setiap masalah dengan melihat dari berbagai macam sudut pandang.
- e. Teknik *reframing* dapat digunakan pada peristiwa mana pun yang dialami oleh individu yang dapat dilakukan dengan cara menyenangkan.

Dengan adanya jenis-jenis, tahapan, tujuan serta fungsi dari teknik *Reframing* sangat memberi keuntungan dari kedua bela pihak, yakni

³⁷ Zaki Nurul Amin, *Portofolio Teknik-Teknik Konseling* (Semarang: Unnes, 2017), 41.

konselor dan konseli. Konselor diuntungkan dengan proses konseling singkat serta konseli dapat melihat kembali permasalahan yangalaminya dengan sudut pandang lain sehingga dapat mengatur persepsi serta pemahaman baru yang dapat mengembangkan kualitas dirinya dari sudut pandang lain.

C. Pola Asuh

1. Pengertian Pola Asuh

Pola asuh terdiri dari dua kata yaitu pola dan asuh. Pola asuh diartikan dalam bahasa Indonesia yaitu sebagai model, patron serta gambar yang dipakai untuk contoh. Asuh dimaknai dengan membimbing, memimpin, dan mendidik. Sehingga pola asuh dapat dikatakan sebagai kegiatan yang dilakukan secara bersama-sama terdiri dari orang tua anak yang dapat memberi pengaruh besar terhadap anak.³⁸

Pola asuh merupakan suatu bentuk pengasuhan yang diberikan oleh orang tua terhadap anak dari berbagai jenis pengasuhan antara lain membuat peraturan terhadap anak, memberikan hadiah ataupun

³⁸ Hermawan Agus, "Pola Asuh Parental Responsiveness Dan Parental Demandingness Dalam Keluarga Di Era Globalisasi," *Interdisciplinary Journal Of Communication* 3, no. 1 (2018): 108.

hukuman, merupakan sikap orang tua dalam memberi model pola asuh terhadap mereka.³⁹

Pola asuh adalah suatu proses hubungan antara orang tua dan anak, didalamnya terdiri dari pemeliharaan, pengajaran serta perlindungan terhadap anak.⁴⁰ Sehingga anak selalu merasa nyaman ketika berada didekat orang tua.

Menurut Novi Widiastuti dan Dewi Safitri Elshap pola asuh merupakan interaksi yang dilakukan oleh anak dan orang tua selama melakukan pengasuhan, yang didalamnya pengembangan pendidikan anak, memeberikan aturan terhadap anak, memberikan kepercayaan, pemeliharaan, mengontrol cara bergaul, memenuhi kebutuhan anak, serta mengajarkan tingkah laku yang dapat diterima dalam kalangan masyarakat.⁴¹

Dari beberapa definisi diatas penulis dapat menyimpulkan bahwa pola asuh merupakan suatu upaya orang tua untuk memenuhi semua kebutuhan anak yang terdiri dari beberapa model pengasuhan, yakni memenuhi pendidikan moral anak, memenuhi sandang pangan dan papan anak, memberikan kontrol yang sesuai terhadap anak, serta

³⁹ Muerniarti A. Dan Kia, "Pengaruh Pola Asuh Orang Tua Dalam Peningkatan Prestasi Belajar Anak," *Jurnal Dinamika Pendidikan* 13, no. 3 (2020): 268.

⁴⁰ Ni Luh Sanjiwani dan I Gusti Ayu Putu Wulan Budisetyani, "Pola Asuh Permisif Ibu Dan Perilaku Merokok Pada Remaja Laki-Laki Di Sma Negeri 1 Semarang," *Jurnal Psikologi Udayana* 1, no. 2 (2014): 346.

⁴¹ Novi Widiastitu dan Dewi Safitri Elshap, "Pola Asuh Orang Tuan Sebagai Upaya Menumbuhkan Sikap Tanggungjawab Pada Anak Dalam Menggunakan Teknologi Komunikasi," *Jurnial Ilmiah IPT P2M STKIP Siliwangi* 2, no. 2 (2015): 153.

mendidik anak kearah pengembangan perilaku positif yang dapat diterima oleh kalangan sosial.

2. Jenis-Jenis Pola Asuh

Pada masa pertumbuhan anak, tentunya tidak akan lepas dari pengasuhan orang tua. Berikut jenis pola asuh yang diterapkan oleh orang tua terhadap anak mereka.⁴²

- a. Pola Asuh Otoriter, merupakan pengasuhan yang diberikan terhadap anak yaitu anak harus menuruti setiap kehendak orang tua. Jenis pola asuh ini, anak tidak mempunyai kesempatan untuk bertanya tentang apapun terhadap orang tua.
- b. Pola Asuh Demokratis, model pola asuh ini merupakan model pola asuh yang memberikan kesempatan terhadap anak untuk mengutarakan setiap pendapat mereka, sehingga pada akhir pembicaraan dibuat suatu kesimpulan dari berbagai macam pendapat sebelumnya tanpa adanya keterpaksaan.
- c. Pola Asuh Permisif, merupakan jenis pola asuh orang tua yang memberi kebebasan bahkan mendukung setiap terhadap perilaku dan tindakan dari setiap keputusan anak.

⁴² Puji Lestari, "Pola Asuh Anak Dalam Keluarga (Studi Kasus Pada Pengembangan Anak-Anak Di Kampung Jlagran)" 2, no. 1 (2008): 53–54.

Dari tiga jenis pola asuh orang tua diatas, penulis dapat menyimpulkan setiap orang tua berhak memberikan jenis pengasuhan bebas terhadap anak mereka, akan tetapi orang tua yang menganggap anak adalah suatu anugrah atau titipan pencipta kepada mereka dengan segala upaya dan perjuangan mereka akan memberikan jenis pola asuh yang baik dan tepat terhadap sesuatu yang dianggap Anugrah dari Tuhan.

3. Faktor Penghambat Pola Asuh yang Tepat Terhadap Anak

Orang tua adalah *center* atau orang pertama yang ditiru oleh anak, sehingga orang tua dituntut untuk menjadi seorang yang sempurna dimata anak yang dapat memberi pengaruh positif pada masa dewasa anak. Adapun yang menjadi penghambat ketepatan pola asuh terhadap anak adalah sikap meremehkan yang ditujukan oleh orang tua terhadap anak hal ini membuat anak menjadi patah semangat, berbohong terhadap anak merupakan sikap yang sering diperlihatkan oleh orang tua terhadap anak hal ini menjadikan mereka menjadi pembohong handal diusia dewasa, mengkritik setiap hasil dari usaha anak membuat mereka kurang percaya diri.⁴³

Faktor penghambat lainnya adalah kesibukan orang tua dengan berbagai jenis pekerjaan sehingga waktu untuk bersama berkurang. Hal

⁴³ Purwati Aiman Faiz, Bukhori Soleh, Imas Kurniawaty, "Tinjauan Analisis Kritis Terhadap Faktor Penhambat Pendidikan Karakter Di Indonesia," *Jurnal Basicedu* 5, no. 4 (2021).

ini memberikan kesan terhadap anak bahwa orang tua kurang memperhatikannya dan anak tidak merasakan keberadaan orang tua dalam hidupnya.⁴⁴

Adapun faktor penghambat lainnya adalah status sosial ekonomi, dimana adanya perbedaan latar belakang sosial dalam keluarga memberikan pengaruh terhadap perbedaan dalam menanggapi cara pengasuhan terhadap anak. Setiap sikap orang tua mempengaruhi beberapa faktor pengasuhan diantaranya: pengalaman masa lalu, nilai-nilai yang dianut oleh orang tua, tipe kepribadian orang tua, kehidupan perkawinan orang tua, dan alasan orang tua mempunyai anak.⁴⁵

Dari beberapa faktor penghambat pola asuh yang tepat diatas, salah satu faktor utama tidak berjalan lancar pengasuhan orang tua adalah kebutuhan finansial. Kurangnya kebutuhan finansial dalam keluarga menjadikan hubungan dalam keluarga tidak harmonis. Menurut penulis tidak tercukupinya kebutuhan finansial anak membawa pengaruh dalam masa dewasa anak.

D. Perencanaan Layanan Konseling Pastoral Dengan Teknik *Reframing*

1. Definisi Perencanaan Bimbingan dan Konseling Pastoral

⁴⁴ Tutik Hidayatik, "Pola Asuh Orang Tua Dalam Menanamkan Nilai MORAL Pada Anak Keluarga Pemulung Di Desa Winong, Kecamatan Bawang, Kaabupaten Banjarnegara (Studi Kasus Keluarga Pemulung)," *Pendidikan Luar Sekolah* 1, no. 1 (2017).

⁴⁵ Mohammad Adnan, "Pola Asuh Orang Tua Dalam Pembentukan Akhlak Anak Dalam Pendidikan Islam," *Jurnal Studi Keislaman* 4, no. 1 (2018): 75.

Perencanaan merupakan proses pengambilan keputusan untuk pencapaian satu tujuan. Dalam hal ini, perencanaan merupakan penentuan strategi untuk pengambilan tindakan dalam layanan bimbingan konseling.⁴⁶ Menurut Handoko dan Husaini Usman perencanaan merupakan penetapan strategi, kebijakan, serta standar untuk suatu pencapaian.⁴⁷

Dikatakan bahwa perencanaan merupakan suatu pertimbangan dalam melaksanakan hal-hal yang akan dicapai serta menyusun strategi untuk pencapaian tersebut.⁴⁸ Dalam konteks perencanaan layanan bimbingan konseling terhadap kasus orang tua yang kurang memahami pola asuh, seseorang atau konselor perlu menyusun strategi dalam rangka pencapaian tujuan dalam bimbingan konseling.

Konseling pastoral merupakan pelayanan mendukung, dimana memberi dukungan, memotivasi serta membimbing anggota jemaat yang mengalami kesulitan. Hal ini memberi tujuan kepada anggota jemaat memperoleh semangat kembali dalam melanjutkan kehidupannya.⁴⁹

Berdasarkan definisi perencanaan dan konseling pastoral diatas, dapat disimpulkan bahwa perencanaan merupakan suatu strategi yang

⁴⁶ Hunainah & Ujang Seprudin, *Manajemen Bimbingan Dan Konseling* (Ledeng Bandung: RISQI PRESS, 2018), 9.

⁴⁷ Irma Widiyanti, "Manajemen Program Bimbingan Konseling Di MTs Darul Huda Bandar Lampung" (Universitas Islam Negeri Raden Intan, 2021), 9.

⁴⁸ Dina Aprilia, "Pengaruh Konseling Karier Terhadap Peningkatan Efikasi Diri Pada Siswa SMP 12 Banjarmasin," *Jurnal Studia Insania* 1, no. 2 (2013): 96.

⁴⁹ Hesky C. Opit, "Hati Yang Terluka : Pastoral Konseling Kepada Orang Yang Mengalami Kepahitan Luka Batin," *Jurnal Pastoral Konseling* 1, no. 1 (2020): 66.

dilakukan seseorang untuk mencapai suatu tujuan tertentu dan konseling merupakan pemberian motivasi serta hadir secara utuh disamping anggota jemaat yang ada dalam permasalahan hidup. Dalam pelaksanaan konseling pastoral dengan teknik *Reframing*, dibutuhkannya menyusun suatu perencanaan atau strategi atas tindakan yang akan dilakukan untuk pencapaian hasil yang maksimal berdasarkan kasus orang tua yang kurang memahami pola asuh yang tepat.

2. Tahapan Perencanaan Layanan Konseling Pastoral Terhadap Kasus Orang Tua yang Kurang Memahami Pola Asuh

Dalam tahapan program layanan konseling pastoral dimulai dari perencanaan, ada pun tahapan yang dibutuhkan dalam melakukan tahap perencanaan adalah sebagai berikut.⁵⁰

- a. Asesmen kebutuhan individu dan lingkungannya, perencanaan program layanan konseling diawali dengan asesmen kebutuhan individu serta lingkungannya. Dalam hal ini asesmen kebutuhan individu berkaitan dengan identifikasi karakteristik dan harapannya terhadap program layanan bimbingan konseling. Asesmen individu berkaitan dengan identifikasi diri pribadi individu, harapan orang terdekat, bahkan individu itu sendiri.

⁵⁰ Galang Surya Gemilang, *Pengembangan Dan Evaluasi Program Layanan Bimbingan Dan Konseling* (Malang: Azizah Publishing, 2019), 25–29.

- b. Perumusan tujuan bimbingan konseling Pastoral, secara umum layanan bimbingan konseling diselenggarakan di sekolah bahkan dalam lingkup masyarakat dengan tujuan agar dapat menolong setiap individu melaksanakan tugas-tugas perkembangannya secara optimal sehingga dapat mencapai apa yang dibutuhkan. Selain disekolah, layanan bimbingan konseling berkembang dengan pesat pada masyarakat luas dengan tujuan memberi bantuan terhadap masyarakat dalam pengembangan aspek spiritulitas, sosial.
- c. Perancangan layanan konseling, dari hasil asesmen kebutuhan individu dan lingkungannya serta tujuan program yang dapat dilakukan untuk perancangan implementasi layanan konseling dengan melihat bahwa konselor perlu untuk mengemukakan dasar pentingnya layanan konseling. Di perlukan juga deskripsi kebutuhan dimana mengemukakan rumusan hasil asesmen kebutuhan individu dan lingkungannya ke dalam rumusan perilaku yang diharapkan oleh individu.

Berdasarkan rumusan hasil asesmen kebutuhan individu dan kemudian dirumuskan dengan tujuan umum dan secara khusus yang akan dicapai setelah memperoleh pelayanan bimbingan konseling pada

orang tua yang kurang memahami pola asuh. Rencana operasional (*action plan*), dibutuhkan untuk menjamin pelaksanaan yang akan dilakukan bagi pengembangan keseluruhan dari aspek kepribadian individu secara efisien. Rencana pelaksanaan yang dapat dilakukan yaitu menetapkan aktivitas layanan konseling berdasarkan pada tujuan yang diharapkan, menentukan strategi layanan bimbingan konseling untuk mencapai tujuan konseling yang diharapkan, menetapkan alokas, waktu, biaya, dan sarana prasarana yang diperlukan dalam mendukung pelaksanaan layanan bimbingan konseling. Dalam hal ini dibutuhkan juga persetujuan dari pihak yang akan ikut dalam layanan konseling dengan tujuan bimbingan konseling dapat berjalan dengan baik.

- d. Pelaksanaan Program Layanan Konseling, rancangan aktivitas layanan konseling yang disepakati pihak-pihak yang berkepentingan dalam program layanan yang komprehensif merupakan instrumen yang digunakan untuk membantu konseli mencapai kemampuan atau perubahan yang diharapkan. Dalam pelaksanaannya, konselor perlu bekerjasama dengan berbagai pihak sehingga keberhasilan layanan konseling dapat dicapai secara maksimal.

Adanya perencanaan program layanan bimbingan konseling dapat memberi kontribusi terbesar pada layanan bimbingan dan

konseling, karena dengan perencanaan segala sesuatu yang dibutuhkan dalam pelayanan bimbingan telah dirumuskan serta pelaksanaan tindakan berdasarkan kerangka yang telah disusun dan ditetapkan.