

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Konseling Pastoral

1. Definisi Konseling Pastoral

Kata "Konseling berasal dari kata "*consilere*", yang berasal dari kata "*confium*", yang berasal dari kata dasar "*consilere*", yang berarti "menasihati", yaitu memberikan nasehat kepada orang lain untuk membantu mereka berpikir dan membuat keputusan. ¹⁴Konselor dan pembimbing bekerja sama untuk membantu satu sama lain. Tujuan konseling adalah untuk membantu supervisi dengan memahami dirinya dan lingkungannya melalui percakapan atau proses komunikasi antara konselor dan supervisi. Tujuannya adalah untuk membantu mereka membuat keputusan dan menetapkan tujuan berdasarkan prinsip-prinsip yang mereka anut sehingga mereka merasa bahagia dan berperilaku dengan baik.¹⁵

Istilah "pastoral" berasal dari kata "pastor" dalam bahasa Latin (*poimen*) dan "gembala" dalam bahasa Yunani. Oleh karena itu, pelayanan pastoral dapat diartikan sebagai penggembalaan . ¹⁶Seorang gembala melakukan pastoral

¹⁴ Tony Tedjo, *konseling Kristen*, (Yogyakarta :PMBE ANDI, 2020),9.

¹⁵ Achmad Juntika Nurhisan, *bimbingan konseling dalam berbagai latar kehidupan*;refika aditama, 2018), 10.

¹⁶ Daniel Ronda, *Pengantar konseling Pastoral: teori dan kasus Praktiks Dalm Jemaat*, (Bandung: kalam hidup,2018), 22.

dengan mencari dan mengunjungi anggota jemaat satu per satu, terutama mereka yang mengalami kesulitan dengan

Masalah mereka. ¹⁷Pastoral merupakan pelayanan yang menyadarkan jemaat akan iman. Melalui Pelayanan yang dilakukan diharapkan mereka semakin bersandar kepada Tuhan dan senantiasa mempraktikkan firman dalam hidupnya. Dengan demikian, jemaat akan semakin teguh dan memiliki pengharapan di dalam Tuhan. Jemaat juga diharapkan selalu berperan aktif dalam persekutuan dan dapat membawa terang Kristus dimana pun mereka berada.

Konseling pastoral/pastoral care menurut Julianto Simanjuntak, hal ini untuk membekali setiap jemaah agar uler belakangan ini. Konseling pastoral sering dianggap sebagai obat mujarab, suatu ilmu baru dan spiritual di beberapa gereja. Ini menunjukkan bahwa konseling pastoral secara umum dianggap sebagai upaya bantuan spiritual Dengan demikian, mereka yang berpendapat demikian menekankan istilah "pastoral" ketika mereka berbicara tentang "konseling pastoral". Di sisi lain, beberapa orang Kristen lebih menekankan "konseling" daripada "konseling pastoral". Dengan kata lain, fokus mereka adalah bantuan, yang pada dasarnya adalah bantuan psikologis.¹⁸

¹⁷ Tulus tu'u, dasar-dasar konseling pastoral, (Yogyakarta: ANDI,2007), 20.

¹⁸ Esther Rela Intarti, *Pengantar Konseling Pastoral* (Yogyakarta: Buku Baik 2016), 8.

2. Tujuan Konseling Pastoral

Menurut Totok S. Wiryasaputra ada 7 tujuan dalam konseling pastoral yakni:¹⁹

a. Membantu konseli mengalami pengalamannya dan menerima kenyataan

Tujuan pertama dari konseling pastoral adalah untuk membantu klien menerima pengalaman mereka dan menerima sepenuhnya apa yang pada mereka. Artinya konselor membantu konseli dan melaluinya klien sehingga pelanggan ingin dan dapat mengalami pengalaman dan perasaannya secara keseluruhan. Pemahaman diri secara menyeluruh mencakup pemahaman tentang kekuatan dan kelemahan diri sendiri, serta peluang dan hambatan dari luar. Bantu klien berbicara secara bebas.

Tujuan lain dari konseling pastoral adalah membantu klien mengekspresikan diri mereka secara utuh. Melalui bimbingan pastoral, klien dibantu untuk mengungkapkan perasaan, dan keinginannya secara spontan, kreatif dan efektif. Dalam hal ini konselor membantu klien untuk mengekspresikan dirinya secara utuh

b. Membantu konseli berubah, bertumbuh, dan berfungsi maksimal

Perubahan menuju pertumbuhan adalah tujuan kedua dari layanan konsultasi ini. Selama proses konseling pastoral, klien dibantu oleh konselor untuk menjadi agen perubahan baik dalam dirinya maupun lingkungannya.

¹⁹ Totok S. Wiryasaputra, *Konseling Pastoral di Era Milenial*, (Yogyakarta: seven books, 2019) 179-189

Pada dasarnya, klien berfungsi sebagai pendorong utama perubahan selama proses konseling

c. Membantu konseli menciptakan komunikasi yang sehat

Tujuan ketiga dari layanan ini adalah untuk membantu klien menciptakan interaksi yang sehat, karena banyak masyarakat yang tidak dapat berinteraksi secara sehat dengan lingkungannya karena berbagai alasan. Tak jarang komunikasi yang tidak sehat menimbulkan berbagai permasalahan baik pada diri seseorang maupun pada lingkungannya. Oleh karena itu, konseling pastoral dapat membantu orang membangun hubungan yang sehat. Konseling pastoral dapat digunakan sebagai alat pembelajaran yang memungkinkan peserta didik berinteraksi lebih baik dengan lingkungannya

d. Membantu konseli bertingkah laku baru

Tujuan kelima adalah membantu konseli berperilaku baru. Konseling pastoral dapat digunakan sebagai cara untuk menciptakan dan mempraktikkan perilaku baru yang lebih sehat.

e. Membantu konseli bertahan dalam situasi baru

Tujuan keenam adalah membantu klien menghadapi situasi barunya. Dalam hal ini, subjek mampu bertahan dalam keadaannya saat ini dan akhirnya menerima keadaan dengan lapang dada dan menata kembali kehidupan barunya. Hal ini dilakukan jika konseli tidak bisa kembali ke kondisi semula seperti sebelum mengalami krisis Banyak konselor, terutama

yang amatir tidak menyokong konseli melakoni pengalamannya secara penuh dan utuh kintil dibantu kepada berdeging, menyendirikan menyelewengkan penyuluhan pastoral kepada melarikan diri, menutupi, atau mengendal ayat. Konseling pastoral hendaknya dipakai kepada bermanfaat konseli mengecapi ayat yang sedang dialaminya secara terbuka.

f. Membantu konseli menghilangkan gejala disfungsi

Tujuan ketujuh dari konseling pastoral yaitu membantu klien menghilangkan atau menyembuhkan gejala-gejala menjadi persoalan yang disebabkan oleh krisis.

3. Fungsi Konseling Pastoral

Menurut Totok s. wiryasaputra, fungsi pendampingan dapat diterapkan juga sebagai fungsi pastoral. Ada empat fungsi konselor dalam melakukan konseling, yaitu menyembuhkan, membimbing, menopang, dan memperbaiki hubungan, dan juga memiliki lima fungsi konseling pastoral yaitu:²⁰

a. Menyembuhkan

Menyembuhkan adalah tugas pertama. Ketika konselor melihat situasi yang tidak dapat dikembalikan ke keadaan semula, mereka menggunakan fitur ini. Klien dapat menghilangkan gejala dan perilaku disfungsi dengan cara ini, sehingga mereka tidak lagi mengalami gejala yang

²⁰ .Totok S. Wiryasaputra, *Konseling Pastoral di Era Milenial*, (Yogyakarta: Seven Books ,2019), 190-193

menyusahkan dan dapat kembali berfungsi normal seperti sebelum krisis. Terakhir, klien memiliki kesempatan untuk membangun kembali keseimbangan homeostatis yang baru. efektif dan dinamis.

b. Menopang

Ketika klien tidak dapat kembali ke keadaan semula, fungsi penopang membantunya menerima keadaan batinnya dan berdiri di atas kedua kakinya sendiri, menjadi sempurna dan utuh dan berfungsi sepenuhnya. Dengan bantuan orang lain, subjek dapat melewati kenyataan yang mengerikan dan akhirnya menerimanya. Dengan demikian, mereka dapat bertahan hidup dan menemukan tujuan, makna, dan nilai baru dalam hidup mereka.

c. Membimbing

Ketika konseli sedang mengambil keputusan tentang masa depannya. fungsi ketiga adalah membimbing. Fungsi membimbing dilakukan dengan meminta mereka berada dalam kondisi mental yang siap, misalnya mereka dapat berpikir jernih dan fokus pada pilihan mereka, dan mendaftar manfaat dan kerugian dari setiap pilihan.

d. Memperbaiki Hubungan

Meningkatkan hubungan antarmanusia adalah tugas keempat Konselor bertindak sebagai mediator dan membantu konseli ketika mereka mengalami konflik internal yang menyebabkan putus atau kerusakan

hubungan. Dia berfungsi sebagai penengah antara dua kelompok yang berselisih.

e. Memberdayakan

Memberdayakan adalah tugas kelima Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk membantu konseli menjadi orang yang dapat membantu dirinya sendiri ketika dia menghadapi masalah di masa depan. Konseli mandiri dan tidak bergantung pada konselor.

f. Mentransformasi

Fungsi yang terakhir adalah mentransformasi. Setelah konseli telah sembuh atau ketika konseling pastoral telah tuntas. Tujuan ini berkaitan dengan makna hidup, tujuan hidup baik secara perorangan, pasangan, keluarga, kelompok, komunitas, dan sistem kemasyarakatan yang lebih luas.

B. Tahapan Konseling Pastoral

Ada beberapa tahap dalam proses konseling pastoral menurut Menurut Totok S. Wiryasaputra yaitu:²¹

1. Membangun hubungan kepercayaan (*Rapport*)

Tahap ini dilakukan pada pertemuan sesi pertama dalam praktik konseling. Tujuan paling Tahap paling penting adalah membangun kepercayaan dengan konseli sehingga mereka percaya bahwa konselor bersedia masuk ke dalam kehidupan mereka saat mereka menghadapi kesulitan terbesar, menyimpan

²¹ Totok S. Wiryasaputra, *Konseling Pastoral di Era Milenial*, (Yogyakarta: Seven Books 2019), 195-199.

rahasia dan membantunya. Tanpa kepercayaan, penerimaan, perubahan, dan kemajuan tidak mungkin terjadi.

2. Mengumpulkan data (*Anamnesa*)

Dalam praktik konseling, tahap pengumpulan data biasanya dilakukan pada pertemuan atau sesi pertama, atau selambat-lambatnya pada pertemuan atau sesi kedua. Dalam tahap ini, konselor berusaha untuk mengumpulkan informasi tentang konseli, termasuk riwayat hidupnya, masalah, dan gangguan.

3. Menyimpulkan sumber masalah (*Diagnosa*)

Sesi kedua konseling memulai tahap ini, dan paling lambat dilakukan pada sesi ketiga konseling. Pada titik ini, konselor menganalisis data untuk mengidentifikasi hubungan antara informasi dengan informasi lainnya, baik dalam satu aspek maupun dalam aspek lainnya. Dengan kata lain, konselor melakukan sintesis dan kemudian membuat kesimpulan tentang masalah atau keprihatinan utama konseli.

4. Membuat rencana tindakan (*Treatment planning*)

Dalam langkah ini, konselor menjelaskan tujuan konseling secara menyeluruh. Untuk mencapai tujuan ini, konselor menunjukkan strategi konseling, baik jangka panjang maupun pendek.

5. Tindakan (*Treatment*)

Pada tahap ini, konselor memberikan pertolongan yang direncanakan. Semuanya harus dilakukan secara bertahap dan mendalam. Tahap satu terkait

dengan tahap lain. Semua tindakan akan dicatat oleh konselor Mencatat semua tindakan.

6. Mengkaji ulang dan evaluasi (Review and Evaluation)

Proses konseling pastoral memerlukan evaluasi dan review secara berkala karena merupakan upaya terus menerus. Evaluasi dapat digunakan untuk mengambil pelajaran bagi konselor dan semua yang berkaitan dengan layanan konseling pastoral.

7. Memutuskan hubungan-Terminasi (*Termination*)

Proses ini biasanya dilakukan setelah pertemuan atau sesi kelima atau keenam. Pendampingan konseling akan dilakukan enam hingga enam kali pertemuan lagi jika masalahnya ternyata rumit. Konseling harus diakhiri karena itu adalah hubungan kerja. Namun, pemecatan tidak selalu merupakan hasil akhir. Anak didik dapat mempertahankan hubungan sosial. Apalagi jika yang diawasi memiliki hubungan sosial dengan atasan.

C. Perencanaan Konseling Pastoral

Perencanaan merupakan sebuah rangkaian kegiatan yang akan dilakukan oleh sekelompok orang maupun individu pada waktu yang akan datang dengan menggunakan prinsip-prinsip tertentu.²² Mengantisipasi dan menyiapkan berbagai kemungkinan yang bisa terjadi atau usaha untuk menentukan usaha dan mengontrol kemungkinan yang akan terjadi adalah definisi proses yang

²² Abu Bakar M. Luddin, *Dasar-dasar Konseling Tinjauan Teri dan Praktik*, (Bandung Ciptapustaka Media Perintis, 2010), 56.

kontinu dari perencanaan. Proses perencanaan dilakukan terutama karena perlunya melakukan tindakan.

Layanan konseling ialah suatu layanan untuk membantu orang dalam menyelesaikan masalah, terutama masalah sosial maupun pribadi.²³ Layanan konseling dilakukan dalam bentuk interaksi pribadi antara konselor dan konseli. Konselor membantu konseli mengembangkan potensi mereka sebaik mungkin dan mengatasi tantangan. Oleh karena itu, langkah pertama yang diambil oleh konselor untuk merencanakan layanan konseling adalah perencanaan layanan konseling. Pendapat para ahli tentang perencanaan layanan konseling:²⁴

1. Menurut T. Hani Handoko, perencanaan adalah keputusan untuk menetapkan tujuan organisasi dan menentukan strategi, kebijaksanaan, proyek, prosedur, metode, sistem, dan anggaran yang diperlukan untuk mencapai tujuan tersebut.
2. Fajar Santoadi mengatakan bahwa perencanaan adalah tahap pertama sebelum kegiatan berjalan, yang menetapkan tujuan dan membuat rancangan aktivitas dalam jangka waktu tertentu. Wardati dan Mohammad Jauhar mengatakan bahwa program satuan layanan dapat direncanakan secara tertulis dan mencakup sasaran tujuan, materi, metode, waktu, dan rencana penelitian

²³ Achmad Jantika Nurhisn, *Bimbingan dan Konseling Dalam Berbagai Latar Kehidupan*, (Bangung Refika Aditama, 2018), 20.

²⁴ Henni Syafriana Nasution, *Bimbingan Konseling Konsep, Teori dan Aplikasinya*, (Medan Lembaga Peduli Pengembangan Pendidikan Indonesia (LPPPI), 2019), 202.

3. Menurut H.J. Burbach dan L.E Decker dalam buku Achmad Juntika Nurhisnan, proses berkelanjutan yang menetapkan dan mengontrol berbagai kemungkinan atau usaha.

Berbagai pengertian mengenai perencanaan, para ahli berpendapat. Sehubungan dengan hal tersebut, H.J. Burbach dan LE. Decker mengatkan pendapatnya bahwa desain adalah proses yang berkesinambungan. Yang dimaksud dengan proses dalam hal ini merupakan antisipasi dan persiapan terhadap berbagai kemungkinan atau upaya untuk menentukan dan mengendalikan kemungkinan-kemungkinan yang akan terjadi. Dari berbagai pengertian perencanaan itu, maka tampak bahwa di dalam perencanaan terdapat beberapa aspek kegiatan penting untuk mencapai tujuan, perencanaan bertujuan untuk merencanakan bagaimana proses yang akan di laksanakan dalam proses konseling.

Manfaat dalam melakukan perencanaan program secara matang yaitu:

²⁵Manfaat perencanaan program yang cermat meliputi:

- a) Arah pelaksanaan program bimbingan jelas;
- b) Pemantauan dan evaluasi terhadap fungsi pengendalian yang dilakukan mudah ;
- c) pelaksanaan program tindakan pengendalian yang lancar, efektif dan efisien.

²⁵ Achmad Juntika Nurhisnan, *Bimbingan dan Konseling Dalam Berbagai Latar Kehidupan*, (Bangung Refika Aditama, 2015), 62.

Konseling pastoral merupakan suatu usaha yang teratur dan terstruktur, maka dari itu sebelum melakukan proses layanan konseling, konselor perlu menggunakan tahap-tahap tertentu.²⁶ Adapun tahap-tahap yang akan penulis gunakan sebelum melakukan konseling pastoral adalah sebagai berikut:

1. Menciptakan hubungan kepercayaan, dimana tahap ini dilakukan pada awal perjumpaan antara konselor dan konseli;
2. Mengumpulkan data (*anamnesa*), dilakukan pada perjumpaan sesi kedua dalam praktik konseling, dimana pada tahap ini konselor mengumpulkan semua data-data konseli;
3. Menyimpulkan sumber masalah (*diagnosa*), pada tahap ini konselor memberi nama masalah psikologis spiritual dan menyimpulkan permasalahan utama dari masalah konseli.
4. Membuat rencana tindakan (*Treatment Planning*), pada tahap ini konselor membuat rencana, seperti menentukan tempat pertemuan, berapa lama waktu yang akan digunakan dalam melakukan konseling, menentukan tujuan yang ingin dicapai, menerapkan beberapa teknik client centered dalam konseling.

²⁶ Totok S. Wiryasaputra, *Konseling Pastoral di Era Milenial*, (Yogyakarta: Seven Books, 2019), 194.

D. Pendekatan *Client Centered Therapy*

1. *Client Centered Therapy*

Carl Rogers menciptakan pendekatan client centered yang juga dikenal sebagai pendekatan yang berpusat pada orang. Tujuan dari pendekatan ini adalah untuk membantu klien konseling menjadi individu yang positif. Metode ini termasuk dalam kategori bidang antropologi yang menganut perspektif eksistensial. Rogers mencatat bahwa banyak konselor percaya bahwa mereka memiliki pengetahuan tertinggi dalam bidang konseling. Rogers percaya bahwa manusia sangat jujur, memiliki kemampuan untuk memahami diri mereka sendiri dan mengatasi masalah mereka tanpa bantuan langsung dari seorang konselor, dan bahwa manusia memiliki kemampuan untuk berkembang.²⁷

Keyakinan bahwa setiap orang pada dasarnya baik adalah perspektif dari pendekatan terapeutik yang berpusat pada klien. Diulangi, masyarakat cenderung berkembang secara konstruktif, positif, realistis, dan dapat dipercaya. Metode ini menganggap bahwa manusia juga memiliki kemampuan untuk merasakan pengalaman, yang berarti mereka dapat membuat gagasan yang berkaitan dengan kehidupan kita, bukan menekannya. Manusia memiliki kemampuan untuk melacak dan mengontrol tindakan mereka sendiri. Konsep utama dari pendekatan

²⁷ Ulfa Danni Rosada" Model Pendekatan konseling Client Centered dan Penerapannya Dalam Paraktik" *Jurnal Bimbingan Konseling* 6 (2016).13-17

terapi berpusat pada klien yang ditawarkan oleh Rogers terdiri dari tiga bagian, yaitu: 1) Individu, baik secara fisik maupun mental; 2) Pengalaman hidup yang berdampak psikologis bagi seseorang, seperti pendidikan, membesarkan anak, persahabatan, dan sebagainya, dan 3) Interaksi antara individu dan keadaan menentukan watak mereka. Kesadaran diri membantu Anda mengidentifikasi siapa Anda dan bagaimana Anda berbeda dari orang lain. Orang membutuhkan hormat, kehangatan, perhatian, dan penerimaan untuk menjadi sehat.²⁸

Pandangan *Client Centered Therapy* tentang sifat manusia menolak gagasan tentang kecenderungan dasar negative. Konsep kebiasaan negatif bertentangan dengan perspektif deskriptif tentang kepribadian klien. Ada yang mengatakan bahwa manusia itu bodoh dan akan menghancurkan dirinya sendiri dan orang lain jika mereka tidak bersosialisasi. Corey mengatakan bahwa Gerald menunjukkan kepercayaan pada orang lain. Dia melihat orang-orang yang mudah bergaul dan berwawasan ke depan yang berusaha sebaik mungkin dan mencari yang terbaik dalam diri mereka. Sederhananya, orang itu setia, kooperatif, dan kreatif, jadi tidak perlu mengontrol keinginan mereka dorongan agresifnya harus dikendalikan.²⁹

2. Tujuan konseling dengan pendekatan *Client Centered Therapy*

²⁸ Ibid

²⁹ Ibid.18

Menciptakan lingkungan di mana klien dapat menyelidiki diri mereka sendiri, menemukan hal-hal yang menghambat pertumbuhan mereka, dan memahami aspek-aspek kehidupan mereka yang belum dikenal atau sudah dewasa. Konselor membantu klien tumbuh dalam keterbukaan, kepercayaan diri dan kemauan untuk bertindak, untuk memperkuat kebebasan dan semangat hidup mereka.

Tujuan konseling bukan untuk memecahkan masalah, tetapi untuk membantu klien bertumbuh agar dapat mengelola masalah yang mereka hadapi saat ini dengan lebih baik dan mengelola masalah mereka sendiri dengan lebih baik di masa depan. Di sisi lain, sasaran utama pendekatan terapeutik yang berpusat pada klien berfokus pada orang yang mampu memiliki efikasi diri mereka terbuka terhadap pengalaman; mereka percaya pada diri mereka sendiri; mereka menemukan solusi untuk masalah duniawi mereka; dan mereka selalu ingin berkembang. Kerangka pemahaman arah konseling diberikan oleh keempat karakteristik ini. Konseling tidak dipilih oleh konselor; sebaliknya, konselor memajukan tujuan klien melalui pembentukan hubungan terapeutik.³⁰

3. Ciri-Ciri Pendekatan *Client Centered Therapy*

Dalam percakapan dengan Corey, Rogers menyatakan bahwa ada beberapa karakteristik yang membedakan pendekatan *client centered* dari

³⁰ Ulfa Danni Rosada" Model Pendekatan konseling Client Centered dan Penerapannya Dalam Paraktik" *Jurnal Bimbingan Konseling* 6 (2016).13-17

pendekatan lain. Mereka termasuk: 1) Klien memiliki kemampuan untuk mengambil tanggung jawab, memiliki kemampuan untuk memecahkan masalah, dan memiliki kemampuan untuk memilih tindakan yang dianggapnya tepat. 2) Pendekatan ini menekankan dunia fenomenal klien dengan terapis berfokus pada kesadaran diri dan perspektif klien. Akibatnya, psikoterapi bersifat konstruktif ketika efeknya dihasilkan dari hubungan antara konselor dan klien. 4) Efektivitas terapi bergantung pada kualitas seperti ketulusan, kehangatan, non-penerimaan, dan cinta kasih yang adil. 5. Teori Klien Berpusat Terapi dikembangkan melalui penelitian tentang proses dan hasil terapi. Tidak seperti teori tertutup, teori ini telah berkembang dalam penelitian konseling selama bertahun-tahun dan terus berkembang seiring dengan penelitian baru yang memperluas pemahaman kita tentang praktik dan manusia.

4. Tujuan Pendekatan *Client Centered Therapy*

Tujuan utama dari pendekatan *Client Centered Therapy* adalah untuk menciptakan suasana yang kondusif dalam upaya membantu klien menjadi lebih individual. Untuk mencapai tujuan terapeutik ini, terapis harus berusaha membantu klien memahami apa yang ada di balik masker yang mereka kenakan.³¹ Klien mengembangkan citra dan topeng sebagai pertahanan terhadap ancaman. Perilaku klien menghalanginya untuk

³¹ Ibid 18

tampil sepenuhnya di hadapan orang lain, dan upayanya untuk menipu orang lain menjadikannya orang asing bagi dirinya sendiri.

Menurut Corey Gerald Tujuan konseling dengan pendekatan *Client Centered Therapy* adalah sebagai berikut: 1) Menciptakan lingkungan yang positif bagi klien untuk introspeksi diri untuk memahami hambatan yang menghalangi pertumbuhannya. 2) Membantu klien bergerak menuju keterbukaan yang lebih besar, kepercayaan diri, kemandirian, dan kebebasan dalam hidup. 3) Menciptakan lingkungan konseling yang aman dan percaya sehingga klien sadar akan hambatan atau hambatan pertumbuhannya dengan menggunakan hubungan konseling untuk pemeriksaan diri. 4) Membantu klien membuka pikirannya.

5. Teknik-Teknik Konseling *Client Centered Therapy*

Menciptakan relasi yang berkualitas, konselor harus bersikap asli, hangat, penuh empati, menghormati, demokratis, toleran, dan permisif. Hubungan yang begitu kondusif dalam konseling itu diharapkan dapat dialihkan dalam hubungan konseli dengan orang sekelilingnya sehingga dapat menciptakan hubungan dan hidup yang lebih penuh dan utuh. Pendekatan ini menggunakan beberapa teknik, namun yang terpenting adalah sikap dan keterampilan guru Pendekatan ini tidak mendukung alat diagnostik dan pengukuran seperti tes psikologi, interpretasi mimpi,

pembuatan riwayat hidup (case history), atau pertanyaan-pertanyaan untuk menggali informasi konseli.³²

E. Perselingkuhan

Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) mendefinisikan selingkuh sebagai sebuah perilaku suka menyembunyikan sesuatu untuk kepentingan sendiri, tidak berterus terang, tidak jujur, dan curang.³³ Menurut Blow dan Hartnett, perselingkuhan didefinisikan sebagai tindakan seksual atau emosional.³⁴ dari salah satu atau kedua orang yang terlibat dalam hubungan berkomitmen yang dianggap sebagai pelanggaran kepercayaan atau eksklusivitas dan norma seksual atau emosional. Jika seseorang sudah menikah dengan orang lain yang bukan pasangannya yang sah, mereka disebut perselingkuhan. Ini hanya melibatkan hubungan emosional yang intens atau hubungan seksual.³⁵ Hubungan tersebut tidak melibatkan hubungan seks, tetapi tetap membahayakan keutuhan pernikahan karena nilainya dapat lebih besar dari pernikahan itu sendiri.

Pada dasarnya, seorang pria atau wanita tidak selalu memiliki hubungan perselingkuhan; namun, ada beberapa hal yang dapat menyebabkan mereka

³² Totok S. Wiryasaputra, *Konseling Pastoral di Era Milenial*, (Yogyakarta: Seven Books, 2019), 211.

³³ Departemen Pendidikan Nasional, Kamus Besar Bahasa Indonesia), 1021.

³⁴ Anwar Bastian, *Perselingkuhan sebagai Kenikmatan Menyesatkan*, jurnal (Psikologi Perkembangan, 2012), 45.

³⁵ AS Ginanjar, *Proses Healing Pada Istri Yang Mengalami Perselingkuhan Suami*, jurnal (Depok: Universitas Indonesia, 2009), 66-76.

melakukannya. Berikut ini adalah beberapa faktor yang dapat menyebabkan perselingkuhan:³⁶

- a. Keintiman dan cinta yang ada dalam hubungan suami istri telah hilang Hal-hal seperti tidak menyukai seks, tidak berpakaian sesuai jika seorang wanita mengajak Anda ke pesta atau berkencan, dan cemburu yang disebabkan oleh pihak ketiga atau diri sendiri.
- b. Karena masalah keuangan, seperti mertua atau anggota keluarga lainnya Adanya orang tua yang selalu ikut campur dalam aktivitas keluarga anaknya, terutama dalam hal keuangan, menimbulkan kesalahpahaman dan kegelisahan dalam rumah tangganya. Selain itu, kesibukan masing-masing membuat lebih mudah keluar dari rumah daripada hidup bersama keluarga. Hal ini disebabkan fakta bahwa ketika semua orang sibuk dengan pekerjaannya masing-masing, mereka tidak nyaman bersama dan merasa tidak nyaman.

Keluarga dengan atribut keagamaan pada umumnya paling sering mengalami perselingkuhan, menurut Sofyan S. Willis.³⁷

2. Dampak Perselingkuhan

Setiap tindakan pasti mempunyai akibat atau akibat tertentu Perselingkuhan menimbulkan beberapa konsekuensi tertentu bagi pasangan dan orang yang

³⁶ Mohamad Surya, *Bina Keluarga*, (Semarang: CV. Aneka Ilmu, 2003), 413.

³⁷ Sofyan S. Willis, *Konseling Keluarga*, (Bandung: Alfabeta, 2013), 18.

terlibat dalam hubungan tersebut.³⁸ Pasangan yang berselingkuh biasanya menanggung akibat yang paling besar. Orang yang terlibat dalam hubungan tersebut juga mengalami dampak negatif secara pribadi akibat hubungan tersebut. Konsekuensi dari perselingkuhan biasanya sangat merugikan individu dan keluarga. Perselingkuhan menghancurkan kepercayaan, keintiman dalam pernikahan, dan harga diri seseorang. Selain itu, perselingkuhan dapat merusak karier dan menyebabkan kesedihan yang berlangsung lama.³⁹

Perilaku selingkuh secara psikologis dapat dianggap sebagai mekanisme pertahanan diri terhadap tantangan kebutuhan diri.⁴⁰ Kebutuhan yang tidak terpenuhi dalam keluarga dipenuhi secara artifisial melalui suatu hubungan. Dalam hubungan, masalah seolah-olah terpecahkan, yang memberikan keseimbangan sejenak. Namun karena cara ini salah dan tidak tepat, maka terjadilah masalah baru yang memerlukan solusi berbeda.

Istri "korban" perselingkuhan pasangan mengajarkan bahwa hari-hari setelah perselingkuhannya terungkap adalah masa-masa yang sangat sulit bagi mereka. Penuh dengan gejolak emosi negatif, perasaan tidak berdaya, putus asa dan luka batin yang sangat menyakitkan. Selain itu, sangat melelahkan dan

³⁸Lina Rahmawati, *Problematika Perselingkuhan Suami dan Upaya penanganannya Menurut Julia Hartley Moore dan Mohamad Surya*, Skripsi (Semarang: UIN Walisongo, 2015), 32.

³⁹Jarot Wijanarko, *Selingkuh dan Sex Serta Tanya Jawab Pernikahan*, (Jakarta: Keluarga Bahagia Indonesia, 2017), 174.

⁴⁰Mohamad Surya, *Bina Kelurga*, (Semarang: CV. Aneka Ilmu, 2003), 412.

penuh ketidakpastian. Dan seringkali setelah seorang wanita mulai melakukan perubahan positif, dia terjatuh lagi akibat konflik dengan suaminya.⁴¹

Dampak perselingkuhan pada anak ketika masih kecil memang tidak langsung terasa dampaknya. Bahkan ada beberapa keadaan dimana pengaruh perselingkuhan memegang bagian kecil dari pembentukan kepribadian anak. Namun, anak-anak menjadi korban perselingkuhan di situasi lain. Ketika mereka mengetahui bahwa orang tuanya melakukan hal itu, mereka kecewa dan marah. Mereka juga malu ketika teman-temannya bertanya tentang hal itu dan kemudian bereaksi secara spesifik terhadapnya. Perzinahan adalah melanggar janji pernikahan. Faktor-faktor berikut dapat menyebabkan perselisihan dan kehancuran keluarga: kekerasan dalam rumah tangga, perselisihan, perselingkuhan, perselingkuhan, masalah ekonomi, pernikahan dini, kekurangan anak, perbedaan keyakinan dan prinsip, dan banyak lagi.

Selain itu, perselingkuhan terjadi karena adanya jarak dan peluang, yang dapat menyebabkan kesedihan, kekecewaan, dan kepahitan. Selain itu, kebutuhan yang tidak terpenuhi dapat menyebabkan rasa sakit dan patah hati, seperti: 1) kebutuhan emosional, yaitu setiap pasangan membutuhkan penerimaan satu sama lain, jika penerimaan ini tidak terpenuhi, perselingkuhan dapat terjadi (Roma 15:5-7); 2) kebutuhan seksual (1 Korintus 7:2-5); 3) Perbudakan daging (Galatia 5:19-21) menunjukkan bahwa meskipun manusia

⁴¹ Adriana S. Ginanjar, *Pelangi di Akhir Badai*, (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2009), 12.

menyadari pelanggarannya, mereka tidak melawannya, ini dapat terjadi karena kebetulan dan kesempatan (Roma 7:19-23), dan 4) Untuk menyalurkan khayalannya, Jiwa atau "nafsunya diikat. Allah benci orang yang kafir. Pada dasarnya, zina adalah perbuatan zina, yang dilarang oleh Allah dan tidak menguntungkan.

F. Luka Batin

Luka batin dapat disebut juga beban emosi. Ini menunjuk pada pola- pola berpikir dan pengalaman-pengalaman masa lalu yang tidak menyenangkan yang terus berlangsung menghantui. Kemudian hal ini menjadi beliefs system atau cara berpikir rasional dalam diri seseorang. Setiap kali mengingat hal itu mempengaruhi sikap dan reaksi-reaksi seseorang dalam hidupnya.⁴²

Metode penyembuhan dalam yang dipelopori oleh Sanford dan Morton Kelsey menciptakan istilah Luka batin. Setelah itu, istilah tersebut digunakan dalam ajaran Kristen. Istilah ini digunakan untuk menggambarkan keadaan mental seseorang yang tidak sehat, yang berarti ada sesuatu yang tidak beres dengannya. Semua ini bermula dari pengalaman kehidupan yang buruk. Kecepatan mengakar di dalam tubuh dan terus-menerus mengkonsumsinya. Jika itu dibiarkan, alam bawah sadar Anda akan menderita penyakit psikologis.

43

⁴² E. P. Gintings, *Pastoral Konseling Membaca Manusia Sebagai Dokumen Hidup* (Yogyakarta: Andi, 2016), 79-80.

⁴³ Katharina Aanggun Dwi Novitasari, dkk "Dinamika Psikospiritual Penyembuhan Luka Batin" *Jurnal Experetian* 9 (2021)

Luka batin membuatnya sulit bergaul, sering menyalahkan orang lain, atau bahkan menyalahkan diri sendiri dan masih banyak konsekuensi negatif lainnya. Di luar, Anda terlihat tenang, tetapi hati Anda penuh dengan banyak masalah, sehingga penderitanya benar-benar tersesat. Pikiran yang terluka menyebabkan kesedihan yang mendalam, rasa tidak aman, kemarahan, emosi yang tidak terkendali, kemarahan yang tidak terarah, dan terkadang keinginan yang pahit untuk mengakhiri hidup, malu, membohongi, mempermalukan diri sendiri, dan bersikap defensif. Orang yang mengalami luka batin tidak akan memiliki warna atau warna dalam hidupnya.⁴⁴ Dalam hal ini konseling pastoral dibutuhkan untuk membantu konseli yang mengalami permasalahan akibat luka batin.

1. Faktor-faktor penyebab Luka Batin

Dalam bukunya *"Healing for Bitter Hearts"*, Charles R. Gerber mengatakan bahwa tiga hal utama dapat menyebabkan luka batin kehilangan, ketidakadilan, dan pengkhianatan.⁴⁵

1. Kehilangan

Dalam kasus ini, yang dimaksud bukanlah kehilangan sementara, tetapi kehilangan abadi yang disebabkan oleh kematian orang yang dicintai. Kematian adalah peristiwa yang sering dilihat oleh manusia, tetapi dampak negatifnya pada orang yang ditinggalkan setelah kematian sangat besar. \

2. Ketidakadilan

⁴⁴ Effrey S. Nevid, Spencer A. Rathus, Beverly Greene, *Buku Psikologi Abnormal* Jilid 1, (Penerbit Erlangga, 2005), 96-101.

⁴⁵ Charles. R. Gerber, *Kesembuhan untuk Kepahitan Hati*, (Surabaya: YAKIN, 2006),

Sering terjadi di masyarakat. Meskipun sebagian orang menganggapnya sepele, ketidakadilan menyebabkan penderitaan emosional bagi banyak orang.

3. Pengkhianatan

Pengkhianatan adalah salah satu unsur yang menyebabkan kerusakan internal. Selingkuh terjadi karena berpura-pura cinta, melanggar janji, dan berbohong.

Dilansir dari referensi lain, ada beberapa hal yang dapat memicu luka batin yakni peristiwa traumatik, penolakan, perasaan bersalah, kemarahan, dan lain sebagainya.⁴⁶

a. Peristiwa Traumatis

Kata trauma bersumber dari bahasa Yunani adalah. Peristiwa fraumatik berasal dari kata "trauma, yang berarti pengalaman emosional yang sangat mengejutkan yang mempengaruhi jiwa atau roh seseorang. Terlepas dari usia, peristiwa traumatis dapat dialami oleh siapa pun atau dalam kehidupan keluarga dan lingkungannya. Cedera fisik atau mental juga dapat disebut trauma.⁴⁷

Dampak dari peristiwa traumatis adalah stress akut, stress akut adalah sebuah gangguan mental yang di picu oleh peristiwa-peristiwa traumatis yang pernah di hadapkan, dialami atau disaksikan. Seseorang yang

⁴⁶ Agnes Maria Layantara, *Luka Batin*. (Maranatha Krista. Bandung 2001), 18-20.

⁴⁷ Chaplin, *Kamus Lengkap Psikologi*, (Pt. Raja Grafindo Persada, Jakarta, 200 518.

mengalami stress akut biasanya berperilaku maladaptif. Gejala yang di timbulkan oleh gangguan ini serupa dengan gejala yang dialami oleh individu yang menderita posttraumatic stress disorder (PTSD) gangguan stress pasca trauma.⁴⁸ Ciri-ciri gangguan ini adalah secara langsung mengalami kejadian traumatis, menyaksikan secara personal kejadian kejadian yang terjadi kepada orang lain, kejadian traumatic yang terjadi pada anggota keluarga atau teman dekat, reaksi disosiatif atau kejadian kilas balik, persepsi akan realita di sekitar individu yang diubah oleh orang lain, kesulitan tidur, perilaku mudah kesal, waspada yang berlebihan, masalah dengan konsentrasi, respon kaget yang berlebihan.

b. Perasaan Bersalah

Rasa bersalah juga dapat menyebabkan rasa sakit emosional. Ini biasanya terjadi karena sesuatu yang buruk yang dikatakan atau dilakukan seseorang kepada orang lain. Biasanya, orang menunjukkan ketidakpuasan mereka dengan mengatakan hal-hal seperti "andai saja hal ini tidak pernah terjadi, "andai saja saya bisa kembali ke masa lalu," "andai saja saya tidak bertemu dengannya," dan sebagainya.

⁴⁸ Dian K. Habsarah, dkk, *Penatalaksanaan gangguan psikologis* Jilid 1, (Yogyakarta, 2021),331-334