

BAB II

KAJIAN TEORI

A. PENDAMPINGAN PASTORAL

1. Pengertian Pendampingan

Kata kerja “mendampingi” adalah tindakan membantu orang lain yang perlu didampingi. Antara yang didampingi maupun pendamping (konselor dan konseli) dimana terjadi suatu interaksi atau relasi timbal balik.⁸ Menurut Thomas N. Hart dalam bukunya *mendengar dengan hati*, menyatakan dalam konteks iman Kristiani, setiap relasi yang membantu merupakan suatu perjumpaan yang penuh misteri. Di dalam suatu relasi yang membantu seseorang mengalami adanya konkreisasi dari sekian banyak gagasan tentang iman.⁹

Kata konseling berarti membimbing, menemani, membimbing, mengarahkan. Oleh karena itu, konseling adalah suatu pelayanan yang membantu gereja untuk dilaksanakan dalam bentuk komunikasi. Dalam percakapan terjadi interaksi, komunikasi yang mendalam, timbal balik antara konselor dan konseli. Konselor berusaha mendampingi, membimbing dan mengorientasikan konseli agar menemukan jalan

⁸ Aar Van Beek, *Pendampingan Pastoral* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2001), 9.

⁹ Thomas N. Hart, *Mendengar Dengan Hati* (Flores: Nusa Indah, 2000), 15.

keluar dengan mengubah sikap atau perilakunya. Dari sini kita melihat beberapa poin penting. Pertama, tolong bantu saymenolonga. Konseling adalah proses percakapan untuk membantu konselor memecahkan masalah. Kedua, perbincangan biasa dilakukan sebagai proses pertolongan, tetapi sebuah perbincangan interaktif artinya perbincangan itu membawa pengaruh-pengaruh tertentu, karena ada model-model respon menggali, memahami, mendukung, mengajak berfikir, mencari alternatif solusi dan mendorong adanya sikap dan perbuatan yang positif.¹⁰

Ketiga, memberikan pengarahan. Dengan perbincangan hal tersebut, penasihat mengambilkan peran untuk menjadi pendamping, pembimbing, serta pengarah konseli. Sebaliknya, konseli juga tidak menyerahkan beban persoalannya kepada pundak konselor hanya untuk meminta nasehat atau jawaban. Keempat, berubahnya sifat dan karakter. Hasil konseling terbaik diukur dengan perubahan konselor. Artinya ada kesadaran bahwa masalah muncul karena sikap, pendapat, pemahaman, perilaku dan tindakan yang perlu diubah.¹¹

Kata kerja berasal dari kata kerja mendampingi, membimbing serta mengarahkan istilah pendampingan berasal dari kata kerja menemani sebagai suatu kegiatan membantu, karena suatu alasan yang memerlukan pendampingan sebagai kegiatan kooperatif, bekerja sama, membantu, berbagi dengan perkembangan dan kebutuhan bersama. Konseling pada hakikatnya adalah bantuan psikologis dengan tujuan dapat meringankan

¹⁰ Tulus Tu'u, *Dasar-Dasar Konseling Pastoral* (Yogyakarta: Andi, 2007), 22-23.

¹¹ *Ibid.*, 24.

beban membantu orang yang menderita, sehingga konselor dapat menjalankan fungsi pendampingan pastoral yaitu melayani pertolongan dan penyembuhan gereja, baik secara pribadi maupun berkelompok sehingga dapat berkembang dalam proses hidup bermasyarakat. Dengan kata lain, penggembalaan adalah suatu usaha yang disengaja untuk dapat membantu seseorang atau sekelompok orang yang sedang berjuang atau menderita, agar masalah-masalah tersebut tidak menjadi hambatan bagi perkembangan individu tersebut dalam berbagai aspek kehidupan.¹² Pendampingan pastoral sangat dibutuhkan di dalam segala sisi kehidupan manusia secara khusus dalam menghadapi pergumulan kehidupan.

Dengan merenungkan teladan Yesus, yang dapat kita pahami ialah tidak hanya dari segi apa yang telah terjadi secara fisik, tetapi juga secara mental, sosial, dan spiritual (Matius 23: 136). Kebutuhan setiap orang diketahui oleh Yesus. Tidak hanya mengenai masalah eksternal, namun menyentuh kasih Yesus bagi mereka yang menderita banyak penyakit dan penderitaan, membawa perspektif dalam spiritual, meningkatkan dan menanamkan semangat harapan ke dalam hidup (Matius 15:30; Lukas 4:30; 6:9). Pekerjaan membantu mereka yang membutuhkan dan menderita dilihat oleh Yesus sebagai bagian penting dari pekerjaan penebusan Allah bagi dunia dan umat manusia. Pelayanan pastoral tidak hanya meringankan beban

¹² J.D. Engel, *Pendampingan Dan Kebutuhan Dasar Konseling* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2016), 2.

penderitaan, tetapi membawa orang ke dalam hubungan dengan Tuhan dan orang lain, yaitu menumbuhkan dan mengembangkan orang dalam kehidupan rohani mereka untuk membangun dan memelihara hubungan dengan orang lain, untuk mengalami penyembuhan dan pertumbuhan, dan untuk menemukan orang. dalam kehidupan rohani mereka. hubungan Tuhan. . Jadi pelayanan pastoral, dalam bahasa alkitabiah, digunakan untuk memenuhi tugas-tugas pastoral, bukan hanya persembahan, tetapi mengembangkan potensi yang dapat digunakan untuk melayani Tuhan dan melayani sesama.

Jadi dalam hal ini pendampingan pastoral sangat dibutuhkan bagi mereka yang merasakan pergumulan khususna emaja yang mengalami masalah dari korban perceraian orang tuanya, sehingga melalui pendampingan pastoral ini dia boleh keluar dari permasalahan serta pergumulannya dan semakin mendekatkan diri kepada Tuhan.

2. Bentuk-bentuk Pendampingan Pastoral

Bentuk-bentuk pendampingan pastoral berdasar atau suatu bentuk dasar yang sama yaitu percakapan. Di dalam suatu praktek hal ini dapat kita buat yaitu percakapan yang diadakan antara pastor dan anggota jemaat yang ia gembalakan. Kebanyakan percakapan pastoral berlangsung dalam kunjungan rumah tangga di separuh gereja kunjungan rumah dibagi menjadi kunjungan rumah bersama dan kunjungan rumah pribadi yang keduanya memiliki kelebihan dan kekurangan. Kunjungan rumah pribadi biasanya dilakukan oleh Pendeta memungkinkan diskusi yang lebih mendalam.

Selama kunjungan rumah bersama biasanya dilakukan oleh anggota perhimpunan, hanya hal-hal ringan yang dapat dibicarakan hanya hal-hal ringan yang dapat dibicarakan¹³

Dalam Gereja Toraja telah ditekankan untuk melakukan pelayanan pendampingan pastoral dengan melihat kebutuhan setiap anggota jemaat yang dilakukan atas dasar kasih.

a. Percakapan

Menurut Abineno, secara lahiriah percakapan ialah “kontak” antara dua orang atau lebih, yang “bertukar” kata satu sama lain. Kata-kata yang memiliki isi, dan seseorang berusaha memberikan reaksi atau reaksi terhadap isi yang disampaikan lawan bicara kepadanya. Buku Abineno “Pastoral Conversation” menjelaskan bahwa percakapan adalah kontak antara dua orang atau lebih yang saling bertukar kata-kata yang mereka miliki dan seorang manusia mencoba memberikan tanggapan atau reaksi terhadap isi yang disampaikan oleh lawan bicaranya. Percakapan yang efektif terjadi ketika ada interaksi dalam percakapan..

Jadi percakapan yang menggambarkan dialog dua orang lebih membantu adalah dengan orang atau lebih untuk bertukar pikiran untuk mendapatkan kesimpulan dari suatu masalah atau pokok yang dibicarakan.

¹³ Abineno, *Pedoman Praktis Untuk Pelayanan Pastoral* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2010), 86.

b. Percakapan pastoral

Percakapan pastoral adalah percakapan yang dilakukan antara konselor (pendeta, penatua, diaken, warga jemaat yang telah ditugaskan), dengan anggota. Tujuan percakapan itu ialah agar Jemaat tumbuh dalam iman kepada Tuhan. Selanjutnya jemaat dapat berperan secara baik dalam kehidupan berjemaat. Ia dapat membawa cahaya Kristus dalam hidupnya sehari-hari, di tengah-tengah masyarakat dan pekerjaannya. Di sana, ia dapat menjadi saksi Kristus yang tangguh.¹⁴

3. Fungsi Pendampingan Pastoral

Peran gembala seperti yang dijelaskan dalam Mazmur 23 adalah bahwa pekerjaan gembala menempatkan domba di padang rumput hijau, membimbing mereka ke air yang tenang, menyegarkan jiwa mereka, membimbing jalan yang benar, dan menemani mereka jika ada bahaya. menghibur. , Sajikan makanan di depan musuh dan urapi kepala mereka. Menurut Yesaya 40:11, tugas gembala adalah menjaga kawanan domba, mengumpulkan dengan tangan, meletakkan domba di pangkuannya, dan membimbing domba dengan hati-hati. Tuhan mengakui dirinya sebagai seorang gembala (Yohanes 10: Aku adalah

¹⁴ Tulus Tu'u, *Dasar-Dasar Konseling Pastoral*, 166–167.

gembala yang baik). Mengenai fungsi pastoral dan konseling, fungsi itu adalah manfaat atau manfaat yang akan diperoleh dari suatu pekerjaan perawatan dan konseling dengan tujuan operasional bantuan yang ingin dicapai. Beberapa tugas pastoral dan penasehat dijelaskan di bawah ini

1) Fungsi Bimbingan

Bimbingan berfungsi membantu memberikan arahan ketika Harus ada keputusan yang diambil diantara beberapa pilihan yang ada , sebab pilihan yang ada muncul dari relasi pastoral yang sekarang keadaannya sangat mempengaruhi di masa sekarang dan pada masa yang akan datang. Fungsi dari bimbingan ini tersebut sangat dibutuhkan oleh setiap pribadi konseli dalam menghadapi setiap permasalahan-permasalahan serta pergumulan yang terjadi dalam hidupnya, akibat permasalahan dalam keluarga konseli sendiri.

1) Fungsi Peopangan (sustaining)

Menopang berfungsi untuk membantu konseli yang sedang terpuruk, merasa sendiri, serta terluka agar dapat bertahan dan berusaha untuk menerima suatu permasalahan yang terjadi pada dirinya dan keluarganya pada waktu lampau. Fungsi dari menopang ini juga dapat membantu konseli agar dapat menerima kenyataan sebagaimana adanya untuk tetap berjuang dalam keadaan yang baru, serta bertumbuh secara penuh dan utuh.

4. Dasar Alkitabiah Pendampingan Pastoral Bagi Anak Korban Perceraian

a. Perjanjian Lama

Dalam Perjanjian Lama telah dijelaskan tentang hubungan Allah dengan umat-Nya (Mzm.23) yang menggambarkan tentang Gembala yang baik dan kawanannya ternak-Nya. Yang dimaksud gembala disini adalah Allah dan kawanannya ternak adalah manusia. Gembala yang baik adalah gembala yang selalu senantiasa dalam membimbing umat-Nya menuju kehidupan yang baik dan menuntunnya ke padang .

Sebagaimana yang telah dijelaskan bahwa Allah adalah gembala yang Agung ini dapat dijadikan sebagai teladan bagi umat-Nya dalam mengangkat tugas dan tanggungjawabnya sebagai gembala yang telah dipercayakan Allah sebagai suatu mandat juga pelayanan kepadanya. Maka dari itu sebagai gembala yang meneladani Gembala Agung, tentu akan mengetahui setiap kebutuhan gembalanya. Ia akan menuntun, membimbing, menyegarkan serta menjaga maupun memberi makan dan minum bahkan memberi penghiburan bagi setiap umatnya.

Dalam Kitab Amsal 17:17 dikatakan bahwa seorang sahabat memberikan kasih setiap, dan dalam keadaan sukar menjadi saudara mengatakan bahwa seorang sahabat. Di dalam Firman Tuhan ini

dapat dijadikan sebagai acuan oleh seorang konselor dalam bersikap sebagai sahabat bagi kliennya dan juga dapat menjadi saudara dalam setiap kesukaran yang dihadapi oleh kliennya.

b. Perjanjian Baru

Dalam Perjanjian Baru dalam Kitab Yohanes 13:35 orang pengetahuan semua orang akan tahu bahwa, kamu adalah murid-murid-Ku, yaitu jikalau kamu saling mengasihi. Disini jelas bahwa kita sebagai murid-murid Tuhan Yesus diberikan tanggung jawab agar dapat menolong sesamanya. Gereja merupakan satu kesatuan atau persekutuan orang-orang percaya dan dengan kuasa Roh Kudus kita beroleh kuasa untuk dapat saling melayani sesama, baik di luar maupun di dalam gereja. Disini sangat jelas bahwa sebagai orang Kristen diberikan suatu kepercayaan dan tanggung jawab untuk bisa menjadi penghibur, penolong, serta dapat melayani dengan penuh kasih salah caranya adalah memberikan bimbingan konseling kepada sesama yang lagi membutuhkan pertolongan dan sulit menyelesaikan masalahnya serta pergumulan yang dihadapinya.

Dalam Kitab 2 Timotius 2:1 mengatakan bahwa, "sebab itu hai anakku, jadilah kuat oleh kasih karunia dalam Kristus Yesus" Rasul Paulus juga mengingatkan kita untuk selalu teguh dalam iman apapun yang akan terjadi, serta dalam 2 Timotius 2:3

mengatakan bahwa “ikutlah menderita sebagai seorang prajurit yang baik yang datangnya dari Kristus Yesus.

B. REMAJA

1. Pengertian Remaja

Dalam bahasa Latin istilah *adolescencia* yang diterjemahkan sebagai “Remaja”.¹⁵ Masa remaja dimulai ketika mulai timbul beberapa perubahan-perubahan yang berhubungan dengan ciri-ciri kedewasaan secara fisik yaitu antara umur 11 tahun atau 12 tahun. Singgih D. Gunarsa mengartikan remaja merupakan masa peralihan antara masa kanak-kanak menuju masa dewasa yaitu antara umur 12 hingga 21 tahun.¹⁶

Dalam kamus psikologi *Adolescence* atau remaja Iyalah salah satu periode perkembangan yang sering kali ditandai dengan munculnya gejala awal pubertas dan diakhiri oleh pencapaian kematangan atau kedewasaan secara fisiologis atau psikologis.¹⁷

Jean piaget menyebutkan menyebutkan *adolescencia* merupakan suatu fase hidup yang tandanya dapat berupa perubahan-perubahan yang dialami remaja pada fungsi inteligensi yang tercakup dalam

¹⁵ Yulia Singgih D. Gunarsa and Singgih D. Gunarsa, *Psikologi Perkembangan Anak Dan Remaja* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2007), 203.

¹⁶ Ibid., 204.

¹⁷ E. Reber A. Reber, *Kamus Psikologi* (Yogyakarta: PUSTAKA BELAJAR, 2010), 18.

perkembangan aspek kognitif¹⁸. Sedangkan E. H Erikson menyatakan bahwa timbulnya perasaan baru mengenai identitas terhadap gaya hidup tertentu yang sehubungan dengan keberadaan dirinya.¹⁹

Sehingga dari beberapa penjelasan di atas kesimpulan yang penulis ambil adalah remaja adalah masa perubahan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa dan pada masa ini biasanya ditandai dengan munculnya berbagai berbagai perubahan-perubahan pada diri remaja baik secara fisik, kognitif inteligensi maupun juga yang terjadi pada perubahan gaya hidup di dalam kehidupannya sehari-hari.

2. Karakteristik Remaja

a. Perubahan Fisik

Menurut pandangan piaget, secara Psikologi masa remaja merupakan usia di mana remaja berinteraksi dengan masyarakat dewasa²⁰. Dalam memasuki masa remaja ada beberapa perubahan fisik yang dapat dilihat serta diamati antara lain: perubahan tinggi dan berat badan. Pada seorang laki-laki kulitnya akan menjadi semakin kasar, pori-porinya meluas dan warnanya menjadi pucat, ototnya akan bertambah besar dan kuat dan suara akan muncul

¹⁸ Gunarsa and Singgih D. Gunarsa, *Psikologi Perkembangan Anak Dan Remaja*, 202.

¹⁹ *Ibid.*, 203.

²⁰ Mohammad Ali and Muhammad Asrori, *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik* (Jakarta: Bumi Aksara, 2011), 26.

perubahan. Pada tahap perkembangan kognitif di usia 11 tahun ke atas disebut tahap operasional formal pada tahap ini, anak-anak sudah mampu mewujudkan sesuatu di dalam pekerjaannya yang merupakan hasil dari pemikiran yang logis. Aspek moral dan perasaan juga mulai berkembang sehingga hal ini menjadi pendukung dalam menyelesaikan tugas-tugasnya. Ada beberapa ciri-ciri dari perkembangan kognitif remaja anatar lain: remaja dapat mencapai logika dan pemikiran yang sesuai dengan akal sehat serta dapat menggunakan abstraksi, remaja juga akan mulai untuk lebih mampu berpikir secara logis dengan objek yang belum jelas, remaja mulai mampu memecahkan setiap persoalan yang sifatnya hipotesis, dan remaja mulai mampu untuk membuat pemikiran di masa depan yang akan datang.²¹

3. Tugas Perkembangan Remaja

Selama masa remaja, remaja akan bergumul dan mulai kebingungan dengan peranan serta versus identitas peranan. Sehingga, remaja akan mulai bertanya siapakah mereka dan kemana mereka akan pergi. R. J. Havighurst seorang sarjana psikologi pendidikan

²¹ Ibid., 26-38.

mengemukakan tugas perkembangan yang harus dilalu pada masa ini yaitu:²²

a. Perkembangan Hubungan yang Lebih Dewasa Dengan Teman Sebaya

Pada masa ini segala sesuatu dari sudut pandang orang lain harus dipelajari oleh remaja. Jika remaja sudah menemukan identitas dirinya dan telah memperoleh penilaian yang dapat menjadi dasar dari setiap perilaku remaja dengan penuh tanggungjawab maka remaja tersebut dapat dikatakan sudah tidak berinteraksi lagi secara kekanak-kanakan²³. Dengan demikian remaja dalam bentuk interaksi sosialnya mampu untuk mengikutsertakan adanya orang lain dalam setiap pengambilan keputusan.

b. Penerimaan Kondisi Fisik

Pada masa itu remaja mulai mengalami bermacam-macam perubahan fisik. Apabila seorang mempunyai harapan namun dia tidak bisa mencapainya, hal ini akan menimbulkan kekecewaan, yang menghalangi remaja untuk menerima kondisi fisiknya dengan reaksi murung dan tidak melanjutkan tugas perkembangan selanjutnya. Karena adanya perbedaan antara apa yang diharapkan seorang remaja dengan apa yang diharapkan orang-orang di sekitarnya dari kondisi fisik seorang remaja, maka bisa sangat sulit bagi seorang remaja untuk menerima kondisi fisiknya sendiri.

²² Gunarsa and Singgih D. Gunarsa, *Psikologi Perkembangan Anak Dan Remaja*, 35.

²³ *Ibid.*, 216.

c. Perkembangan Kemandirian Emosional dari Orang Dewasa

Dalam perkembangannya, remaja harus mampu membentuk ikatan emosional dengan orang lain agar dapat mengambil keputusan dan belajar membuat keputusan sendiri. Tugas perkembangan pada tahap ini sangat sering menimbulkan ketidaksepahaman dalam keluarga.²⁴ Sehingga pertentangan yang tidak dapat diselesaikan di rumah seringkali menjadi penyebab remaja tersebut untuk mencari ketenangan di luar rumah. Dengan pembekalan kebebasan emosi yang didasarkan pada kemampuan membedakan yang benar dan yang salah, remaja dapat melakukan tugas-tugas perkembangan lainnya.

d. Mampu Bergaul

Usaha remaja dalam memperbanyak pergaulan dengan orang lain terkadang remaja mendapati beragam kondisi, contohnya lingkungan yang memberikan pengaruh baik positif serta negatif. Pada masa remaja yang menjadi bekal pegangan hidup yang diberikan oleh orang tua sering dianggap tidak berguna lagi. Dalam hal ini remaja mudah terombang-ambing, tidak tahu tempatnya serta tidak mampu menempatkan diri sehingga perlu melaksanakan tugas perkembangan selanjutnya.

²⁴ Ibid., 209.

e. Perkembangan Perilaku yang Bertanggungjawab Secara Sosial

Lingkungan sangat mudah mempengaruhi remaja dalam berinteraksi secara sosial remaja dengan teman-temannya, keputusan yang sudah ditentukan seringkali menjadi hasil perbincangan antar mereka. Teman-temannya akan memuji beberapa bentuk perilaku tertentu yang membatasi maupun menghukum. Dalam usaha untuk memperkuat penguasaan diri pada remaja yang berdasarkan sistem norma dan nilai-nilai yang berlaku pada masyarakat tertentu. Sehingga remaja bingung dan tidak tahu nilai moral mana yang penting untuk membimbing hidup mereka dan mengendalikan perilaku mereka²⁵

Apabila tugas dan perkembangan remaja bisa berjalan dengan baik dan sesuai dengan usia remaja maka bisa menimbulkan kebahagiaan. Namun, apabila tugas perkembangan ini tidak berjalan dengan baik, maka akan menghambat tugas perkembangan selanjutnya. Pada tahap perkembangan ini remaja harus mampu menemukan identitas dirinya agar dikemudian hari nanti remaja ini tidak memiliki citra diri yang lemah. Namun dalam hal seperti ini remaja perlu diajarkan bahwa dirinya berharga di hadapan Tuhan apapun yang orang lain katakan

²⁵ Ibid., 213.

tentang dirinya ataupun bagaimana kondisi fisiknya saat ini, talenta maupun status keluarga, akan tetapi lebih dari pada itu bahwa Allah sungguh mengasihi semua ciptaanNya (Yes. 43:4).

C. PERCERAIAN

1. Pengertian Perceraian

Kata “perceraian” menggunakan kata dasar “cerai” dengan awalan “per” dan akhiran “an”. Dalam Kamus Bahasa Indonesia, kata cerai diberi arti sebagai berikut: pisah, putus hubungan sebagai suami-istri, talak dan perpisahan suami-istri selagi masih hidup. Dengan demikian, kata perceraian berarti: perpisahan, hal bercerai (suami-istri) dan perpecahan.²⁶

Dari penjelasan tersebut, penulis menyimpulkan bahwa perceraian merupakan salah satu kegagalan dalam pengembangan dan peningkatan cinta suami dan istri. Perceraian juga dapat dikatakan sebagai perpisahan atau perpisahan antara suami dan istri, serta terjadinya perpisahan antara suami dan istri yang tidak dapat dihindari dalam ikatan perkawinan yang biasanya tidak dapat dihindari. sebagai upaya terakhir ketika semua upaya gagal. Pengertian lain tentang perceraian juga dijelaskan oleh Bambang Mulyono dengan mengatakan bahwa: "Perceraian menunjukkan realitas kehidupan rumah tangga yang tidak lagi dijiwai oleh cinta. Pondasi

²⁶ Antani Mulyono, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Jakarta: Gunung Mulia, 1992), 163–164.

perkawinan yang dibina bersama menjadi goyah dan tidak mampu lagi menopang kesatuan kehidupan keluarga yang harmonis".²⁷

Pandangan tajam C.S. Lewis, mengemukakan tentang makna perceraian serta menerangkan "Pandangan Kristen mengenai perkawinan yang didasarkan atas ajaran Kristus, yakni suami-istri dipandang sebagai organisme tunggal sebagaimana pengertian yang dimaksud dalam suatu ungkapan 'satu daging'". Oleh sebab itu perceraian suami-istri menurut Lewis, merupakan pemotongan satu anggota tubuh yang hidup, semacam operasi bedah dan perceraian dan perceraian itu seperti mengamputasi kedua kaki anda dan bukan sekedar bubar dari kongsi bisnis seperti desersi (meninggalkan tanggung jawab) dalam dinas ketentaraan.²⁸

2. Pandangan Alkitab Mengenai Perceraian

Dalam Perjanjian Lama dikisahkan tentang pembebasan Bangsa Israel, sebagai umat pilihan Allah pada akhirnya mulai kehilangan kekhudusan mereka. Bangsa Israel yang keluar dari pembuangan kawin-mawin dengan perumpuan-perumpuan non Yahudi (Ezra 9-10; Nehemia 13:23), yaitu bangsa asing yang tidak mengenal Allah. Karena itu, Musa memimpin Bangsa Israel untuk menyediakan suatu kompromi "Surat

²⁷ Bambang Mulyono, *Kenakalan Remaja* (Yogyakarta: ANDI Offset, 1986), 42.

²⁸ B. Ward. Powers, *Perceraian Dan Perkawinan Kembali* (Jakarta: Yayasan Komunikasi Bina Kasih, 2011), 78.

Cerai” dalam Kitab Ulangan 24:1-4. “Perceraian sebenarnya tidak pernah ada dalam rencana Allah yang semula bagi semua rumah tangga.²⁹

Dalam Kitab Kejadian 2:24 mengajarkan, dan diulangi oleh Yesus, serta dipertegas Rasul Paulus (Efesus 5:21-23), bahwa suami dan istri merupakan satu daging, satu tubuh. Tidak boleh ada yang memutuskan kesatuan itu, ketunggalan itu. Menanyakan kapan kesatuan suami istri diizinkan terputus adalah kegagalan dalam memahami ajaran Alkitab tentang hakikat perkawinan. Dalam Mat 2:16 menyatakan bahwa “Sebab perceraian sungguh Aku benci, firman Tuhan, Allah Israel”.³⁰

Dorothy berpendapat mengenai perceraian bahwa pernikahan yang diterima seseorang dari Allah yaitu pernikahan tanpa adanya perceraian. Pernikahan menurut sifatnya yaitu dua orang menjadi satu daging, ini dimaksudkan sebagai suatu hubungan yang permanen, yaitu hubungan seumur hidup. Namun tidak dapat disangkal bahwa perceraian dikalangan orang Kristen memang ada. Hal ini disebabkan karena keberdosaan dan kelemahan manusia. Terdapat pada Ulangan 24:1-4, Allah memberikan suatu kelonggaran dalam soal perceraian (karena perbuatan yang tidak senonoh oleh salah satu pihak baik istri maupun suami dan pasangan yang tidak seiman), maka perceraian diijinkan namun tidak pernah dianjurkan. Kelonggaran ini hanya untuk

²⁹ Charles R. Swindoll, *Perceraian* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 1997), 4.

³⁰ *Ibid.*, 79.

melindungi pihak perempuan pada zaman dahulu masih sangat disiksa oleh para suami yang tidak mampu dalam mengendalikan emosinya.³¹

Dalam ajaran Kristen, Gereja melarang perceraian, tetapi tidak dapat disangkal fakta bahwa pernikahan Kristen yang berakhir dengan perceraian gagal. Kegagalan suatu perkawinan dengan perceraian berikutnya merupakan salah satu dari sekian banyak realitas yang terjadi dalam kehidupan manusia. Menurut Ruth Schafer dan Freshie Aprilyn Ross, kegagalan hubungan suami-istri adalah masalah pertama dan utama, dan faktanya setidaknya secara tidak langsung dipengaruhi oleh ada tidaknya surat cerai. Selanjutnya, perceraian disebabkan oleh pergeseran nilai-nilai masyarakat yang mengarah pada sekularisme, sehingga nilai-nilai agama terpinggirkan.³² Dapat disimpulkan bahwa gereja sangat melarang mengenai perceraian akan tetapi di dalam kehidupan manusia nyatanya perceraian itu sering terjadi karena adanya persoalan-persoalan serta pertentangan yang dihadapi oleh suami-istri.

Dalam membangun sebuah hubungan yang baik dalam keluarga harus mempunyai suatu pondasi dan landasan yang kuat dan kokoh, yaitu dengan berpegang pada Firman Tuhan dan bersandar pada Tuhan. Seperti halnya di dalam Kitab Matius 19:4-6 Yesus dengan jelas menjelaskan bahwa "Seorang laki-laki harus meninggalkan ayah dan ibunya dan tinggal bersama istrinya, agar keduanya menjadi satu. Dalam Matius 19:6

³¹ Dorothy I. Marx, *Itu Kan Boleh* (Bandung: Kalam Hidup, 2004), 66–68.

³² Stevanus Klais, "Sikap Etis Gereja Terhadap Perceraian Dan Pernikahan Kembali," *Teologi dan Pendidikan Agama Kristen* 3, no. 1 (2005): 135–156.

dikatakan, “Jadi tidak ada lagi dua, melainkan satu. Jadi apa yang telah dipersatukan Tuhan, tidak boleh diceraikan manusia”.³³

Gereja Toraja juga menyadari bahwa perceraian merupakan “kemungkinan” yang lahir dari sesuatu yang tidak dimungkinkan Gereja Toraja. Sebab sekalipun Gereja Toraja menolak perceraian, namun dalam kenyataannya banyak warga Gereja Toraja yang gagal dalam memelihara rumah tangganya dan berakhir dengan perceraian. anak-anak menjadi korban, antara lain karena kehilangan rasa aman dan kasih sayang yang utuh dari kedua orangtuanya, apalagi jika salah satu atau kedua orangtuaya tidak memberikan dukungan yang penuh untuk perkembangan anak-anak selanjutnya. Perceraian juga dapat diartikan sebagai suatu kegagalan suami istri untuk menepati janji kesetiannya satu dengan yang lain dalam segala keadaan, yang telah dipersatukan oleh Tuhan. Gereja Toraja jelas sangat tidak menyetujui adanya perceraian. hanya kematian yang dapat memisahkan yang telah diberkati dalam pernikahannya.³⁴

Dapat ditarik sebuah kesimpulan bahwa perceraian merupakan salah satu perilaku yang tidak dibenarkan serta ditolak.

³³ Killa Anly Frinsisca, *Dampak Perceraian Orang Kristen Terhadap Pertumbuhan Gereja* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2020), 60.

³⁴ Gereja Toraja, *Eklesiologi Gereja Toraja* (Institut Teologi Gereja Toraja, 2019), 57.

3. Penyebab Perceraian

Ada beberapa hal yang seringkali menjadi sebuah pemicu dari kegagalan dalam Perkawinan yaitu, antara lain:

a. Ketidak-setiaan.

Sekarang ini seks begitu ditekankan sehingga banyak orang, baik itu laki-laki ataupun perempuan, yang sedang menghadapi keretakan keluarga yang semata-mata disebabkan oleh ketidak-setiaan. Mereka terlalu sering memberikan perhatian lebih kepada keinginannya pada seks. Seringkali hal ini terjadi pada pernikahan yang dipaksakan, yang tidak didasari oleh cinta kasih yang tulus, yang berarti pula tidak mengasihi pasangan karena iman, hal ini akan mengakibatkan perseteruan pada salah satu pihak ataupun kedua belah pihak. Jadi putusnya hubungan suatu pernikahan disebabkan oleh ketidak-setiaan antara suami dan istri dalam menjalani hubungan rumah tangga. Rumah tangga yang tidak didasari oleh kesetiaan tidak akan menjamin adanya pernikahan kekal. Masalah ini seringkali muncul karena masing-masing pihak saling memperlakukikan dan melampiasikan dengan seks.

b. Sikap mementingkan diri sendiri

Penyebab lain yang kebanyakan membuat perkawinan gagal adalah sikap mementingkan diri sendiri yang padadasarnya merupakan suatu kepalsuan. "Secara alami, manusia selalu bersiaga untuk menjadi yang nomor satu".³⁵ Seringkali kita mempunyai keyakinan bahwa segala hal maupun benda itu seringkali membuat kita bahagia dan pendapat itu juga dibawa ke dalam hidup pernikahan. Seorang pengantin perempuan seringkali berharap bahwa pengantin laki-laki akan membuatnya selalu bahagia, tetapi jarang sekali ia mempunyai rencana untuk mengabdikan hidupnya demi kebahagiaan suaminya. Demikian juga sebaliknya, pengantin laki-laki selalu berharap bahwa istrinya akan membuatnya untuk hidup selalu bahagia. Inilah puncak egoisme, yang akan membawa suatu keluarga atau rumah tangga yang selalu berpusat dalam mementingkan diri sendiri saja, masalah ini ibarat orang yang membangun rumah di atas pasir.

c. Masalah keuangan

Persoalan yang lebih rumit yang paling sering terjadi adalah masalah keuangan. Banyak laki-laki yang selalu bersikeras hendak mengambil pengelolaan keuangan rumah tangga karena ketidakpuasan

³⁵ Don and Sally Meredith, *Keduanya Menjadi Satu* (Batam: Gospel Press, 2005), 33.

hatinya terhadap istri yang mempergunakan uang sebagaimana mestinya. Dan sebaliknya, banyak istri yang mengambil alih pengelolaan keuangan rumah tangganya karena sikap dan tindakan suaminya. Banyak suami yang sebenarnya mempunyai uang cukup untuk biaya rumah tangganya, tetapi karena suami tidak pandai dalam mengelola keuangan dan lebih mementingkan kebahagiaannya sendiri akan membuat hubungan dalam rumah tangga berantakan.

d. Perbedaan latar belakang, keluarga dan lingkungan

Kehidupan sosial dapat menimbulkan konflik jika suami istri memiliki temperamen sosial yang berbeda, perbedaan budaya dan perbedaan bentuk kekeluargaan ini kerap kali menimbulkan perselisihan yang menjurus pada perseteruan maupun luka batin. Awalnya, terasa menyenangkan bagi suami maupun istri jika berbaikan kembali. Akan tetapi, begitu ada perbedaan-perbedaan menjadi lebih bersifat pribadi dan jumlahnya kian banyak, masing-masing pihak mulai berfokus pada tampilan luar pasangan, dan dengan berjalannya waktu, kondisi yang terus berkembang ini mulai memudarkan sebuah komitmen masing-masing.

e. Kekerasan dalam keluarga

Penyebab yang paling mengecewakan adalah adanya suatu penyiksaan atau kekerasan yang terjadi dalam keluarga, baik secara kimia maupun secara fisik. Kekerasan dalam keluarga merupakan puncak dari semua penyebab kegagalan perkawinan oleh pasangan suami-istri. Saat mereka sudah tidak tahan dengan perlakuan kasar yang tidak manusiawi dari pasangannya. Menurut Dr. Geffner, masalah kekerasan rumah tangga cenderung berkembang secara bertahap. Ia juga mengatakan bahwa masalah tersebut umumnya dimulai dengan intimidasi verbal, dan secara perlahan meningkat menjadi penyiksaan fisik.³⁶

4. Dampak Perceraian

Ketika pasangan suami-istri memutuskan untuk bercerai maka hal ini akan menimbulkan dampak baik itu kepada pasangan yang melakukannya terlebih kepada anak-anaknya. Bahkan mungkin kebanyakan dari mereka menjadi korban yang paling merasakan perceraian itu.

Ti adanya pengertian dan pengenalan yang benar tentang alasan-alasan orang tua bercerai, dapat mengakibatkan dampak perceraian

³⁶ E. Adams Jay, *Masalah-Masalah Dalam Rumah Tangga Kristen* (Jakarta: Gunung Mulia, 2001), 33.

itu bagi anak sangat sukar dan mendalam. Bahkan dalam kasus tertentu. Anak-anak akan merasakan akibat-akibat dari perceraian orang tuanya jauh setelah mereka dewasa dan menjadi tua. Perceraian orang tuanya dapat terus menjadi trauma dan mimpi buruk dan menjadi penderitaan yang tiada akhir. Dampak lain yang ditimbulkan dari perceraian yaitu antara lain:

a. Kurangnya kasih sayang yang diterima anak

Setiap anak membutuhkan kasih sayang dan perlindungan dari kedua orang tuanya. Tetapi orang tuanya tidak dapat sepenuhnya memenuhi kebutuhan ini. Ini mungkin karena ketidakhadiran ayah dalam keluarga dan ibu terlalu lelah bekerja. Anak akan merindukan kasih sayang karena kedua orang tuanya sibuk.

b. Merusak masa depan anak

Seorang psikolog yang terkenal yaitu, Dr. Lee Salk. Pernah berkata: "trauma dari perceraian menduduki peringkat kedua setelah kematian dan membuat kehidupan anak tidak menentu. Anak akan merasakan kehilangan yang sangat mendalam dan merasakan bahwa mereka tiba-tiba rentan pada kekuatan diluar kendali mereka.³⁷

c. Membuat anak untuk balas dendam

³⁷ Arcibald D. Hart, *Menolong Anak Korban Perceraian* (Bandung: Yayasan Kalam Hidup, 2005), 35.

Dengan adanya perceraian antara kedua orang tua anak seringkali nekat untuk balas dendam karena sakit hatinya yang dinyatakan anak korban perceraian. Keinginan untuk membalas dendam merupakan akar dari hampir segala perasaan marah serta frustrasi anak-anak. Sebab apabila seorang disakiti secara jasmani atau secara emosi, maka anak akan membalas dan berusaha agar mereka menderita dan itu dijadikan sebagai balasan atas sakit hatinya.³⁸ Dari pembahasan di atas penulis menyimpulkan bahwa anak sebenarnya tidak mempunyai niat untuk balas dendam serta benci kepada orang itu, namun ia juga ingin supaya orang lain merasakan apa yang sebenarnya dia rasakan.

d. Anak kehilangan panutan

Perceraian seringkali berakhir dengan sang ayah pergi meninggalkan istri serta anak-anaknya. Tidak hadirnya seorang ayah dan kunjungan yang tak menentu dan memang sangat berpengaruh bagi sang anak. Buku yang membahas mengenai perkembangan jiwa anak serta remaja oleh Dr. Singgihh ia menyatakan bahwa ketidak hadirannya ayah dalam keluarga karena perceraian yang memberikan akibat yang tidak baik kepada anak seperti:

1) Keterikatan antara ayah dan anak

³⁸ Bruce Narramore, *Mengapa Anak-Anak Berperilaku Buruk* (Bandung: Kalam Hidup, 1980), 137.

Ketika seorang anak yang sebelumnya mempunyai keterikatan dengan ayahnya yang begitu dekat dan menyertakan diri untuk tumbuh kembang anak, dengan demikian ketika seorang ayah sudah tidak hadir dalam kehidupan anak itu akan membuat anak sangat traumatis akan kejadian yang terjadi.

2) Jenis kelamin

bagi anak, ayah adalah figur identitas, melalui ayah, anak dapat belajar bertindak, bersikap, merasa menjadi laki-laki. Namun karena adanya perceraian, akhirnya ayah meninggalkan anaknya sehingga sang anak merasa sangat kehilangan akan sumber identifikasinya. E. Hurlock mengatakan: "ayah dapat memahami kondisi anak dan bertindak sebagai teman atau pasangan bagi anak-anaknya. Peran ayah dapat dilihat melalui kegiatan ayah berusaha mengembangkan kemampuannya, keterampilan manajemen dan bagaimana mengembangkan kemampuan anak".³⁹

Penulis menyimpulkan bahwa apa yang dilakukan seorang ayah akan memberikan panutan kepada anak-anak dan akan terlihat pada diri anak mengenai kemampuan-kemampuan yang terlihat.

e. Dominasi Orangtua

³⁹ Ibid., 154.

Anak-anak mengembangkan perasaan tidak aman, karena cara orang tua cenderung mengontrol anak. Hal ini karena setiap orang tua mempengaruhi loyalitas mereka. Seorang ibu yang takut kehilangan anaknya berusaha menyenangkan sang anak namun tanpa sadar ia tetap bertindak dan mengatur sang anak.⁴⁰ Penulis menyimpulkan bahwa dalam hal ini anak akan merasa tertekan dan tidak mau melakukan keputusan sendiri tanpa disuruh orangtuanya karena anak tidak mempunyai kepercayaan diri, dan ini sangat mempengaruhi perkembangan anak karena orangtua menguasai setiap apa yang akan dikerjakan oleh anak.

f. Dampak terhadap perkembangan intelektual anak

Saat-saat buruk dalam rumah tangga terutama bagi anak-anak adalah pada saat keputusan perceraian orangtua. Anak-anak akan mulai berpikir dan bertanya-tanya dalam hidupnya mengapa hal ini harus terjadi. Orangtua sudah mulai meninggalkan rumah dan anak-anaknya dengan kepergian salah satu dari kedua orangtua menjadi beban pikiran anak-anak sehingga anak akan kecewa dan frustrasi. Ketidakhadiran seorang ayah dan ibu serta tidak ada lagi kunjungan yang tetap setelah perceraian akan berpengaruh terhadap anak dalam perkembangan intelektualnya.

⁴⁰ Ibid., 158.

Mary Gosetiawani mengatakan: “Anak-anak hiperaktif dan sangat jelas bahwa mereka dapat mengalami gangguan otak, sulit untuk menentukan mana yang penting dan mana yang harus diprioritaskan terlebih dahulu. Selain membuat sulit menyelesaikan pelajaran, sulit konsentrasi dan pelupa. Ada kalanya sulit bagi mereka untuk memahami ucapan orang lain secara umum jika ada petunjuk yang berisi langkah-langkah dan tahapan. Sangat sulit untuk menggabungkan satu hal dengan yang lain, ia kurang pengendalian diri, ia tidak dapat merencanakan dan meramalkan apa konsekuensinya, ia sulit bergaul dan kemampuan belajarnya sangat lemah.⁴¹ Penulis menyimpulkan bahwa ketidakhadiran orangtua dalam tumbuh kembangnya seorang anak akan sangat berpengaruh bagi perkembangan intelektual anak sehingga anak akan sulit dalam bergaul serta akan dihantui dengan timbulnya pertanyaan-pertanyaan mengenai perceraian orangtuanya.

- g. Dampak Terhadap Perkembangan Emosional
- h. Saat-saat buruk dalam rumah tangga terutama bagi anak-anak adalah pada saat keputusan perceraian orangtua. Anak-anak akan mulai berpikir dan bertanya-tanya dalam hidupnya mengapa hal ini harus terjadi. Orangtua sudah mulai meninggalkan rumah dan anak-anaknya dengan kepergian salah satu dari kedua orangtua menjadi beban pikiran anak-anak sehingga anak akan kecewa dan

⁴¹ Mary Gosetiawani, *Mencoba Dunia Anak* (Bandung: Kalam Hidup, 1995), 138.

frustasi. Ketidakhadiran seorang ayah dan ibu serta tidak ada lagi kunjungan yang tetap setelah perceraian akan berpengaruh terhadap anak dalam perkembangan intelektualnya.

- i. Mary Gosetiawani mengatakan: “Anak-anak hiperaktif dan sangat jelas bahwa mereka dapat mengalami gangguan otak, sulit untuk menentukan mana yang penting dan mana yang harus diprioritaskan terlebih dahulu. Selain membuat sulit menyelesaikan pelajaran, sulit konsentrasi dan pelupa. Ada kalanya sulit bagi mereka untuk memahami ucapan orang lain secara umum jika ada petunjuk yang berisi langkah-langkah dan tahapan. Sangat sulit untuk menggabungkan satu hal dengan yang lain, ia kurang pengendalian diri, ia tidak dapat merencanakan dan meramalkan apa konsekuensinya, ia mengalami kesulitan bergaul dan kemampuan belajarnya sangat lemah.⁴² Penulis menyimpulkan bahwa ketidakhadiran orangtua dalam tumbuh kembangnya seorang anak akan sangat berpengaruh bagi perkembangan intelektual anak sehingga anak akan sulit dalam bergaul serta akan dihantui dengan timbulnya pertanyaan-pertanyaan mengenai perceraian orangtuanya.⁴³

D. SELF ESTEEM

1. Pengertian *Self Esteem*

⁴² Mary Gosetiawani, *Mencoba Dunia Anak* (Bandung: Kalam Hidup, 1995), 138.

⁴³ Widiastuti Reski Yuliana, “Dampak Perceraian Pada Perkembangan Sosial Dan Emosional Anak Usia 5-6 Tahun,” *Pendidikan dan Pembelajaran Anak Usia Dini* 21, no. 3 (2010): 76–86.

Di dalam kamus psikologi, *Self Esteem* merupakan tingkatan seseorang dalam menilai dirinya sendiri. Meski istilah penghargaan atau menghargai mengandung nilai positif, namun istilah kombinasi disini mengacu pada dimensi yang seutuhnya, dan taraf penghargaan diri bisa rendah.⁴⁴

Self Esteem adalah seberapa besar setiap orang menyukai dirinya sendiri. Semakin baik seseorang menyukai dirinya sendiri, semakin baik dia akan melakukan dalam bidang apa pun yang dia tekuni, dan semakin baik kinerja seseorang, semakin dia akan menyukai dirinya sendiri⁴⁵ Sementara itu, Santrock menjelaskan bahwa self esteem atau harga diri adalah evaluasi yang dibuat individu terhadap dirinya sendiri, yang dilakukan baik secara positif maupun negatif.⁴⁶

Self esteem menurut Coopersmith merupakan pemberian nilai pada diri sendiri yang dilakukan oleh setiap individu, penilaian tersebut akan menunjukkan apakah seseorang mampu menerima atau justru menolak keberadaan dirinya, hal ini dapat ditunjukkan melalui seberapa besar individu mempercayai dirinya dan kemampuannya dan merasa berhasil atau berharga.⁴⁷

⁴⁴ A. Reber, *Kamus Psikologi*, 872.

⁴⁵ Agustinus Ruben, *Konsep Diri (Self Concept)*, ed. Lidia Yulianti and Johannes Waldes Masugian (Medan: CV. MITRA, 2014), 40.

⁴⁶ John W. Santrock, *Perkembangan Anak*, ed. Wibi Hardani (Jakarta: ERLANGGA, 2009), 63.

⁴⁷ A. Ekasari and Zesi Andriyani, "Pengaruh Peer Group Suport Dan Self Esteem Terhadap Resilience Siswa SMAN Tambun Utara Bekasi," *Soul* 6, no. 3 (2013): 1–20.

Dari beberapa pemahaman ini penulis memahami bahwa *Self Esteem* merupakan suatu tingkat kemampuan setiap orang dalam memberikan nilai dan penghargaan bagi dirinya sendiri, penghargaan, terhadap diri sendiri dimana nilainya bisa tinggi bahkan bisa juga rendah.

2. Karakteristik *Self Esteem*

Coopersmith menyebutkan beberapa karakteristik yang dimiliki oleh individu adalah sebagai berikut:⁴⁸

- a. *Self-esteem* tinggi, ciri-ciri seseorang dengan seseorang yang memiliki *self esteem* yang tinggi adalah ketika dia mampu menghargai dan menerima seluruh keberadaan dirinya dengan apa adanya, juga tidak mudah untuk menyalahkan diri atas kekurangan dan keterbatasan-keterbatasan yang dimilikinya, selalu merasa puas dengan semua hasil usaha dan karyanya dan selalu percaya diri dalam menghadapi setiap tantangan yang ada.⁴⁹ Ciri-ciri yang lainnya adalah lebih mandiri dalam mengerjakan pekerjaannya, selalu aktif, kreatif dan yakin atas setiap ide dan gagasannya serta memiliki tingkat kecemasan yang rendah.
- b. *Self-esteem* sedang, ciri-ciri yang dimiliki oleh individu dalam hal mengenai penilaian terhadap kemampuan, harapan serta makna dari

⁴⁸ Ibid., 22–40.

⁴⁹ Ali and Muhammad Asrori, *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*, 165.

keberadaan dirinya secara positif. Para ilmuwan di bidang harga diri, mengemukakan bahwa idealnya harga diri seseorang seharusnya berada dalam suatu batas dimana rasa nilai diri seseorang kuat (tidak terlalu rendah) sekaligus juga stabil (tidak terlalu tinggi dan rapuh).⁵⁰

- c. *Self-esteem* rendah. Ciri-ciri seseorang dengan *self esteem* yang rendah yaitu selalu merasa tidak disenangi oleh orang lain, sangat tidak tahan dengan adanya kritikan serta mudah marah, memiliki sikap hiperkritis yang ditunjukkan dengan suka mengeluh, mencela, bahkan menganggap remeh apapun dan siapapun.⁵¹ Ciri yang lainnya adalah selalu merasa bahwa dirinya tidak berharga atau tidak berguna, menyalahkan dirinya sendiri atas ketidaksempurnaan yang dimiliki, tidak mempunyai kepercayaan diri dalam hal melaksanakan setiap tugas-tugas dan selalu tidak yakin dengan kemampuan serta ide-ide yang dimiliki.⁵² Perasaan-perasaan lain yang muncul akibat *self esteem* yang rendah adalah terkadang individu tersebut tidak mampu menghargai dirinya sendiri, kurang percaya diri, sensitive terhadap kritikan bahkan lebih mudah frustrasi.⁵³

Seperti yang telah dijelaskan di atas tentang dampak yang akan

⁵⁰ Guy Winch, *Pertolongan Pertama Pada Emosi Anda* (Jakarta: Gemilang, 2017), 350.

⁵¹ Agustinus Ruben, *Konsep Diri (Self Concept)*, 2.

⁵² Desmita, *Psikologi Perkembangan Peserta Didik* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2009), 166.

⁵³ Ekasari and Zesi Andriyani, "Pengaruh Peer Group Support Dan Self Esteem Terhadap Resilience Siswa SMAN Tambun Utara Bekasi," 6.

ditimbulkan ketika seorang individu memiliki *self esteem* yang rendah adalah lebih mudah mengalami frustasi. Frustrasi merupakan kondisi emosi yang dapat menghambat, mengganggu bahkan mengacaukan perilaku yang mengarah ke sebuah tujuan.⁵⁴

Gangguan harga diri dapat dibandingkan dengan perasaan negatif tentang diri sendiri, termasuk dalam hal ini hilangnya kepercayaan diri dan harga diri. Harga diri rendah dapat muncul sebagai akibat situasional (trauma) atau kronis (evaluasi diri negatif yang telah berlangsung lama), yang dapat diungkapkan secara langsung atau tidak langsung.⁵⁵ Harga diri biasanya sangat rentan terhadap gangguan pada masa remaja dan usia tua. Harga diri remaja merupakan hal yang penting dalam perkembangan remaja karena harga diri merupakan evaluasi yang ditempatkan individu pada dirinya sendiri, yang sering dibandingkan dengan pencapaian yang telah ditentukan sebelumnya.⁵⁶ Harga diri dapat berasal dari diri sendiri atau dari orang lain, biasanya berupa pengakuan.

Menurut para ahli, beberapa faktor yang dapat mempengaruhi gangguan harga diri antara lain: pertama, perkembangan individu. Hal ini dapat terjadi sejak masa kanak-kanak, misalnya penolakan oleh orang tua akan membuat anak merasa tidak diinginkan dan dengan demikian tidak menyukai dirinya sendiri atau orang lain. Ketika anak mulai berkembang menjadi besar, anak akan mengalami kurangnya pujian dan pengakuan dari orang tua, anak akan mengalami kurangnya pujian dan pengakuan dari

⁵⁴ A. Reber, *Kamus Psikologi*, 379.

⁵⁵ Agustinus Ruben, *Konsep Diri (Self Concept)*, 58.

⁵⁶ A Latar Belakang, "Word Health Organization" 20, no. 15 (2017): 3–4.

orang tua, anak akan merasa jauh karena selalu tidak dipercaya untuk melakukan sesuatu sendiri, mengambil keputusan dan bertanggungjawab terhadap dirinya sendiri. Kedua, ideal diri yang tidak realistis. Sehingga individu yang selalu diberi tuntutan agar berhasil, maka pada saat individu gagal timbul perasaan tidak pantas. Sehingga individu tersebut membuat standar yang tidak bisa dicapai misalnya yang berhubungan dengan cita-cita. Individu membuat standar yang terlalu tinggi dan tidak masuk akal. Jika hal tersebut tidak dicapai maka akan membuat seseorang menghukum dirinya sendiri sehingga pada akhirnya kepercayaan dirinya akan hilang. Ketiga, gangguan fisik dan mental. Hal ini dapat menyebabkan keluarga terlebih individu itu sendiri merasa rendah diri. Pengalaman traumatik yang sering terjadi misalnya akibat dianiaya karena seksual, fisik maupun emosi. Pengalaman traumatik yang terjadi kepada individu ini akan membuatnya tidak mampu mengontrol lingkungannya. Sehingga respon yang diberikan dalam menghadapi trauma seseorang umumnya dengan mengubah arti trauma, mengingkari trauma yang dialami dan respon yang biasa efektif mulai terganggu yang akan berakibat pada depresi dan trauma.⁵⁷ Sehingga dalam hal ini seseorang yang mempunyai harga diri yang rendah

⁵⁷ Agustinus Ruben, *Konsep Diri (Self Concept)*, 59.

perlu mendapatkan pendampingan untuk meningkatkan *self esteem* seorang individu.

Harga diri yang rendah dapat membuat seseorang menjadi rapuh baik dalam emosi maupun psikologis yang dialami dalam kehidupan sehari-hari. Harga diri yang rendah inilah yang membuat seseorang tidak mampu menerima umpan balik yang positif sehingga individu tersebut merasa tidak aman, tidak efektif, tidak percaya diri bahkan merasa tidak berdaya. Harga diri yang rendah dapat menimbulkan tiga jenis luka psikologi antara lain.⁵⁸ (1) Kerapuhan psikologis, harga diri yang rendah membuat seseorang semakin rapuh dalam kehidupan sehari-hari untuk menjalani kehidupannya karena kegagalan, penolakan atau kekecewaan kecil sekalipun akan menebus pertahanan psikologi seseorang. (2) Menolak umpan balik yang positif, memiliki harga diri yang rendah sangat membatasi seseorang untuk mendapatkan manfaat dari sebuah pengalaman yang positif. Ketika harga diri seseorang rendah maka penolakan yang ada di dalam dirinya terhadap pengalaman dan informasi positif menjadi cukup besar, akan tetapi ketika harga diri seseorang rendah individu tersebut cenderung menolaknya, menghindarinya bahkan kadang mundur dari pengalaman yang positif itu (3) ketidakberdayaan, seseorang dengan harga diri yang rendah cenderung tidak banyak bicara dalam sebuah

⁵⁸ Guy Winch, *Pertolongan Pertama Pada Remaja* (Jakarta: Gemilang, 2017), 354–377.

kelompok maupun dalam lingkungan pergaulan, karena takut mendapatkan penolakan dari orang-orang yang ada di sekitarnya. sehingga hal ini menimbulkan rasa ketidaknyamanan bagi individu, tidak percaya diri, merasa tidak berdaya dan merasa tidak diinginkan dalam situasi pergaulan.

Oleh sebab itu sangat penting untuk melihat *self esteem* berdasarkan penilaian secara menyeluruh mengenai dirinya yang dapat diperoleh dari pemahaman yang benar tentang bagaimana Allah menilai dan melihat dirinya. Bahkan ketika dalam keadaan berdosa sekalipun Allah tetap menyatakan kasihNya kepada umatNya melalui pengorbanan Yesus Kristus (Ef. 1:4-7).

3. Pendekatan Konseling untuk Pengembangan *Self Esteem*

a. Pendekatan Client Centered

Seperti yang telah dijelaskan di atas mengenai tingkatan *Self Esteem* seorang individu, maka hal yang penting untuk diterapkan terhadap individu adalah melakukan pendampingan pastoral maupun bimbingan. Salah satu pendekatan yang dapat diterapkan adalah teori *Client Centered*. Terapi ini dicetuskan oleh Carl Rogers sebagai suatu gejala yang dapat disebut keterbatasan. fungsi utama terapis dalam pendekatan ini adalah sebagai penopang dalam pertumbuhan

pribadi klien dan bagaimana cara menolong klien agar dapat menemukan potensi dan kesanggupan dalam memecahkan masalah yang dialami klien. Pendekatan ini memberi kepercayaan yang penuh kepada klien untuk menemukan arahnya sendiri.⁵⁹

1) Pandangan Tentang Manusia

Manusia hanya dapat dipahami melalui titik yang benar melalui pandangan dan perasaannya sendiri yang berasal dari kesadaran individu tersebut. Sehingga untuk memahami seorang individu seorang terapis perlu melihat bagaimana individu dapat mengalami peristiwa tersebut bukan pada persoalan itu sendiri.⁶⁰

2) Ciri-ciri Pendekatan *Client-Centered*

Pendekatan ini fokus terhadap tanggungjawab dan kemampuan klien untuk menemukan kesanggupan dalam menghadapi realitas kehidupan. Klien adalah orang yang paling tahu mengenai dirinya dan tentang apa yang dialaminya, sehingga melalui bimbingan maupun konseling

⁵⁹ Gerald Corey, *Teori Dan Praktik: Konseling Dan Psikoterapi* (Bandung: PT Revika Aditama, 2013), 91.

⁶⁰ Gerald C. Davison, John M. Neale, and Ann M. Kring, *Psikologi Abnormal* (Depok: PT. Raja Grafindo Persada, 2018), 50–51.

klien dapat menemukan tingkah laku yang tepat bagi dirinya.⁶¹ Seperti yang telah dijelaskan sebelumnya bahwa pendekatan ini memfokuskan pada dunia fenomenal klien, dengan demikian terapis bisa memberikan perhatian lebih untuk memahami klien terutama mengenai persepsi dirinya maupun persepsinya terhadap lingkungan.

3) Proses Terapeutik

Pentingnya kebutuhan harga diri bagi remaja berpotensi menimbulkan konsekuensi negatif jika rasa harga diri yang baik tidak tercapai. Mereka menjadi sangat kikuk dan sangat ragu-ragu dalam bertindak, terutama dalam interaksi sosial. Ketika masalah seperti itu menumpuk, itu dapat mengakibatkan hilangnya kepercayaan diri dengan segala konsekuensi negatifnya. Sebaliknya, jika perasaan harga diri yang baik dapat diperoleh antara lain dari orang-orang di sekitarnya yang memberinya penghargaan dan mengerahkan segala upaya, hal ini dapat menanamkan rasa percaya diri pada diri remaja yang membuatnya dewasa.

Intervensi yang dapat digunakan dalam meningkatkan *self esteem* yang rendah adalah melalui *social grup*. Harga diri timbul untuk merespon adanya pengalaman-pengalaman dalam permasalahan mengenai dukungan sosial. Dengan adanya terapi terhadap harga diri dapat membantu klien untuk

⁶¹ Gerald Corey, *Teori Dan Praktik: Konseling Dan Psikoterapi*, 92.

membentuk dan memelihara hubungan relasi yang suportif, serta meningkatkan kemampuan untuk menghargai diri sendiri. Pendekatan *client centered* mampu memberikan support serta menunjukkan keefektifannya dalam meningkatkan harga diri karena berusaha untuk membantu serta membawa klien pada kenyataan yang sesuai dengan idealis mereka sendiri.⁶²

Konsep Roger tentang pemberian perhatian yang positif serta empati dapat membuat klien pada akhirnya mau meningkatkan kemampuan diri sendiri yang berhubungan dengan harga dirinya.

b. Pendekatan Gestalt

Teori ini dikemukakan oleh Frederick S. Pearl (1894-1970), yang didasarkan pada empat aliran pemikiran, yaitu psikoanalisis, fenomenologi, eksistensialisme, dan psikologi gestalt.⁶³ Premis dasar dari terapi ini adalah bahwa setiap individu dapat secara efektif menangani masalah kehidupan yang mereka alami. Dalam hal ini terapis berperan menolong klien agar dapat mengalami keberadaan dirinya secara keseluruhan disini dan sekarang, dengan menolong klien sadar atas tindakan yang dilakukannya

⁶² Pitiadani Br Tarigan, "Pelatihan Berpikir Positif Untuk Peningkatan Harga Diri Remaja Panti Asuhan Yatim Putri 'X' Yogyakarta," *Journal Of Chemical Information and Modeling* 53, no. 9 (n.d.): 1689-1699.

⁶³ Sofyan S. Willis, *Konseling Keluarga (Family Counseling)* (Bandung: Alfabeta, 2011), 102.

dan dapat mencegah dirinya sendiri serta merasakan dan mengalami saat sekarang.⁶⁴

1) Pandangan Tentang Manusia

Gestalt memiliki pandangan mengenai setiap orang bahwa setiap orang sebenarnya memiliki kemampuan untuk bisa memikul tanggungjawabnya secara pribadi dan kehidupan sepenuhnya sebagai sebuah pribadi yang terpadu. Akan tetapi karena adanya berbagai masalah-masalah tertentu yang dialami oleh individu, maka dalam menjalani masa perkembangannya individu seringkali cenderung dalam membentuk diri sendiri serta sulit menemukan bagaimana cara agar dapat terhindar dari masalah yang dialaminya sehingga sulit untuk menemukan jalan dalam pertumbuhan pribadinya.⁶⁵

2) Tujuan Pendekatan *Gestalt*

Terapi *Gestalt* adalah berfungsi untuk menolong klien agar mampu serta bisa menemukan jalan keluar yang berpusat pada dirinya. Perls menyatakan bahwa “jika seorang berpusat pada dirinya sendiri, maka individu tersebut tidak harus

⁶⁴ Gerald Corey, *Teori Dan Praktik: Konseling Dan Psikoterapi*, 117.

⁶⁵ *Ibid.*, 118.

disesuaikan lagi, sehingga apapun yang lewat dan diasimilasi oleh individu, dapat dipahaminya dan mampu berhubungan dengan apapun yang terjadi.⁶⁶

Sasaran utama yang ingin dicapai dalam pendekatan ini adalah percakapan kesadaran, yaitu kesadaran pada diri klien sendiri yang dipandang relatif. Karena tidak adanya kesadaran, klien tidak akan mampu untuk mengubah bentuk kepribadiannya. Dengan demikian, dengan kesadaran, klien mampu menghadapi dan bahkan menerima semua bagian dari keberadaannya yang mereka ingkari dan dapat dihubungkan dengan pengalaman dan kenyataan. Mengingat pengalaman yang disadari klien, masalah yang belum terselesaikan yang sering muncul dapat diselesaikan melalui terapi.⁶⁷

⁶⁶ Ibid., 124.

⁶⁷ Ibid., 127.