

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Strategi penanganan *self harm* di kalangan remaja putri di Gereja Toraja Jemaat Hermon Manggasa', Klasis Makale Tengah dilakukan melalui pendekatan pastoral yang holistik dan menyeluruh. Pendampingan pastoral menjadi sarana dalam membantu remaja menghadapi tekanan emosional, batin, dan persoalan hidupnya. Selama proses pendampingan, diciptakan ruang aman dan empatik bagi remaja untuk terbuka, sehingga mereka mengalami pemulihan secara emosional, sosial, dan spiritual.

Pendampingan ini membantu remaja mengalihkan dorongan negatif menjadi aktivitas positif, seperti menulis jurnal, mengembangkan hobi, membangun komunikasi dengan orang tua, dan aktif dalam komunitas gereja. Dengan demikian, strategi penanganan ini menyentuh seluruh aspek kehidupan remaja baik secara psikologis, sosial, maupun spiritual, sesuai dengan teori pastoral dan pendekatan *problem solving pastoral care*.

B. Saran

1. Bagi Gereja diharapkan lebih proaktif dan peka terhadap dinamika serta pergumulan yang dihadapi oleh remaja dalam kehidupan sehari-hari. Penting bagi gereja untuk menyediakan ruang yang aman dan inklusif melalui pelayanan pastoral yang bersifat empatik dan menyeluruh.

Disarankan pula agar gereja membentuk tim konseling pastoral yang khusus menangani remaja, serta melibatkan mereka dalam aktivitas pelayanan sebagai sarana penyaluran potensi dan pembentukan karakter spiritual.

2. Orang tua diharapkan dapat menjalin komunikasi yang terbuka, suportif, dan penuh kasih dengan anak-anak remaja mereka. Dukungan emosional dan kehadiran yang konsisten dari orang tua sangat penting untuk membangun rasa aman dan mencegah remaja mencari pelarian melalui perilaku yang merugikan diri sendiri.
3. Remaja yang mengalami tekanan emosional atau batin disarankan untuk tidak memendam masalah sendirian, melainkan berani mencari bantuan dari pihak yang dapat dipercaya seperti orang tua, guru, atau pemimpin rohani. Remaja juga perlu mengembangkan strategi yang sehat seperti menulis, melakukan aktivitas positif, mengikuti kegiatan komunitas rohani, dan menjalin relasi yang membangun.
4. Bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar untuk kajian lanjutan yang lebih mendalam, dengan cakupan wilayah yang lebih luas serta jumlah partisipan yang lebih beragam. Pendekatan interdisipliner yang melibatkan psikologi, teologi, dan pendidikan sangat dianjurkan agar hasil penelitian lebih komprehensif dan aplikatif bagi pelayanan serta pembinaan remaja secara holistik.