

**KONSELING PASTORAL DALAM MENGATASI GAMOPHOBIA
DENGAN TEKNIK *COGNITIVE BEHAVIOR THERAPY* (CBT)
DI JEMAAT BATUSURA' KLASIS REMBON SADO'KO'**



TESIS

**Diajukan Kepada Program Pascasarjana
Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Toraja
Sebagai Persyaratan Memperoleh Gelar Magister Teologi (M.Th)**

**JOICE BURA KABAN
23010008**

**Program Studi Teologi
PROGRAM PASCASARJANA**

**INSTITUT AGAMA KRISTEN NEGERI (IAKN) TORAJA
2025**

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Tesis : *Konseling Pastoral dalam Mengatasi Gamophobia dengan Teknik Cognitive Behavior Therapy (CBT) di Jemaat Batusura' Klasis Rembon Sado'ko'*

Disusun oleh :

Nama : Joice Bura Kaban

NIRM : 23010008

Program Studi : Teologi Kristen

Konsentrasi : Pastoral Konseling

Setelah dikonsultasikan, dikoreksi dan diperbaiki berdasarkan arahan dosen pembimbing, maka tesis ini disetujui untuk dipertahankan pada Ujian Tesis yang diselenggarakan oleh Program Pascasarjana, Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Toraja.

Tana Toraja, 15 Juli 2025

Dosen Pembimbing

Dosen Pembimbing I,



Dr. James Anderson Lola, M.Th.
NIDN. 2023068601

Dosen Pembimbing II,



Dr. Yonatan Sumarto, S.Si., M.Th.
NIDN. 2225128201

HALAMAN PENGESAHAN

Judul : Konseling Pastoral dalam Mengatasi *Gamophobia* dengan Teknik *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) di Jemaat Batusura' Klasis Rembon Sado'ko'

Disusun oleh :

Nama : Joice Bura Kaban
NIRM : 23010008
Program Studi : Teologi Kristen
Konsentrasi : Pastoral Konseling

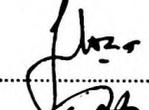
Dibimbing oleh :

I. Dr. James Anderson Lola, M.Th.
II. Dr. Yonatan Sumarto, S.Si., M.Th.

Tesis ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Ujian Tesis Program Pascasarjana Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Toraja, pada tanggal 24 Juli 2025

Dewan Penguji

1. Dr. Calvin Sholla Rupa, M.Th.
NIDN.2208108201
2. Dr. Selvianti, M.Th.
NIDN.2217017701
3. Dr. James Anderson Lola, M.Th.
NIDN. 2023068601
4. Dr. Yonatan Sumarto, S.Si., M.Th.
NIDN. 2225128201

()
()
()
()

Panitia Ujian Tesis

Ketua,



Dr. Yohanis Luni Tumanan, M.Th.
NIDN. 2003037504

Sekretaris,



Parli Sapata, S.PAK.
NI.PPPK.198501052025211008

Mengetahui
Direktur Pascasarjana,



Dr. Joni Tapingku
NIDN. 2224016701

HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Joice Bura Kaban
NIRM : 23010008
Program Studi : Teologi Kristen
Konsentrasi : Pastoral Konseling
Judul Tesis : Konseling Pastoral dalam Mengatasi *Gamophobia* dengan Teknik *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) di Jemaat Batusura' Klasis Rembon Sado'ko'

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa tesis tersebut adalah merupakan hasil karya sendiri, kecuali kutipan-kutipan yang dengan jelas disebutkan sumber rujukannya. Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa tesis ini merupakan hasil saduran atau jiplakan dari karya orang lain, maka pihak kampus IAKN Toraja melalui rektor, berhak untuk mencabut gelar dan ijazah yang telah diberikan kepada saya.

Tana Toraja, 24 Juli 2025
Yang Membuat Pernyataan



Joice Bura Kaban
NIRM. 23010008

**SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Joice Bura Kaban
NIRM : 23010008
Program Studi : Teologi Kristen
Konsentrasi : Pastoral Konseling
Judul Tesis : Konseling Pastoral dalam Mengatasi *Gamophobia* dengan
Teknik *Cognitive Behavior Therapy* (CBT) di Jemaat Batusura'
Klasis Rembon Sado'ko'

Dengan ini menyetujui untuk memberikan izin kepada pihak IAKN Toraja yaitu **Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif** (*Non-exclusive Royalti-Free Right*) atas karya ilmiah Tesis yang berjudul:

**Konseling Pastoral dalam Mengatasi *Gamophobia* dengan Teknik
Cognitive Behavior Therapy (CBT) di Jemaat Batusura' Klasis Rembon Sado'ko'**

Dengan ini pihak IAKN Toraja berhak menyimpan, mengelolanya dalam pangkalan data (*database*), mendistribusikannya dan menampilkan atau mempublikasikan sebagian dari tesis ini (Bab 1 dan Bab 5) pada repository Perguruan Tinggi untuk kepentingan akademis dengan tetap mencantumkan nama sebagai penulis tesis ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Tana Toraja, 24 Juli 2025
Yang Membuat Pernyataan



Joice Bura Kaban
NIRM. 23010008

HALAMAN PERSEMBAHAN

Puji syukur kepada Tuhan Yesus Kristus Sang sumber hikmat oleh karena kasih dan pertolongan-Nya yang tidak pernah berkesudahan. Tuhan yang menolong dan memampukan penulis untuk melewati suka duka dalam perjuangan ini, tanpa kasih dan penyertaan dari Tuhan penulis bukanlah siapa-siapa. Tesis ini kupersembahkan dengan penuh rasa syukur dan cinta kepada: Kedua orang tua tercinta , ketiga saudara penulis dan juga ketiga sahabat penulis. Kepada dosen pembimbing dan penguji yang dengan setia mengarahkan penulis. Terima kasih untuk setiap dukungan, doa, kasih sayang dan cinta yang telah diberikan kepada penulis. Tulisan ini penulis persembahkan kepada Almamater IAKN Toraja.

MOTTO

“ILMU BUKAN SEKADAR PENGETAHUAN, TAPI PANGGILAN UNTUK
MENGUBAH DUNIA.”

“Ketika aku meragukan diriku, Tuhan menunjukkan bahwa rancangan-Nya jauh
lebih tinggi dari pikiranku.”
(inspirasi dari Yes. 55:8-9)

“Sebab rancangan-Ku bukanlah rancanganmu dan jalanmu bukanlah jalan-Ku,
demikianlah firman TUHAN. Seperti tingginya langit dari bumi, demikianlah
tingginya jalan-Ku dari jalanmu dan rancangan-Ku dari rancanganmu”
(Yes. 55:8-9)

ABSTRAK

Joice Bura Kaban (23010008), menyusun tesis dengan judul *Konseling Pastoral Dalam Mengatasi Gamophobia Dengan Teknik Cognitive Behavior Therapy (CBT) di Jemaat Batusura' Klasis Rembon Sado'ko' di bawah bimbingan Bapak Dr. James Anderson Lola, M.Th dan Bapak Dr. Yonatan Sumarto, M.Th.* Pendampingan pastoral merupakan wujud pelayanan gereja yang hidup karena tanpa pendampingan pastoral maka gereja tidak akan mengalami pertumbuhan. Tujuan dari pendampingan pastoral adalah untuk memberikan bantuan, mendampingi dan membimbing untuk mengalami penyembuhan dan pemulihan baik secara spiritual, emosional dan juga psikologis. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi efektifitas pendampingan pastoral dengan pendekatan *Cognitive Behavior Therapy (CBT)* terhadap klien yang mengalami *gamophobia* di Gereja Toraja Jemaat Batusura'. Pendekatan ini dipilih karena dapat menolong klien untuk mengubah pikiran yang irasional menjadi rasional dan mengubah pikiran yang negatif menjadi pikiran yang positif. Penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan bimbingan dan konseling (PTBK). Data diperoleh melalui observasi dan wawancara yang mendalam. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *gamophobia* banyak terjadi dikalangan anak muda di Jemaat Batusura' yang mana membuat seseorang memiliki ketakutan dan kecemasan akan pernikahan dan mengganggu kualitas hidup seseorang. Pendampingan pastoral dengan pendekatan CBT dapat menolong seseorang yang mengalami ketakutan dan kecemasan akan pernikahan. Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa pendampingan pastoral untuk mengatasi *gamophobia* menjadi pendekatan yang efektif untuk mengatasi ketakutan dan kecemasan menikah dan meningkatkan kesejahteraan emosional dan spiritual seseorang. Hasil akhir yang hendak dicapai bukan untuk memaksakan seseorang untuk menikah melainkan untuk memulihkan seseorang dari ketakutan yang membatasi dirinya menjalin relasi dengan orang lain. Implikasi dari penelitian ini adalah mendorong gereja untuk memperhatikan anggota jemaat yang mengalami *gamophobia* dengan mengintegrasikan pendekatan CBT dalam pelayanan pastoral.

Kata kunci: *Konseling Pastoral, Gamophobia, CBT.*

ABSTRACT

Joice Bura Kaban (23010008), compiled a thesis entitled Pastoral Counseling in Overcoming Gamophobia with Cognitive Behavior Therapy (CBT) Techniques in the Batusura' Klasis Rembon Sado'ko' Congregation under the guidance of Mr. Dr. James Anderson Lola, M.Th and Mr. Dr. Yonatan Sumarto, M.Th. Pastoral assistance is a form of living church service because without pastoral assistance, the church will not grow. The purpose of pastoral assistance is to provide assistance, accompany and guide to experience healing and recovery both spiritually, emotionally and psychologically. This study aims to explore the effectiveness of pastoral assistance with the Cognitive Behavior Therapy (CBT) approach for clients who experience gamophobia in the Toraja Church of the Batusura' Congregation. This approach was chosen because it can help clients to turn irrational thoughts into rational ones and turn negative thoughts into positive ones. This study uses the guidance and counseling action research method (PTBK). Data was obtained through in-depth observation and interviews. The results of the study show that gamophobia occurs among young people in the Batusura' Congregation which makes a person have fear and anxiety about marriage and interferes with one's quality of life. Pastoral counseling with a CBT approach can help someone who is experiencing fear and anxiety about marriage. The conclusion of this study is that pastoral mentoring to overcome gamophobia is an effective approach to overcome marital fear and anxiety and improve one's emotional and spiritual well-being. The end result to be achieved is not to force a person to marry but to recover a person from the fear that limits him from establishing relationships with others. The implication of this study is to encourage churches to pay attention to members of the congregation who experience gamophobia by integrating a CBT approach in pastoral ministry.

Keywords: *Pastoral Counseling, Gamophobia, CBT.*