

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Hakikat Konseling Pastoral

1. Pengertian Konseling Pastoral

Konseling pastoral merupakan suatu bentuk pelayanan rohani yang dilakukan oleh pemimpin atau pelayan gereja kepada individu yang sedang mengalami persoalan hidup, pergumulan emosional, atau krisis spiritual. Bentuk konseling ini tidak hanya mengatasi permasalahan dari aspek psikologis semata, tetapi juga menyentuh dimensi spiritual, seperti pertumbuhan iman, pengalaman akan kasih Tuhan, pengampunan, dan pemulihan relasi dengan Allah.¹⁸

Menurut Howard Clinebell (1984), konseling pastoral adalah *"bimbingan spiritual yang menolong seseorang menghadapi konflik batin dan penderitaan dengan pendekatan iman kristiani."* Pendekatan ini mencakup pendengaran aktif, empati, dukungan moral, serta peneguhan iman melalui Firman Tuhan dan doa. Hal ini menjadikan konseling pastoral sebagai metode yang menyeluruh memadukan antara ilmu psikologi dan nilai-nilai teologis. Dalam hal ini, diberikan pendampingan kepada anggota jemaat yang membutuhkan pertolongan dalam menghadapi masalahnya. Pendampingan sebagai suatu pendekatan pastoral lebih

¹⁸Aart Van Beek, *Pendampingan Pastoral* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2023), 9-12.

menekankan peran konselor, yang senantiasa bersedia membimbing, merawat, memelihara, melindungi, menolong konseli. Selain itu, pendampingan ini bertujuan untuk memperbaiki dan memulihkan relasi yang terputus, baik relasi dengan diri sendiri, dengan sesama, maupun dengan Allah.¹⁹

Pelayanan pastoral merupakan bagian integral dari ilmu penggembalaan, karena menekankan perhatian terhadap individu yang paling membutuhkan bimbingan dan pendampingan. Kristus, sebagai Gembala Agung, menegaskan diri-Nya sebagai seorang pelayan yang datang bukan untuk dilayani, melainkan untuk melayani. Dalam konteks ini, pelayanan pastoral berarti memenuhi kebutuhan spiritual, emosional, dan sosial mereka yang dibimbing. Penggembalaan merupakan bagian dari Teologi praktika yang memberikan tekanan pada praktek pelayanan penggembalaan bukan pada teori.²⁰ Dari pernyataan ini, pelayanan pastoral merupakan suatu upaya yang dilakukan untuk membantu praktik penggembalaan bagi mereka yang membutuhkan untuk digembalakan.

Dengan demikian, konseling pastoral tidak hanya bertujuan untuk menyembuhkan luka secara emosional, tetapi juga untuk memulihkan jati diri anak sebagai pribadi yang berharga di hadapan Tuhan. Jadi,

¹⁹Howard Clinebell, *Tipe-Tipe Dasar Pendampingan Dan Konseling Pastoral* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2002), 32.

²⁰M. Bons – Storm, *Apakah Penggembalaan itu?* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2014), 1.

konseling pastoral adalah suatu pelayanan yang bertujuan untuk memberikan bantuan kepada individu maupun kelompok yang sedang menghadapi masalah atau pergumulan kehidupan. Konseling pastoral bertujuan agar permasalahan yang dialami individu tidak menjadi penghambat dalam pertumbuhan dan perkembangan berbagai aspek kehidupan. Selain itu, konseling pastoral merupakan suatu panggilan yang dijalankan oleh setiap individu yang telah merespons panggilan Allah. Oleh karena itu, tanggung jawab konseling pastoral tidak hanya berada pada pendeta, tetapi juga menjadi kewajiban seluruh orang percaya yang terpanggil untuk melaksanakan tugas penggembalaan. Konseling pastoral menggunakan pendekatan yang relasional, personal, dan kontekstual, berlandaskan kasih, belas kasihan, dan pelayanan Kristiani. Pendekatan ini menekankan hubungan yang hangat dan suportif, sehingga konseli merasa diterima, didengar, dan dibimbing sesuai kebutuhan hidupnya.

2. Fungsi Konseling Pastoral

Howard Clinebell sebagai salah satu tokoh dalam konseling pastoral, mengemukakan bahwa fungsi pelayanan pastoral mencakup beberapa aspek utama, yaitu fungsi membimbing (*guiding*), menopang (*sustaining*), menyembuhkan (*healing*), memulihkan atau memperbaiki

hubungan (*reconciling*) serta memelihara dan mengasuh (*nurturing*).²¹

Dalam hal ini fungsi pelayanan pastoral dideskripsikan sebagai berikut:

a. Fungsi Membimbing (*Guiding*)

Membimbing berarti memberikan arahan kepada individu yang didampingi agar dapat menemukan jalan yang benar dan tepat. Menurut William A. Clebsch dan Charles R. Jaekle, fungsi bimbingan bertujuan untuk membantu konseli dalam menentukan pilihan atau membuat keputusan yang pasti, di mana keputusan tersebut memiliki pengaruh positif terhadap kehidupan konseli dari masa sebelumnya.²² Menurut Van Beek, konseli membutuhkan bimbingan agar mampu mengambil dan memilih keputusan terkait hal-hal positif yang dapat membangun dirinya.²³

Berdasarkan pendapat para ahli tersebut, dapat disimpulkan bahwa fungsi bimbingan merupakan kebutuhan penting bagi setiap konseli untuk menghadapi berbagai perubahan yang terjadi dalam hidupnya. Selanjutnya, konseli perlu diberikan bimbingan secara berkelanjutan ketika mengalami perubahan tersebut, agar mampu menyesuaikan diri, mengurangi kebingungan, dan mencegah tekanan emosional yang berlebihan.

²¹Howard Clinebell, *Tipe-Tipe Pendampingan dan Konseling Pastoral* (Yogyakarta: Kanasius, 2002), 32–45.

²²William A Clebsch dan Carles R. Jeakle, *Pastoral Care in Historicial Pespective* (Englewood Cliffs: Prentice-Hall, 1964), 10.

²³Aart Van Beek, *Pendampingan Pastoral* (Jakarta: Gunung Mulia, 2003), 14.

b. Fungsi Menopang (*Sustaining*)

Seringkali kita menghadapi individu yang sering menghadapi krisis mendalam, seperti kehilangan orang terkasih, penderitaan, kecemasan, sakit hati, dan lain-lain.). Dalam hal ini, kehadiran pastoral berperan penting untuk membantu individu bertahan dalam situasi yang berat. Dukungan yang diberikan melalui kehadiran yang aktif, sapaan yang menenangkan, serta sikap terbuka dan empatik dapat membantu mengurangi penderitaan konseli. Kehadiran pastoral semacam ini tidak hanya memberikan kenyamanan emosional, tetapi juga memperkuat kapasitas konseli untuk menghadapi kesulitan yang begitu memukul.²⁴

Konseli perlu ditopang dan didukung ketika menghadapi situasi yang sulit atau kemungkinan pemulihannya sangat kecil. Dalam konteks konseling pastoral, fungsi pelayanan pastoral dalam hal ini adalah memberikan penghiburan dan penguatan kepada konseli ketika mereka mengalami kesedihan, kesusahan, atau penderitaan. Maka berdasarkan pemahaman Van Beek, dapat disimpulkan bahwa fungsi menopang ialah membantu konseli menghadapi kondisi saat ini, menerima realitas yang sulit atau menyakitkan, serta tetap tegar dan termotivasi untuk menjalani kehidupan secara positif dan bermakna.

²⁴Ibid.

c. Fungsi Penyembuhan (*Healing*)

Fungsi penyembuhan dalam pelayanan pastoral merupakan pendekatan yang bersifat holistik, mencakup dimensi lahir dan batin, jasmani dan rohani, serta tubuh dan jiwa.²⁵ Penyembuhan ini menjadi salah satu fungsi utama dalam pastoral care yang bertujuan untuk mengatasi berbagai kerusakan atau gangguan yang dialami konseli, mengembalikannya pada kondisi keutuhan, serta menuntunnya menuju keadaan yang lebih baik dibandingkan kondisi sebelumnya.

Kisah perjumpaan Yesus dengan Zakheus, seorang tokoh kaya dalam Lukas 19:1-10, menunjukkan bagaimana Yesus memulihkan relasi Zakheus dengan Tuhan serta dengan sesama, termasuk masyarakat Yahudi yang memandangnya rendah. Melalui kasih dan penerimaan Yesus, Zakheus mengalami pertobatan sejati yang mengubah orientasi hidupnya—dari mencari keuntungan pribadi menjadi pribadi yang mau berbagi dan memulihkan hubungan dengan sesama. Dengan demikian, Zakheus tidak lagi dipandang sebagai individu asing atau terpinggirkan, melainkan telah diterima kembali sebagai bagian yang utuh dalam komunitas masyarakat Yahudi.²⁶ Berdasarkan pernyataan tersebut, dapat disimpulkan bahwa fungsi penyembuhan (*healing*) bertujuan untuk mengatasi kerusakan atau

²⁵J Abineo, *Pedoman Praktis Untuk Pelayanan Pastoral* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2010), 30.

²⁶Alkitab: *Terjemahan baru 2*, Luk. 19:1-10 (Jakarta: Lembaga Alkitab Indonesia, 2018).

gangguan yang dialami oleh konseli, dengan mengembalikannya pada kondisi keutuhan secara menyeluruh, sekaligus menuntun konseli menuju keadaan yang lebih baik dibanding sebelumnya.

c. Fungsi Memelihara/Mengasuh (*Nurturing*)

Kehidupan manusia perlu mengalami pertumbuhan dan perkembangan secara berkelanjutan. Perkembangan tersebut mencakup berbagai aspek, antara lain aspek emosional, kognitif, motivasi dan kemauan, perilaku, kehidupan rohani, serta kemampuan berinteraksi dengan lingkungan sosial. Dengan demikian, dalam memberikan pertolongan kepada individu yang memerlukan pendampingan, penting untuk mengidentifikasi potensi yang dimiliki konseli yang dapat dikembangkan sebagai sumber kekuatan internal. Pengembangan potensi tersebut bertujuan agar konseli memiliki kapasitas yang memadai untuk menghadapi berbagai tantangan serta mampu melanjutkan kehidupannya secara adaptif dan bermakna.

Fungsi pelayanan pastoral yang peduli (*Care*) perlu menolong konseli yang menderita, sakit, putus asa dan lain-lain agar dapat berkembang secara optimal. Pelayanan ini menekankan pengasuhan yang diarahkan pada pertumbuhan konseli melalui proses pendampingan pastoral yang sistematis dan berkesinambungan, sehingga mendukung perkembangan emosional, sosial, dan spiritual secara menyeluruh. Menurut Van Beek, fungsi memelihara atau

mengasuh bertujuan untuk memampukan konseli dalam mengembangkan potensi-potensi yang telah diberikan oleh Allah. Dengan demikian, pendampingan dan pengembalaan pada fungsi ini diarahkan untuk mengintegrasikan kehidupan manusia secara menyeluruh, yang mencakup aspek fisik, sosial, mental, dan spiritual.²⁷

3. Tahapan Konseling Pastoral

Proses konseling pastoral memiliki tahapan yang jelas, yaitu tahap awal, pertengahan, dan akhir. **Tahap awal** meliputi pembangunan hubungan kepercayaan (*rapport*). **Tahap pertengahan** mencakup anamnesis, diagnosis, perencanaan tindakan (*treatment planning*), pelaksanaan tindakan (*treatment*), peninjauan kembali (*review*), serta evaluasi hasil konseling. **Tahap akhir** meliputi pengambilan pelajaran serta terminasi atau pemutusan hubungan konseling. Dengan adanya tahapan-tahapan tersebut, proses konseling menjadi lebih terarah dan sistematis. Dalam praktik pendampingan pastoral, terdapat beberapa tahapan yang dapat dilakukan untuk memastikan proses konseling berjalan efektif, yaitu:²⁸

²⁷Beek, *Pendampingan Pastoral*, 8.

²⁸Totok S. Wiryasaputra, *Konseling Pastoral di Era Milenial*, 194.

a. Menciptakan hubungan kepercayaan

Tahap ini umumnya dilaksanakan pada pertemuan pertama dalam proses konseling. Tujuan utama dari tahap awal ini adalah membangun hubungan kepercayaan konseli terhadap konselor, sehingga konseli merasa aman untuk membuka diri dan membagikan pengalaman atau pergumulan yang dialami. Tanpa adanya kepercayaan, konseli tidak akan merasa aman untuk membuka diri, sehingga penerimaan, perubahan, dan pertumbuhan tidak dapat terjadi. Hal ini menegaskan pentingnya membangun hubungan yang kuat dan penuh rasa aman antara konselor dan konseli sejak pertemuan awal.

b. Mengumpulkan data (Anamnesa)

Tahap pengumpulan data (*anamnesis*) dalam praktik konseling biasanya dilaksanakan pada perjumpaan pertama, dan paling lambat pada perjumpaan kedua, untuk memastikan informasi yang diperoleh cukup lengkap bagi proses konseling selanjutnya. Analisis data melingkupi pengumpulan dan penelaahan informasi yang komprehensif, yang mencakup riwayat hidup konseli serta berbagai persoalan atau gangguan yang dialaminya.

c. Menyimpulkan sumber masalah (Diagnosa)

Pada tahap ini, konselor melakukan analisis data dengan mengidentifikasi keterkaitan antar berbagai informasi, baik dalam satu

aspek maupun antar aspek yang berbeda. Proses ini melibatkan sintesis data secara komprehensif untuk merumuskan permasalahan utama atau keprihatinan batin yang dialami konseli, sehingga dapat menjadi dasar bagi perencanaan intervensi konseling yang tepat.

d. Membuat rencana tindakan (*Treatment Planning*)

Pada tahap ini, konselor merumuskan strategi serta langkah-langkah intervensi yang disesuaikan dengan kebutuhan konseli. Perumusan ini bertujuan agar tindakan yang akan dilaksanakan lebih terarah dan efektif, sehingga dapat membantu konseli mencapai perubahan perilaku, sikap, atau pemahaman yang diinginkan secara optimal.

e. Tindakan (*Treatment*)

Pada tahap ini, konselor melaksanakan intervensi atau tindakan (*treatment*) sesuai dengan perencanaan yang telah disusun sebelumnya. Seluruh proses berlangsung secara berkesinambungan, di mana setiap tahap saling terkait dan memengaruhi, sehingga konseling dapat berjalan efektif dan tujuan perubahan perilaku atau pembelajaran konseli dapat tercapai.

f. Mengkaji ulang dan evaluasi (*Review and Evaluation*)

Konseling pastoral, sebagai suatu proses yang berkesinambungan, memerlukan peninjauan kembali (*review*) dan evaluasi secara berkala. Evaluasi ini dilakukan untuk menilai secara

menyeluruh baik proses yang telah dilaksanakan maupun hasil akhir dari konseling, sehingga dapat mengidentifikasi keberhasilan intervensi, efektivitas strategi yang diterapkan, serta aspek yang memerlukan perbaikan guna meningkatkan kualitas pelayanan konseling pastoral. Selain itu, evaluasi digunakan sebagai sarana pembelajaran bagi konselor serta untuk meningkatkan kualitas layanan konseling pastoral.

g. Memutuskan hubungan (Terminasi/Termination)

Tahap pemutusan hubungan biasanya dilaksanakan pada akhir sesi konseling, yaitu pada sesi kelima atau keenam. Sebagai hubungan profesional, konselor perlu mengakhiri proses konseling secara tepat dan terstruktur.

B. Teknik Modelling dalam Konseling

1. Pengertian Teknik Modelling

Teknik modelling merupakan salah satu pendekatan utama dalam teori pembelajaran sosial yang dikembangkan oleh Albert Bandura. *Modelling* didefinisikan sebagai proses pembelajaran di mana individu memperoleh pengetahuan, keterampilan, atau pola perilaku melalui pengamatan terhadap perilaku orang lain dan kemudian menirunya. Dalam konteks konseling, teknik ini digunakan untuk membantu konseli (individu yang dibimbing) mengembangkan perilaku positif dengan cara

meniru perilaku yang dicontohkan oleh konselor atau figur panutan lainnya.²⁹

2. Tujuan Teknik Modelling

Tujuan umum dari *teknik modelling* adalah untuk memungkinkan individu mengubah perilakunya dengan meniru perilaku model yang nyata yang dianggap signifikan.³⁰

- a. Membantu individu mengatasi fobia atau kecanduan
- b. Membantu individu mengatasi gangguan kepribadian yang signifikan.

Dengan mengamati dan meniru perilaku model yang adaptif dan positif, individu dapat belajar strategi baru untuk mengelola emosi, membentuk pola perilaku yang lebih konstruktif, serta meningkatkan kemampuan sosial dan interaksi mereka dalam kehidupan sehari-hari.

- c. Membantu individu memperoleh perilaku sosial yang adaptif. Melalui pengamatan terhadap model yang menunjukkan interaksi positif dan keterampilan sosial yang efektif, individu dapat meniru dan menginternalisasi perilaku tersebut, sehingga kemampuan mereka dalam berinteraksi, bekerja sama, dan menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial meningkat secara signifikan.

²⁹Rahmawati, Dwi. "Modeling Remaja Putri Korban Perceraian Hidup Dengan Ayah." *Jurnal Riset Mahasiswa Bimbingan dan konseling* 5, no. 3 (2009): 236.

³⁰Gantika Komalasari, *Teori dan teknik konseling* (Jakarta: PT Indeks, 2011), 190.

- d. Membantu subjek menampilkan tingkah laku yang diinginkan tanpa harus meniru model lain secara langsung, sehingga individu dapat mengaplikasikan perilaku secara mandiri dan sesuai konteks.
- e. Membantu konseli belajar hal-hal baru dan mengambil keputusan sendiri, sehingga mereka dapat mengembangkan kemandirian dan kemampuan berpikir kritis melalui pengamatan terhadap model.
- f. Membantu mengatasi reaksi awal yang menghambat atau menghalangi.
- g. Membantu individu dalam meminimalkan respons yang tidak tepat atau tidak diinginkan.

3. Manfaat Teknik Modelling

Teknik *modelling* digunakan untuk membantu individu mengembangkan perilaku sosial yang lebih adaptif. Metode ini memungkinkan individu mempelajari cara menampilkan perubahan perilaku yang diinginkan tanpa harus mencoba secara langsung, sekaligus membantu mereka merespons situasi atau hal-hal baru dengan lebih efektif dan percaya diri. Menurut Sukardi, manfaat teknik *modelling* antara lain:

- a. Individu memperoleh pengetahuan atau keterampilan baru melalui proses *modelling*, dan selanjutnya mampu menampilkan atau mendemonstrasikan perubahan perilaku yang dipelajari melalui pengamatan terhadap model. Dengan mengamati model, individu

dapat mengurangi rasa cemas dan meniru perilaku yang belum pernah dicoba sebelumnya. Cara ini memungkinkan pembelajaran baru berlangsung secara aman, karena individu memperoleh contoh konkret sebelum menerapkan tindakan secara nyata, serta memperoleh efek positif dari proses tersebut.

- b. Setelah mengamati perilaku model, individu mengembangkan keinginan atau motivasi untuk meniru perilaku yang telah dipelajari, sehingga pelaksanaannya menjadi lebih mudah dan tidak mengalami hambatan.

4. Jenis Teknik Modelling

Menurut Alwisol, teknik modeling dibagi menjadi empat jenis yaitu:³¹

- a. *Modelling* tingkah laku baru. Melalui *teknik modelling*, individu dapat mengembangkan tingkah laku baru. Hal ini dimungkinkan karena adanya kemampuan kognitif individu, di mana stimulasi perilaku dari model ditransformasikan menjadi representasi mental dan simbol verbal yang dapat diingat serta diterapkan di kemudian hari. Keterampilan kognitif simbolik ini memungkinkan individu menginternalisasi pengalaman pengamatan dan mengubahnya menjadi tingkah laku baru yang adaptif.

³¹Alwisol, *Psikologi Kepribadian Edisi Revisi* (Malang: UMM Press, 2009), 283-285.

- b. *Modelling* untuk mengubah tingkah laku lama memiliki dua dampak utama terhadap perilaku yang sudah ada. Pertama, dengan mencontoh perilaku yang diterima secara sosial, individu dapat memperkuat perilaku yang diinginkan dan mengurangi perilaku yang tidak diterima. Misalnya, ketika seseorang diberikan penghargaan atas tindakannya, individu cenderung meniru perilaku tersebut, sedangkan ketika dihukum, respons perilaku yang tidak diinginkan akan berkurang.
- c. *Modelling Simbolik* biasanya diperoleh dari model yang ditampilkan melalui media, seperti film, televisi, atau materi visual lainnya. Media tersebut menampilkan perilaku model sebagai contoh yang dapat diamati dan ditiru oleh individu. Teknik ini memungkinkan individu mempelajari perilaku baru melalui pengamatan tanpa harus mengalami situasi secara langsung.
- d. Pemodelan bersyarat/kondisioning sering digunakan untuk mempelajari respons emosional. Pada teknik ini, pengamat mengamati pola perilaku emosional yang menerima penguatan, sehingga respons yang diinginkan dapat ditiru dan dipelajari. Teknik ini membantu individu mengembangkan kontrol emosional dan respon adaptif terhadap situasi tertentu.

Dari beberapa jenis *teknik modelling* yang telah dijelaskan, dapat disimpulkan bahwa konselor dapat memilih jenis modelling yang sesuai

untuk membantu konseli mengubah atau menampilkan perilaku yang diinginkan. Jenis-jenis *modelling* meliputi: *modelling* untuk mengubah tingkah laku lama, *modelling* simbolik, dan *modelling* bersyarat atau *conditioning*.

5. Prinsip-prinsip Teknik *Modelling*

Komalasari menjelaskan bahwa terdapat beberapa prinsip dasar dalam pemodelan, antara lain:

- a. Individu belajar dengan mengamati perilaku orang lain. Dengan kata lain, individu dapat belajar dari apa yang dialami sendiri maupun dari mengamati perilaku orang lain beserta dampaknya, sehingga dapat menyesuaikan tindakannya secara efektif.
- b. Kompetensi dan keterampilan sosial individu dapat dikembangkan melalui pengamatan terhadap perilaku model yang ada. Dengan mengamati perilaku model yang efektif dan diterima secara sosial, individu belajar bagaimana berinteraksi, menyesuaikan diri, dan mengaplikasikan keterampilan sosial tersebut dalam kehidupan sehari-hari.
- c. Respon emosional yang terhambat dapat dimodifikasi melalui pengamatan terhadap perilaku orang lain. Dengan pengamatan ini, individu dapat menyesuaikan cara bereaksi terhadap situasi tertentu, sehingga emosi yang sebelumnya sulit dikendalikan dapat diarahkan menjadi respons yang lebih adaptif dan konstruktif.

- d. Mengamati model yang diberi hukuman dapat membantu individu dalam mengembangkan pengendalian diri.
- e. Individu terlebih dahulu melakukan observasi terhadap model, kemudian memperkuat pemahaman melalui proses internalisasi, dan meniru perilaku yang ditampilkan oleh model. Proses ini memungkinkan individu belajar secara efektif melalui pengamatan, menyesuaikan perilaku mereka dengan contoh yang positif, dan meningkatkan keterampilan sosial maupun emosional yang diperlukan.
- f. *Modelling* juga dapat dilaksanakan dengan memanfaatkan teknologi, misalnya melalui media film, video, atau alat visual lainnya, untuk mempermudah pembelajaran perilaku baru. Dengan media ini, individu dapat mengamati dan meniru perilaku model tanpa harus mengalami situasi secara langsung, sehingga proses pembelajaran menjadi lebih efektif dan aman.
- g. Human Control melibatkan penggunaan dalam proses *modelling* memberikan kesempatan kepada anggota kelompok memiliki alternatif dalam memilih perilaku yang akan ditiru, baik dari pemimpin kelompok maupun dari sesama peserta. Dalam prosedur pemodelan ini, berbagai teknik modifikasi perilaku dasar dapat diterapkan untuk membantu individu belajar dan menyesuaikan perilaku mereka secara efektif.

Dengan memahami berbagai jenis dan prinsip *teknik modelling*, konselor dapat menguasai permasalahan yang dialami konseli, memilih teknik yang tepat, dan menerapkannya secara sistematis untuk membantu konseli mengembangkan perilaku adaptif serta mengatasi dampak konflik atau trauma yang dialami. Pemahaman ini memungkinkan konselor memilih *teknik modelling* yang tepat, sehingga intervensi konseling dapat berjalan efektif dan perilaku konseli yang diinginkan dapat muncul atau berubah sesuai tujuan konseling.

6. Langkah-langkah *Teknik Modelling*

Menurut Adiputra, tahapan atau langkah-langkah dalam pelaksanaan teknik modeling meliputi serangkaian proses yang sistematis sebagai berikut:³²

a. Tahap Memperhatikan

Pada fase ini, terdapat sejumlah variabel yang memengaruhi proses pembelajaran, antara lain karakteristik model, jenis kegiatan, serta karakteristik individu sebagai sasaran. Model yang menarik dan memiliki daya tarik tinggi cenderung memperoleh lebih banyak perhatian dari pengamat dibandingkan model dengan daya tarik interpersonal yang rendah, sehingga efektivitas pembelajaran melalui modelling menjadi lebih besar.

³²Sofwan Adiputra, "Penggunaan Teknik Modeling Terhadap Perencanaan Karir Siswa," *Jurnal Fokus Konseling* 1, no. 1 (2015): 45-56.

b. Tahap *retensi*/mengingat

Ketika individu mengamati perilaku orang lain dan kemudian menirunya, perilaku yang diamati berfungsi sebagai isyarat (*cue*) yang dapat memandu tindakan dalam situasi lain. Agar proses peniruan terhadap perilaku model dapat berlangsung secara efektif, individu perlu memiliki kemampuan untuk mengingat dan menyimpan informasi mengenai perilaku yang telah diamati, sehingga dapat direproduksi kembali pada waktu yang tepat. Pembelajaran melalui observasi didukung oleh dua bentuk sistem simbolik dan representasional, yaitu sistem imajinatif dan sistem verbal, yang memungkinkan individu menyimpan dan memproses informasi secara mental sebelum menerapkannya dalam tindakan nyata.

c. Tahap *Reproduksi Motorik* (Reproduksi gerak)

Pada tahap ini, individu diharapkan mampu membentuk representasi simbolik dari hasil pengamatan yang telah dilakukan. Perilaku yang ditampilkan sebaiknya menyerupai perilaku asli yang diamati, sehingga pembelajaran melalui observasi dapat diterapkan secara akurat. Proses penguatan motorik dalam pembelajaran terdiri dari empat subtahap, yaitu pengorganisasian respons kognitif, inisiasi respons, pemantauan respons, dan perbaikan respons. Dengan melalui tahapan ini, perhatian pada model dan informasi yang diamati dapat ditransformasikan menjadi perilaku baru yang dapat diterapkan secara

nyata. Begitu perhatian diberikan pada model dan pengamatan disimpan dalam ingatan, hal ini akan memungkinkan individu menampilkan perilaku baru.

d. Tahap motivasi

Pembelajaran observasional akan berlangsung secara optimal ketika individu didorong untuk menampilkan kembali perilaku yang telah diamati dan ditirunya. Proses perhatian (*attention*) dan representasi simbolik berperan penting dalam mengakumulasi serta menyimpan informasi yang diperlukan, namun keterlibatan dalam pelaksanaan perilaku tertentu sangat bergantung pada motivasi individu. Dengan motivasi yang tinggi, informasi yang diamati lebih mudah diterapkan dan diinternalisasi menjadi perilaku yang adaptif.

C. Tujuan dan Fungsi Konseling Pastoral bagi Anak

Menurut Riky Handoko Sitindan dalam karya *Konseling Pastoral kepada Anak: Anak Butuh Konseling*, anak memiliki kebutuhan yang signifikan terhadap pendampingan melalui konseling pastoral, sebagai upaya untuk membantu mereka menghadapi berbagai permasalahan yang memengaruhi perkembangan emosional, sosial, dan spiritual., pelayanan pastoral memegang peran penting karena berbagai persoalan hidup dapat menimbulkan keputusan pada anak, Bahkan, kondisi tersebut berpotensi mendorong anak pada tindakan yang membahayakan diri. Oleh karena itu, pendampingan pastoral bagi anak menjadi sangat penting, mengingat

berbagai permasalahan yang mereka hadapi selama masa pertumbuhan menuntut bimbingan yang intensif.³³ Untuk itu, tujuan dari yang hendak dicapai dalam pelayanan pastoral kepada anak menurut Riky Hadoko adalah sebagai berikut:³⁴

1. Memulihkan Masalah Anak

Salah satu tujuan pelayanan pastoral kepada anak adalah memulihkan permasalahan yang dihadapinya. Proses pemulihan ini bersifat kompleks dan memerlukan upaya yang berkelanjutan, disertai bimbingan yang konsisten serta hikmat dari Tuhan. Hal ini menjadi semakin penting ketika anak menghadapi konflik batin, seperti permasalahan keluarga, kurangnya kasih sayang dari orang tua, pengalaman kehilangan, pengasingan sosial, ejekan, serta berbagai bentuk kesulitan lainnya. Pada situasi tersebut, konselor perlu menggunakan pendekatan yang tepat agar anak merasa didengar, aman, dan nyaman, sehingga proses konseling dapat membantu mereka mengelola emosi dan perilaku secara lebih positif. Dalam konteks ini, pembelajaran observasional melalui modelling dapat membantu anak meniru perilaku adaptif dari model yang positif, sehingga mereka mampu menghadapi situasi sulit dengan cara yang konstruktif. Oleh karena itu, diperlukan strategi atau pendekatan yang tepat dalam upaya

³³Riky Handoko Sitindaon, *Anak Butuh Konseling: Pastoral Konseling Kepada Anak* (Cipeda Tasikmalaya: Perkumpulan Rumah Cemerlang Indonesia (PCRI), 2021), 31–33.

³⁴*Ibid*, 35

memulihkan permasalahan yang dialami oleh anak, sehingga proses intervensi dapat berlangsung secara efektif dan memberikan dampak positif bagi perkembangan anak.

Sejalan dengan pandangan Tulus Tu'u, bahwa diperlukan pendekatan yang tepat agar konseli dapat diajak untuk berpikir secara reflektif dan bersama-sama dengan konselor menganalisis problematika yang dihadapinya. Selain itu, pendekatan yang sesuai juga penting untuk mendorong keterbukaan konseli dalam mengungkapkan permasalahan yang dialami. Oleh karena itu, konselor perlu menerapkan metode yang tepat dan disesuaikan dengan kebutuhan konseli, sehingga konseli merasa aman, nyaman, dan tenang selama proses konseling, sehingga informasi yang diperoleh akurat dan proses konseling dapat berjalan efektif.³⁵

2. Mengubah Perilaku Anak

Sebelum melakukan pendampingan pastoral kepada anak, memahami sifat dan karakter anak secara mendalam, sehingga intervensi yang diberikan dapat disesuaikan dengan kebutuhan dan kondisi konseli. Konselor juga dituntut untuk memiliki komitmen dalam menciptakan perubahan perilaku yang positif pada anak, melalui proses pengkajian dan pemahaman yang komprehensif terhadap permasalahan yang

³⁵Tulus Tu'u, *Dasar-Dasar Konseling Pastoral* (Yogyakarta: ANDI, 2007), 26–27.

dihadapi. Dengan demikian, ketika anak mengalami kesulitan, konselor telah siap memberikan pendampingan yang tepat dan responsif.³⁶

Perubahan perilaku anak akan tampak melalui respons yang diberikan kepada konselor. Namun demikian, konselor perlu bersikap bijaksana dalam memberikan solusi dengan menggunakan bahasa yang disesuaikan dengan tingkat perkembangan dan kemampuan pemahaman anak, agar mereka dapat mengerti dan menerima arahan yang diberikan. Perubahan sikap dan perilaku konseli merupakan hasil dari proses pembimbingan yang terstruktur, yang sekaligus dapat menimbulkan risiko tertentu. Apabila konseli tidak memahami penjelasan yang diberikan oleh konselor atau tidak mampu menanggapi permasalahan yang dihadapinya, maka konseli cenderung menunjukkan sikap penolakan dan menjadi tertutup terhadap proses konseling. Sebaliknya, apabila konselor mampu memberikan pemahaman yang jelas dan sesuai dengan tingkat perkembangan anak, sehingga dapat dipahami dengan baik oleh konseli, maka hal tersebut berpotensi mendorong terjadinya perubahan positif. Perubahan ini dapat mencakup sikap maupun perilaku konseli, yang bergerak dari pemahaman yang kurang tepat menuju pemahaman yang lebih akurat.³⁷

³⁶Sitindaon, *Anak Butuh Konseling: Pastoral Konseling Kepada Anak*, 36–37.

³⁷Ibid., 38–39.

3. Membimbing Anak Agar Dapat Mengatasi Masalahnya

Konseling pastoral merupakan pendekatan yang relevan dalam membimbing anak menghadapi berbagai permasalahan yang muncul dalam kehidupannya. Oleh karena itu, tujuan konseling perlu disampaikan secara jelas dan tepat kepada anak. Kunci keberhasilan proses ini terletak pada kesabaran konselor, mengingat anak sering kali meragukan kemampuan diri mereka dalam menghadapi masalah yang dihadapi. Salah satu peran konselor adalah menumbuhkan keyakinan dalam diri anak bahwa mereka memiliki kemampuan untuk menghadapi dan mengatasi berbagai permasalahan yang dihadapi.

D. Konsep Anak Korban Perselingkuhan Orang Tua

1. Psikologi Anak Korban Perselingkuhan Orang Tua

Anak dapat didefinisikan sebagai individu yang lahir dari perkawinan yang sah antara seorang laki-laki dan perempuan. Anak merupakan bagian penting dari generasi muda, sehingga kedua konsep ini saling terkait dan tidak dapat dipisahkan. Untuk memahami pengertian anak secara tepat serta menghindari kesalahan dalam memberikan penilaian yang cenderung disamakan dengan orang dewasa, diperlukan pemahaman mengenai tahap dan proses perkembangan anak. Dalam pengertian yang lebih luas, anak tidak hanya menjadi objek kajian dalam bidang ilmu pengetahuan, tetapi juga dapat ditinjau dari berbagai perspektif, seperti agama, hukum, dan sosiologi. Beragam sudut pandang

tersebut memberikan pemahaman yang lebih komprehensif, sehingga konsep tentang anak menjadi lebih rasional dan kontekstual dalam kehidupan sosial.³⁸ Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa anak merupakan individu yang lahir sebagai hasil dari suatu perkawinan yang sah.

Dalam konteks kekristenan, anak adalah anugrah dari Tuhan kepada setiap orang tua dan keluarga. Dalam Perjanjian Baru, Alkitab menekankan tanggung jawab orang tua dalam mendidik anak. Sebagaimana tercantum dalam (Kolose 3:21), orang tua diingatkan untuk membimbing anak-anak mereka dengan sikap lemah lembut dan penuh kasih sayang. Selanjutnya, (Efesus 6:1–4) menegaskan pentingnya peran orang tua dalam membimbing dan mendidik anak, termasuk memperkenalkan nilai-nilai kasih Allah dalam kehidupan mereka. Berdasarkan ayat tersebut, dapat dipahami bahwa orang tua memegang peran utama dalam mendidik anak dengan sikap lemah lembut dan penuh kasih sayang. Melalui pola asuh yang demikian, anak diharapkan mampu menghormati orang tua serta memahami dan menginternalisasi nilai-nilai yang diajarkan dalam kehidupan sehari-hari. Peran orang tua adalah memenuhi kebutuhan anak, membina, serta mengarahkan mereka menjelang kedewasaannya.³⁹

³⁸W. J. S. Poerwadarminta, *Kamus Umum Bahasa Indonesia* (Amirko: Balai Pustaka, 1984), 25.

³⁹H. Hadiwijono, *Iman Kristen* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2009), 264.

Anak adalah individu yang berada dalam tahap perkembangan yang mencakup berbagai aspek, termasuk fisik, kognitif, sosial, dan emosional. Pada tahap ini, anak sangat bergantung pada lingkungan keluarga sebagai konteks utama dalam pembentukan kepribadian, kepercayaan diri, serta rasa aman secara emosional. Ketika terjadi perselingkuhan dalam rumah tangga, anak sering kali menjadi korban yang tidak terlihat secara langsung, namun menerima dampak emosional yang mendalam. Anak korban perselingkuhan mengalami kebingungan terhadap hubungan orang tuanya, kehilangan figur yang utuh sebagai teladan, serta terguncang secara emosional karena pengkhianatan dalam keluarga yang seharusnya menjadi tempat perlindungan.⁴⁰

Pada masa kanak-kanak hingga remaja awal, individu berada pada tahap pencarian identitas (*identity vs role confusion*). Konflik keluarga seperti perselingkuhan dapat menyebabkan gangguan pada tahap ini karena anak tidak memperoleh kestabilan emosional dan rasa percaya yang dibutuhkan dalam proses pembentukan jati diri. Anak cenderung mengalami ketidakpastian dalam menilai hubungan interpersonal dan dapat mengembangkan mekanisme pertahanan diri yang negatif, seperti menarik diri, menyalahkan diri sendiri, atau membenci salah satu orang tuanya.⁴¹

⁴⁰Nasir Djamil, *Anak Bukan Untuk Dihukum* (Jakarta: Sinar Grafika, 2013), 8.

⁴¹H. Hadiwijono, *Iman Kristen* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2009), 264.

Maka dapat disimpulkan bahwa anak yang menjadi korban konflik rumah tangga, terlebih perselingkuhan, membutuhkan dukungan yang utuh dari lingkungan sosial dan rohani. Tanpa pendampingan yang tepat, anak berisiko mengalami luka batin berkepanjangan yang dapat mengganggu perkembangan psikologis dan spiritualnya.

2. Dampak Menarik Diri bagi Anak akibat Perselingkuhan Orang Tua

Perselingkuhan dalam rumah tangga tidak hanya merusak ikatan antara suami dan istri, tetapi juga membawa dampak psikologis (menarik diri) yang mendalam terhadap anak sebagai pihak ketiga yang tidak terlibat langsung, namun menerima konsekuensi emosionalnya secara signifikan. Anak yang mengetahui, menyaksikan, atau merasakan dampak perselingkuhan dalam keluarga cenderung mengalami trauma emosional, yang mengganggu kestabilan psikologis dan perkembangan kepribadiannya. Rasa aman dan kepercayaan terhadap figur orang tua sebagai pelindung dapat terguncang, sehingga anak merasa dikhianati, tidak diperhatikan, dan kehilangan struktur emosional yang selama ini menjadi landasan kehidupannya.⁴² Konflik orang tua yang bersumber dari perselingkuhan menciptakan ketegangan dalam rumah tangga, dan sering kali anak merasa terperangkap dalam situasi yang tidak dapat mereka pahami sepenuhnya.

⁴²Nuris Amanulloh, Skripsi: “*Dampak Perselingkuhan Orang Tua Terhadap Terhadap Penjaminan Hak Anak Ditinjau Dari Pasal 14 Ayat 2 undang-undang nomor 35 tahun 2014 tentang Perlindungan Anak*” (Malang: UINMMI, 2018), 17.

Perselingkuhan yang terjadi tidak hanya berdampak pada pihak yang melakukan perselingkuhan, tetapi juga memiliki efek yang signifikan terhadap anak. Anak yang menyaksikan atau mengetahui perselingkuhan orang tua dapat mengalami gangguan emosional, rasa tidak aman, dan kesulitan dalam membangun hubungan interpersonal yang sehat di masa depan. Dampak ini menekankan pentingnya pendampingan dan konseling pastoral bagi anak korban konflik keluarga. Adapun dampak dari perselingkuhan ialah:⁴³

- a. Gangguan emosional, seperti kecemasan, rasa takut yang tidak beralasan, hingga depresi ringan hingga berat.
- b. Penurunan harga diri, disebabkan oleh perasaan bahwa dirinya tidak cukup berarti atau tidak layak dicintai dalam konteks keluarga yang retak.
- c. Perilaku agresif atau menarik diri, sebagai bentuk reaksi terhadap rasa marah, kecewa, dan perasaan kehilangan yang tidak tersalurkan.
- d. Kesulitan mempercayai orang lain, khususnya dalam membentuk hubungan interpersonal atau romantis di masa dewasa.
- e. Penurunan prestasi akademik, disebabkan oleh gangguan konsentrasi, stres, dan pikiran yang terus-menerus terganggu oleh konflik keluarga.

Dapat disimpulkan bahwa dampak-dampak tersebut dapat bersifat jangka panjang apabila tidak ditangani dengan pendekatan yang

⁴³Ibid, 20-24

menyeluruh. Oleh karena itu, diperlukan intervensi yang tidak hanya menitikberatkan pada dimensi psikologis, tetapi juga melibatkan aspek spiritual dan relasional. Pendekatan holistik semacam ini memungkinkan penanganan yang komprehensif, sehingga dapat mendukung perkembangan konseli secara utuh, baik secara emosional, sosial, maupun spiritual. Konseling pastoral yang menggunakan *teknik modelling* menjadi salah satu pendekatan yang relevan, karena memberikan teladan nyata dan nilai-nilai pemulihan yang dapat ditiru oleh anak dalam proses pembentukan kembali identitas dan kestabilan emosional mereka.