

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Pendampingan Pastoral Berbasis Teologi *Befriending*

1. Pendampingan

Pendampingan menurut KBBI dalam Hendi Sastra Putra adalah proses, cara, perbuatan mendampingi atau mendampingi. Pengertian pendampingan atau lebih dikenal dengan istilah *mentorship*. Mentoring biasanya melibatkan bimbingan diri seseorang individu yang lebih berpengalaman atau senior, mentoring menimbulkan hubungan pendampingan jangka Panjang antara mentee dan mentor, mentor akan diharapkan untuk mengetahui jawaban atas tugas yang dilakukan oleh mentee.⁸

Pendampingan berasal dari kata “damping”. Pendampingan adalah suatu proses hubungan sosial antara pendampingan dengan korban dalam bentuk pemberian kemudahan untuk memecahkan masalah. Orang yang melakukan pendampingan biasanya disebut dengan pendamping. Sedangkan yang memperoleh pendampingan disebut dengan klien.⁹ Pendampingan atau lebih di kenal dengan

⁸ Hendi Sastra Putra, “Peranan Rumah Singgah Al Maun Dalam Memberikan Pendampingan Anak Terlantar Di Kota Bengkulu,” *Al Ijarah: Jurnal Pemerintahan Dan Politik Islam* 5, no. 1 (2020): 20–28.

⁹ Lela Wahyudiarti, “Pelaksanaan Program Pendampingan Terhadap Korban Kekerasan Dalam Rumah Tangga (KDRT) Di Badan Keluarga Berencana Dan Pemberdayaan Perempuan (BKPP) Kabupaten Semarang,” *Ejournal Fkip Uny* (2012).

istilah *mentorship*. *Mentorship* berakar dari kata mentor dalam kamus besar bahasa Indonesia memiliki makna pembimbing atau pengasuh. Secara istilah, pendampingan dijelaskan dalam buku karya genro Salim yang berjudul *Effective Coaching* dalam Tri Astuti and Muh Anis, ia memberikan makna pendampingan atau mentoring sebagai sebuah aktivitas bimbingan dari seseorang yang sudah sangat menguasai hal-hal tertentu dan membagikan ilmunya kepada orang yang membutuhkannya.¹⁰

Karjono dalam Aji Binawan Putra mengatakan, bahwa pendampingan adalah suatu strategi (cara mencapai tujuan) dimana hubungan antara hubungan dialogis (saling mengisi) diantara dua objek. Diawali dengan memahami realitas Masyarakat dan memperbaharui kualitas realitas kearah yang lebih baik.¹¹

Pendampingan merupakan suatu aktivitas yang dilakukan dan dapat bermakna pembinaan, pengajaran, pengarahan dalam kelompok yang lebih berkonotasi pada menguasai, mengendalikan dan mengontrol. Kata pendampingan lebih bermakna pada kebersamaan, kesejajaran, samping menyamping dan karenanya kedudukan antara

¹⁰ Tri Astuti and Muh Anis, "Pendampingan TKA/TPA AL-Jihad Pada Anak Usia Dini Dalam Meningkatkan Nilai-Nilai Keagamaan Dengan Menggunakan Beberapa Metode Pembelajaran Di Desa Muara Kec. Tonra Kab. Bone'," *INKAMKU: Journal of Community Service* 1, no. 2 (2023): 35–43.

¹¹ Aji Binawan Putra, "Analisis Pemanfaatan Teknologi Informasi Perbankan Dan Pendampingan Pada Nasabah KUR Di BRI Syariah KCP Blitar" (Institut Agama Islam Negeri Ponorogo, 2020).

pendamping dengan yang didampingi adalah sederajat. Sehingga tidak ada di kotomi antara atasan dan bawahan.¹²

2. Pendampingan Pastoral

Istilah "pastoral" berasal dari kata "*pastore*" dari kata bahasa Yunani yaitu *poimen*, yang berarti gembala. Berdasarkan kehidupan gereja, gembala secara tradisional indentik dengan pendeta yang menjadi gembala bagi jemaatnya atau yang disebut "dombanya".¹³ Tugas pastoral seorang pelayan Tuhan adalah menjadi gembala bagi jemaatnya. Pelayanan pastoral dihubungkan dengan diri Yesus sebagai gembala yang baik (Yohanes 10). Pelayanan yang dilakukan Yesus menolong dan mengasuh murid-Nya bahkan mengorbankan diri-Nya itu tanpa mengharapkan imbalan, sehingga pelayanan yang dilakukan dan diberikan oleh Yesus adalah sebagai tugas manusiawi dan mulia.

Pelayanan pastoral yaitu bentuk pelayanan yang gereja lakukan terhadap seseorang atau kelompok dalam masyarakat untuk memberikan dukungan yang bersifat spiritual, konseling, pengejaran dan pemeliharaan dalam hal kebutuhan secara Rohani.¹⁴ Selain itu pelayanan pastoral dapat juga disebut sebagai "penggembalaan". Bentuk pelayanan pastoral dengan cara penggembalaan memiliki arti

¹² BPKB Jawa Timur, *Modul Pendampingan* (Surabaya, 2001).

¹³ Beek, *Pendampingan Pastoral*.

¹⁴ Suparno, *Pelayanan Pastoral: Konsep Dan Praktis* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2015).

yang sama. Pelayanan pastoral hendaknya dilakukan kepada jemaat agar dapat bertumbuh dalam iman, terbangun dan menyatakan dalam kehidupan setiap hari akan kasih Tuhan melalui penggembalaan yang dilakukan gereja.¹⁵

Istilah "pastor" yang diartikan sebagai merawat atau memelihara menjadi dasar bahwa semua bentuk tindakan dan perilaku dalam pastoral harus memberikan warna semua pelayanan setiap orang yang telah di asuh dan di rawat oleh Allah. Karya pastoral adalah gereja dipercayakan untuk menggembalakan atau memelihara jemaat-Nya yang disebut sebagai domba-domba Allah yaitu sesama manusia sekalipun. Bagi orang kristen dalam upaya menolong orang lain untuk mampu menghadapi dan menemukan cara untuk menyelesaikan masalah seringkali dikaitkan dengan kegiatan pastoral. Awalnya tugas pastoral berakar atau identik dengan seorang pendeta karena merupakan bagian dari tanggungjawabnya sebagai pelayan umat. Berdasarkan perkembangannya, tugas pastoral tidak hanya sebagai tugas seorang pendeta saja tetapi juga untuk setiap orang yang merasa mampu dan terpanggil serta terbebaskan dalam melakukan tugas pastoral tersebut. Aart V. Baek mengatakan "konseling pastoral" dimulai dari perjanjian lama ketika Yonathan yang adalah seorang

¹⁵ Bons Strom, *Apakah Penggembalaan Itu* (Jakarta: BPK Gunung mulia, 2019).

yang disebut sebagai saudara ayah Daud adalah seorang "*counsellor*" (1 Tawarikh 17:32) yang memberikan arti penasihat. Istilah *counsellor* dalam perjanjian baru sering dihubungkan dengan Roh Kudus yang memiliki fungsi sebagai penghibur. Pastoral yang dilakukan seharusnya mencakup jasmani, mental, sosial dan rohani. Pastoral itu memiliki aspek horizontal (dari manusia kepada manusia) dan aspek vertikal (hubungan dengan Allah).¹⁶

Kata pendampingan pastoral merupakan bagian kata yang memiliki makna pelayanan. Pendampingan pastoral dari kata kerja mendampingi. Menurut Beek, mendampingi adalah kegiatan menolong orang lain yang disebabkan oleh sesuatu hal sehingga dianggap perlu untuk melakukan pendampingan. Orang yang melakukan kegiatan mendampingi disebut sebagai pendamping. Relasi antara pendamping dan yang didampingi bersifat sejajar atau hubungan timbal balik. Proses interaksi pihak yang paling bertanggungjawab dalam hal pastoral ini adalah yang didampingi. Sehingga istilah pendampingan memiliki arti sebagai sebuah kegiatan kemitraan, saling bahu-membahu, menemani, membagi dengan tujuan saling menumbuhkan dan menguatkan.¹⁷

¹⁶ Aart Van Beek, *Pendampingan Pastoral* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2003), 12.

¹⁷ Beek, *Pendampingan Pastoral*, 9-10.

Menurut Howard Clinebell, pastoral adalah suatu bentuk pelayanan yang bertujuan untuk menolong individu bertumbuh secara utuh, baik secara emosional, sosial maupun spiritual melalui hubungan yang penuh dengan rasa empati dan saling menerima. Definisi ini menegaskan bahwa pastoral konseling bersifat menyeluruh yaitu seluruh aspek kehidupan manusia. Dengan demikian, pendekatan yang digunakan tidak hanya berpusat atau cenderung pada penyelesaian masalah tetapi juga pada pengembangan semua potensi yang dimiliki oleh setiap individu.¹⁸

Pendampingan pastoral disebut juga sebagai alat untuk menyembuhkan jiwa. Kondisi ini melihat seseorang yang dalam suasana marah, sedang kecewa, serakah, iri hati, malas dan yang lainnya merupakan tanda bahwa jiwa sedang dalam kondisi yang sakit. Penyembuhan jiwa yang sakit dapat dilakukan melalui pendampingan pastoral. Jiwa yang mengalami sakit tersebut di dampingi agar dapat bebas dan sembuh. Menurut Clebsch dan Jackle bahwa jiwa yang sakit harus disembuhkan dengan pendampingan pastoral. Pendampingan pastoral menghadirkan nilai kristen yang mempunyai tujuan sebagai

¹⁸ Howard Clinebell, *Tipe-Tipe Dasar Pendampingan Dan Konseling Pastoral* (Yogyakarta: Kanisius, 2006), 25.

penyembuh, pembimbing, pertahanan dan perdamaian.¹⁹Tujuan ini paparkan dalam fungsi pendampingan pastoral.

Rogers menambahkan bahwa dalam proses mendampingi, hendaknya peran pendamping bukanlah sebagai penasehat, pengambil keputusan sepenuhnya, pemegang kuasa tertinggi dalam pastoral karena hal ini menjadikan klien merasa tidak dihargai oleh seorang konselor. Arah dalam proses pendampingan hendaknya ditentukan oleh yang di dampingi karena dia merupakan pusat perhatian dalam proses tersebut. Pendamping mempunyai peran sebagai penolong dan pendorong kepada yang didampingi agar dengan penuh percaya diri mengungkapkan dan memahami perasaan-perasaan yang sesungguhnya dialami.²⁰ Totok S. Wiryasaputra, menjelaskan bahwa pendamping harus membuka kacamata atau penglihatan sendiri dan masuk ke dalam dunia yang di dampingi serta mampu menghayati pengalaman yang didampingi tanpa melakukan penilaian, walaupun pendamping tidak setuju pada ide yang didampingi. Sikap empatik pendamping akan membantu yang didampingi untuk mengungkapkan yang dirasakan tanpa khawatir atau takut dihakimi.²¹

¹⁹ William A. Clebsch and Charles R. Jaekle, *Pelayanan Pastoral Dalam Gereja* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 1998), 1-10.

²⁰ Carl R. Rogers, *Menjadi Pribadi* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2012).

²¹ Totok S. Wiryasaputra, *Mengapa Berduka* (Kanisius, 2003), 151.

Pendampingan berarti menolong orang lain, menumbuhkan dan mewujudkan dirinya secara penuh dan utuh. Hal ini merupakan proses perkembangan hubungan antara seseorang dengan orang lain.²² Pendampingan pada dasarnya merupakan sebuah proses yang dibuat dengan tujuan untuk menolong seseorang yang sedang bermasalah atau tidak.²³ Berdasarkan hal tersebut, maka pendampingan dapat terus berlangsung selama individu membutuhkan pertolongan atau pendampingan sehingga proses pastoral dalam hal pendampingan tersebut menuntut terbentuknya suatu hubungan antara konselor dan konseli yang tujuannya untuk membantu seseorang yang sedang mengalami kesulitan agar mampu menguasai masalah yang dihadapi atau yang akan dihadapi.²⁴

Engel menambahkan bahwa dalam tugas sebagai pendamping, dalam proses yang dialami bersama dengan yang didampingi, keduanya akan mengalami perubahan bersama. Engel berpendapat bahwa dalam proses pendampingan pastoral bukan hanya yang didampingi yang mengalami perubahan tetapi juga konselor yang disebut sebagai pendamping. Pendamping hadir dengan kepedulian dan sikap empati sehingga yang didampingi tidak merasa sendirian.

²² Milton Mayeroff, *Mendampingi Untuk Menyembuhkan* (Jakarta: Kanisius, 1993), 15.

²³ Anthony Yeo, *Konseling Suatu Pendekatan Pemecahan Masalah* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 1994), 137.

²⁴ Singgih D. Gunarsa, *Konseling Dan Psikoterapi* (Jakarta: Gunung Mulia, 2008), 22.

Sekaligus juga melakukan pendampingan terhadap dirinya sendiri. Pendampingan adalah sebuah proses yang terjadi terus-menerus antara pendamping dan yang didampingi sehingga mengalami perubahan dan pertumbuhan bersama kearah yang lebih baik.²⁵

William A. Clebesch dan Charles R. Jaekle mendefinisikan pastoral konseling sebagai pelayanan gereja yang bertujuan untuk menyembuhkan, menopang, membimbing dan mendamaikan individu dalam relasinya dengan diri sendiri, sesama dan Tuhan.²⁶ Pengertian ini menunjukkan bahwa pastoral konseling memiliki fungsi yang luas, saling terkait dan tidak hanya berkaitan dengan aspek psikologis, tetapi juga spiritual dan sosial.

Pastoral konseling dilihat dari kacamata teologi pastoral, dipahami sebagai keterlibatan dalam karya keselamatan Allah. Hal ini berarti bahwa setiap tindakan atau perilaku pendampingan yang dilakukan oleh seorang konselor dalam pastoral merupakan bagian dari upaya menghadirkan kasih dan anugerah Allah dalam kehidupan manusia. Oleh karena itu pastoral konseling tidak dapat di pindahkan dari nilai-nilai iman kristen, seperti kasih, pengampunan, dan pengharapan. Selain itu pastoral konseling juga memiliki karakteristik relasional yang kuat. Relasi antara konselor dan konseli menjadi sarana utama

²⁵ Engel, *Konseling Suatu Fungsi Pastoral*, n.d, 4-6.

²⁶ Clebsch and Jaekle, *Pelayanan Pastoral Dalam Gereja*, 60.

dalam proses pemulihan. Konselor hadir sebagai pribadi yang mendengarkan dukungan yang membangun. Hal ini sejalan dengan pandangan Carl Rogers yang menekankan pentingnya *unconditional positive regard* (penghargaan positif tanpa syarat) yaitu menerima, mendukung, dan menghargai seseorang secara penuh tanpa syarat atau penilaian.²⁷

Jadi definisi pendampingan merupakan perjumpaan sejati para manusia yang menghadirkan pertumbuhan, yang dimaknai sebagai pelaksanaan pertolongan terhadap sesama supaya dengan terbuka bisa menerima dan menjumpai apa adanya pada dirinya dan menerima setiap krisis yang terjadi serta meningkatkan kepercayaan pada dirinya.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pastoral konseling adalah proses pendampingan yang bersifat menyeluruh, saling berhubungan dan spiritual. Pendampingan ini bertujuan untuk menolong individu mengalami pemulihan dan pertumbuhan dalam terang iman kristen. Dalam penelitian ini, pendampingan pastoral menjadi landasan utama yang akan dikembangkan melalui pendekatan teologi *befriending*.

²⁷ Carl R. Rogers, *Konseling Dan Psikoterapi* (Bandung: Refika Aditama, 2009), 112.

3. Fungsi Pastoral Konseling

Abineno menjelaskan empat fungsi pastoral,²⁸ yaitu:

a. Memelihara

Fungsi memelihara membawa gembala gereja untuk bisa menerapkan sikap memelihara dan membina jemaat agar dapat memfungsikan diri secara baik dan sesuai kehendak Tuhan.

b. Menopang

Berfungsi sebagai yang menyokong bagi seseorang atau individu yang membutuhkan dukungan atau topangan dalam menghadapi besarnya krisis dalam diri dan kehidupan seseorang tersebut.

c. Menyembuhkan

Pendampingan pastoral konseling membantu menyembuhkan orang yang sakit atau terluka agar bisa bertahan dan mengatasi keadaannya yang kurang baik serta tidak larut dalam suasana tersebut.

d. Membimbing

Fungsi ini membawa gembala untuk seharusnya bisa membimbing dan memperbaiki hubungan seseorang dengan Tuhan dan sesama. Proses dalam memperbaiki hubungan tersebut, dibutuhkan seorang pembimbing atau pengarah agar tidak menjadi salah arah.

²⁸ Abineno, *Pedoman Praktis Untuk Pelayanan Pastoral* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2010).

William A. Clebsch dan Charles dalam bukunya *Basic of Pastoral Care & Counseling*, menuliskan empat poin utama tentang fungsi pendampingan pastoral secara tradisional,²⁹ yaitu:

a. Menyembuhkan (*healing*)

Fungsi ini mengatasi gangguan dengan mengembalikan seseorang pada keutuhan dan membantu atau memimpin maju melewati setiap kondisi yang dialami sebelumnya. Fungsi ini untuk membantu seseorang yang terluka untuk bertahan dan mengatasi keadaan menuju pada proses pemulihan atau penyembuhan dari luka yang paling berat sekalipun.

b. Mendukung (*sustaining*)

Fungsi ini memberikan dukungan melalui kehadiran dan sapan langsung yang bisa membuat hati seseorang terasa teduh dan terbuka yang hal ini dapat mengurangi beratnya penderitaan

c. Membimbing (*guiding*)

Berfungsi untuk membimbing dalam kebingungan dalam menentukan pilihan atau keputusan

d. Rekonsiliasi (*reconciling*)

Pendampingan untuk membangun kembali hubungan yang rusak, baik kepada sesama maupun kepada Tuhan.

²⁹ Clebsch and Jaekle, *Pelayanan Pastoral Dalam Gereja*.

Aart Van Beek menjelaskan enam fungsi dari pastoral,³⁰ yaitu :

a. Membimbing

Fungsi ini digunakan ketika seseorang berada di fase yang salah dan membutuhkan seseorang untuk mengarahkan atau membimbing menuju pada keberanian. Seseorang akan dibimbing untuk memilih atau menentukan keputusan jalan yang akan ditempuh untuk masa depan yang akan dijalani.

b. Menopang

Fungsi yang akan menopang individu atau kelompok yang membutuhkan dukungan dalam menghadapi persoalan dalam dirinya. Kehadiran seorang gembala membantu mereka untuk tetap mampu bertahan walaupun dalam situasi krisis sekalipun.

c. Mendamaikan

Berfungsi untuk memperbaiki suatu hubungan yang tidak baik atau tidak harmonis. Orang yang berfungsi dalam hal mendamaikan tersebut, harus menerapkan sikap yang bijaksana dan adil yaitu tidak memihak pada satu pihak saja. Fungsi ini membawa pada pendamaian hubungan baik itu relasi antar sesama maupun kepada Tuhan.

d. Menyembuhkan

³⁰ Beek, *Pendampingan Pastoral*.

Fungsi ini sebagai tempat seseorang untuk mengungkapkan batinnya yang tertekan, sehingga pendamping atau gembala akan mengarahkan untuk memperbaiki hubungan iman yang dekat dengan Tuhan. Fungsi menyembuhkan ini memulihkan keadaan seseorang kembali kepada suasana yang semula dan juga memulihkan iman dan kepercayaannya.

e. Mengasuh

Fungsi mengasuh digunakan untuk menolong seseorang yang membutuhkan pendampingan dengan melihat potensialnya dan mengarahkan dalam mengembangkan kehidupan sebagai sesuatu kekuatan yang tetap melanjutkan kehidupan.

Berdasarkan pendapat beberapa ahli diatas, maka dapat disimpulkan bahwa ada empat fungsi pendampingan pastoral yang harus dijaga dan diperhatikan, yaitu pertama, penyembuhan. Untuk mengembalikan seseorang pada keutuhan dengan penuntunan menuju kepada keadaan atau suasana yang lebih baik daripada sebelumnya. Proses ini adalah salah satu cara yang dilakukan dalam usaha pemulihan krisis *self-confidence* yang dialami oleh anak muda. Kedua, penopangan. Fungsi kedua ini bermanfaat untuk memberikan pertolongan terhadap orang yang terluka, dengan memberikan pendampingan pada saat pemulihan. Ketiga, pembimbingan. Hal ini membantu anak muda dalam pemulihan krisis kepercayaan diri yang dialami. Hal demikian dilakukan agar menciptakan

kehidupan dalam bermasyarakat dan bergereja berjalan dengan baik. keempat, pendamaian. Berfungsi untuk membangun ulang kehidupan dengan sesamanya, utamanya kepada Tuhan. Melalui pendampingan maka anak muda akan mengalami perubahan dan menjalani kehidupan sosial dengan baik.

4. Tujuan Pendampingan Pastoral

Pendampingan pastoral bertujuan memberikan pilihan yang pasti terhadap tindakan pemilihan dan berbagai macam pikiran pada orang yang mengalami kebingungan dan krisis dalam kehidupannya yang dilihat perlu untuk dipulihkan karena pilihan sekarang bisa memberikan pengaruh yang besar terhadap masa depan.³¹ Jadi pendampingan pastoral mendukung dan menopang seseorang untuk bisa menjadi pulih, hidup yang bertumbuh dan berkembang. Selain itu, juga membantu seseorang dalam mengatasi masalah yang dihadapi secara efektif, khususnya masalah krisis kepercayaan diri yang dialami oleh anak muda.

Abineno berpendapat bahwa seseorang yang menerima pendampingan pastoral adalah orang yang sedang menghadapi masalah dalam jiwa, tanpa atau tidak mampu untuk menyelesaikannya

³¹ Harianto GP, *Teologi PAstoral: Pastoral Sebagai Strategi Penggembalaan Untuk Menuju Gereja Yang Sehat Dan Bertumbuh* (Yogyakarta: PBM Andi, 2021), 104.

sendiri dan bahkan sering mengalami kondisi yang hampir menyerah. Situasi ini membuat orang tersebut belum mengerti bagaimana bisa keluar dari masalah yang berat tersebut dan apa yang harus dilakukan. Sehingga pendampingan pastoral berfungsi menyembuhkan dan menolong.³² Tambahan untuk tujuan pendampingan pastoral adalah proses memulihkan yaitu membantu kelompok atau seseorang agar pulih dan berubah mengenali dirinya dari segi positif bahwa mempunyai kehidupan dengan arah yang jelas dan memanfaatkan berbagai pengalaman hidup dengan percaya diri.

5. Teologi *Befriending*

Secara terminologi, *befriending* tidak hanya di pahami sebagai tindakan menjalani hubungan sosial biasa, tetapi sebagai hubungan yang bersifat terapeutik, yang ditandai dengan kehadiran, rasa empati, dan penerimaan tanpa syarat. Konteks ini menjadikan *befriending* menjadi suatu pendekatan yang memiliki dimensi psikologi sekaligus teologis dalam membantu individu mengalami pemulihan dan pertumbuhan.³³ *Befriending* adalah tindakan aktif untuk membangun hubungan yang bersifat persahabatan dengan orang lain. Ini

³² Abineno, *Pedoman Praktis Untuk Pelayanan Pastoral*, 51.

³³ Beek, *Pendampingan Pastoral*, 45.

mengutamakan sikap yang ramah, menghargai perbedaan dan saling mendengarkan.³⁴

Persahabatan atau *befriending* merupakan sebuah pemikiran tentang teologi kristen yang sangat penting untuk diakui kembali dalam implementasi pelayanan pastoral gereja.³⁵ Pada kondisi ini pemikiran tentang persahabatan merupakan sebagai gagasan teologi yang sudah seharusnya dilakukan terhadap semua kegiatan pastoral, khususnya dengan yang terkait pemulihan diri seseorang dalam krisis tertentu salah satunya kepercayaan diri.

Swinton dan Peter secara khusus menjabarkan dan memberikan kesimpulan bahwa jika melakukan pendampingan pastoral maka harus dipertimbangkan dan dipikirkan gagasan persahabatan yang begitu serius sehingga tetap sama dengan tradisi penggembalaan gereja dan pelayanan yang efektif.³⁶ Menurut Jhon Patton, inti atau pokok dari pendampingan pastoral terletak pada kemampuan seorang pelayan untuk "hadir bersama" dengan individu dalam pergumulannya, bukan sekadar memberikan solusi atas masalah yang sedang dihadapi.³⁷ Kehadiran yang dimaksud bukan hanya secara fisik,

³⁴ Yohanes Krismantyo, "Menjadi Sesama Manusia: Persahabatan Sebagai Tema Teologis Dan Implikasinya Bagi Kehidupan Bergereja," *Jurna Teologi dan Pendidikan Kristiani* 3, no. 2 (2018).

³⁵ Besly Messakh, "To Be A Friend To Others Valuing Friendship Relations in Pastoral Ministry," *GEMA TEOLOGIKA* 5, no. 1 (2020): 1.

³⁶ Peter Gubi and Valda Swinton, *Researching Lesser-Explored Issue in Counseling and Psychotherapy*, 2016.

³⁷ John Patton, *Pastoral Care: An Essential Guide* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2005), 45.

tetapi juga secara emosional dan spiritual sehingga individu merasakan adanya penerimaan yang utuh dan terpercaya. *Befriending* dipahami sebagai bentuk kehadiran yang membentuk hubungan yang memungkinkan untuk terjadi proses penyembuhan melalui hubungan interpersonal yang dapat dipercaya.

Pandangan ini diperkuat dan didukung oleh Howard Clinebell yang menyatakan bahwa pendampingan pastoral konseling bertujuan untuk membantu seseorang dalam bertumbuh secara holistik melalui hubungan yang suportif dan empatik.³⁸ Relasi yang demikian menciptakan kondisi atau suasana yang memungkinkan individu mengekspresikan dirinya secara jujur tanpa rasa malu dan takut dihakimi. Oleh karena itu, *befriending* menjadi sarana penting dalam menciptakan lingkungan yang mendukung bagi proses konseling yang akan dilakukan.

Berdasarkan pandangan teologi pastoral, Seward Hilther menegaskan bahwa pendampingan pastoral berfokus pada relasi yang hidup antara manusia dengan sesamanya dalam terang iman.³⁹ Hubungan ini menjadi media utama dalam penyampaian kasih Allah secara nyata. Dengan demikian, *befriending* tidak hanya memiliki fungsi

³⁸ Clinebell, *Tipe-Tipe Dasar Pendampingan Dan Konseling Pastora*, 251.

³⁹ Seward Hitler, *Pengantar Teologi Pastoral* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2004), 89.

psikologis, tetapi juga merupakan ekspresi dari kasih Allah dalam kehidupan setiap manusia.

Pandangan psikologi, Carl Rongers menekankan bahwa perubahan dalam diri seseorang terjadi ketika ia sedang berada dalam hubungan atau relasi yang ditandai oleh empati, keaslian dan penerimaan tanpa syarat.⁴⁰ Ketika suasa atau kondisi yang dirasakan ini merupakan inti dari pendekatan *befriending*. Ringers bahkan menyatakan bahwa relasi *tarapeutik* atau bersifat penyembuhan merupakan faktor utama dalam keberhasilan konseling.

Henri J.M. Nouwen menambahkan bahwa kehadiran yang penuh kasih dalam relasi merupakan salahsatu bentuk pelayanan yang paling mendasar dalam pastoral.⁴¹ Ia menekankan bahwa menjadi sahabat bagi orang lain berarti bersedia masuk kedalam pengalaman hidup seseorang tanpa ada rasa atau tindakan yang bersifat menghakimi. Hal ini menunjukkan bahwa *befriending* bukan sekedar metode, tetapi merupakan sikap dasar dalam pelayanan pastoral.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa *befriending* adalah pendekatan relasional dalam pastoral konseling yang menekankan kehadiran sebagai sahabat yang empatik, autentik dan menerima tanpa

⁴⁰ Carl R. Rongers, *On Becoming a Person* (Boston: Houghton Mifflin, 1961), 112.

⁴¹ Henri J.M. Nouwen, *Pelayanan Yang Kreatif* (Yogyakarta: Kanisius, 2006), 78.

syarat yang berfungsi sebagai utama dalam proses pemulihan individu.

Teologi *befriending* mengajak gereja untuk menjadi agen atau jalan perdamaian dan transformasi sosial yang berdasarkan pada kasih dan kebenaran Allah. Teologi *befriending* adalah teologi yang menekankan pentingnya perdamaian, rekonsiliasi dan keadilan dalam konteks sosial, politik dan ekonomi yang penuh dengan krisis. Teologi *befriending* mengutamakan hubungan persahabatan dan kebersamaan dalam membangun komunitas gereja yang inklusif dan mendukung.⁴²

Moltmann dalam prinsipnya menyatakan bahwa gereja wajib bisa berposisi sebagai sahabat untuk semua umat manusia tanpa terkecuali. Hal ini merupakan kritik bagi gereja yang terlalu berfokus hanya terhadap kelembagaan. Prinsip ini juga diadopsi atau disepakati oleh Krismantyo yang merupakan dasar pada persekutuan gereja yang bersifat terbuka melalui basis persahabatan.⁴³ Proses dilaksanakannya pendampingan pastoral konseling juga bisa dijalankan dengan dasar persahabatan kemudian selanjutnya atau seterusnya menjadi konsep yang berfokus "sahabat jiwa". Hubungan persahabatan ini memuat batas-batas waktu dan ruang yang banyak menjadi suci dan kedua

⁴² Mulyono, *Teologi Befriending: Sebuah Tantangan Bagi Gereja Indonesia*.

⁴³ Yohanes Krismantyo Susanta, "Gereja Sebagai Persekutuan Persahabatan Yang Terbuka Menurut Jurgen Moltmann," *Visio Dei: Jurnal Teologi Kristen* 2, no. 1 (2020): 120.

belah pihak tidak tinggal dalam ruangan dengan hubungan persahabatan.⁴⁴

Pendekatan *befriending* berkaitan yang kuat dengan topik penelitian ini, karena dalam konteks pendampingan pastoral kepada pemuda yang termasuk dalam generasi Z, yang mengalami krisis *self-confidence* akibat banyaknya tekanan sosial yang dihadapi. Pendekatan *befriending* menjadi semakin penting untuk membangun hubungan yang mendalam, penuh dengan rasa empati dan sikap saling mendukung.

6. Teologi *Befriending* menurut Alkitabiah

Dasar teologi *befriending* berakar daripada pemahaman tentang Allah yang berhubungan dengan manusia secara personal dan penuh dengan kasih. Tradisi kekristenan menyatakan relasi antara Allah dengan manusia tidak hanya bersifat transendentel, tetapi juga bersifat imanen, yaitu Allah hadir secara nyata dalam kehidupan manusia. Hal ini menjadi dasar bagi pengembangan konsep *befriending* dalam pelayanan pastoral.⁴⁵

Berdasarkan Kitab Perjanjian Baru, Yesus Kristus memberikan teladan yang sangat kuat tentang hubungan persahabatan. Kitab

⁴⁴ Daniel Fajar, Silvia Sirupa, and Jermia Limbongan, "Model Pastoral Konseling Persahabatan Bagi Anak Sebagai Bagian Pelayanan Gereja," *SHOPIA: Jurnal Teologi dan Pendidikan Kristen* 2, no. 1 (2021): 28–43.

⁴⁵ Don S. Browning, *The Moral Context of Pastoral Care* (Philadelphia: Westminster Press, 1983), 110.

Yohanes 15:15, Yesus menyebutkan para murid-Nya sebagai sahabat, yang menunjukkan adanya relasi yang intim dan setara. Hubungan ini memberikan cerminan atas wujud kasih Allah yang tidak bersifat otoriter, tetapi penuh dengan kedekatan dan penerimaan.⁴⁶ Oleh karena itu, pelayanan pastoral yang berbasis *befriending* meneladani cara Yesus membangun relasi dengan manusia.

Henri J.M Nouwen menegaskan bahwa kehadiran Yesus dalam kehidupan manusia merupakan bentuk dari solidaritas Ilahi, dimana Allah tidak hanya bertindak dan berperilaku dari jauh, tetapi hadir dalam pengalaman manusia.⁴⁷ Keberadaan atau konsep ini memperlihatkan bahwa *befriending* memiliki dimensi inkarnasional, yaitu menghadirkan kasih Allah dalam hubungan yang nyata.

Seward Hiltner menyatakan bahwa teologi pastoral harus berangkat dari hubungan antara Allah dan manusia yang diwujudkan dalam kehidupan sehari-hari.⁴⁸ Hal ini berarti bahwa pelayanan pastoral tidak dapat dilepaskan dari konteks relasional. *Befriending* menjadi sarana untuk mengaktualisasikan kasih Allah dalam hubungannya dengan manusia.

⁴⁶ Alkitab: Yohanes 15:15 (Jakarta: Lembaga Alkitab Indonesia, 2019), 154.

⁴⁷ Henri J.M. Nouwen, *Pelayanan Yang Kreatif*, 65.

⁴⁸ Hitler, *Pengantar Teologi Pastoral*, 90.

Don S. Browning juga menekankan bahwa manusia hanya dapat dipahami secara utuh dalam hubungannya dengan orang lain dan dengan Allah.⁴⁹ Perspektif ini menjadi aspek fundamental dalam kehidupan manusia. Oleh karena itu, pendekatan *befriending* memiliki dasar teologis yang kuat karena berangkat dari hakekat manusia sebagai makhluk relasional.

Konsep Imago Dei (manusia sebagai gambar Allah) memberikan dasar teologis bahwa setiap individu memiliki martabat yang tinggi. Oleh karena itu, relasi dalam *befriending* harus dilandasi oleh pengharapan terhadap nilai dan martabat manusia. Hal ini sejalan dengan prinsip penerimaan tanpa syarat dalam konseling pastoral.⁵⁰

Lukas 19:1-10 yaitu kisah perjumpaan Yesus dan Zakheus merupakan contoh nyata tentang praktik *befriending* dalam pelayanan Yesus. Zakheus adalah seorang pemungut cukai yang sangat dibenci oleh masyarakat karena pekerjaannya yang dianggap sebagai pengkhianat dan orang yang berdosa. Namun, Yesus justru memulai hubungan dan komunikasi terhadap Zakheus dengan menyapanya serta memilih rumahnya sebagai tempat tinggal dalam persinggahan-Nya untuk istirahat.⁵¹

⁴⁹ Browning, *The Moral Context of Pastoral Care*, 110.

⁵⁰ Carl R. Rogers, *On Becoming a Person* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2010), 156.

⁵¹ *Alkitab : Lukas 19:1-10* (Jakarta: Lembaga Alkitab Indonesia, 2019), 115.

Tindakan Yesus menunjukkan bahwa *befriending* dimulai dari inisiatif untuk mendekat kepada mereka yang terpinggirkan. Yesus tidak menuntut perubahan terlebih dahulu, tetapi mementingkan atau mengutamakan kehadiran dan penerimaan yang kemudian bisa menghasilkan transformasi. Perubahan dalam diri Zakheus terjadi sebagai respons terhadap penerimaan yang dialami dari Yesus.

Menurut Joel B. Green, kisah ini menekankan bahwa keselamatan dalam Injil Lukas seringkali terjadi dalam kenyataan hubungan sosial yang dipulihkan.⁵² Sementara itu, N.T. Wright menyatakan bahwa tindakan Yesus makan bersama dengan orang yang dianggap berdosa oleh sesamanya merupakan simbol penerimaan dan pemulihan identitas mereka dalam komunitas Allah.⁵³

Yohanes 4:1-26 adalah kisah pertemuan Yesus dengan seorang perempuan Samaria. Teks ini merupakan contoh lain dari praktik *befriending* yang melampaui batas sosial, budaya dan gender. Berdasarkan konteks budaya Yahudi, orang Samaria dianggap najis atau kotor kemudian perempuan di pandang lebih rendah derajatnya dibanding dengan laki-laki. Namun Yesus justru memulai percakapan

⁵² Joel B. Green, *The Gospel of Luke* (Grand Rapids: Eerdmans, n.d.), 673.

⁵³ N.T. Wright, *Yesus Dan Kemenangan Allah* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2013), 268.

dengan perempuan tersebut dan membangun komunikasi yang mendalam.⁵⁴

Hubungan yang dibangun Yesus bersifat inklusif dan transformatif. Ia tidak menghakimi masa lalu perempuan itu, tetapi mengarahkan kepada pemahaman yang lebih dalam tentang diri dan Allah. Dalam proses ini, perempuan Samaria mengalami perubahan identitas dan menjadi saksi bagi kelompoknya.

Menurut Craig S. Keener, pertemuan ini menunjukkan bahwa Yesus secara sengaja melanggar batas-batas sosial demi menghadirkan kasih Allah yang inklusif.⁵⁵ Andreas J. Kostenberger juga menegaskan bahwa percakapan Yesus dengan perempuan Samaria mencerminkan pendekatan relasional yang membawa pada transformasi spiritual.⁵⁶ Kisah ini menegaskan bahwa *befriending* mencakup keberanian untuk menjalin hubungan dengan siapapun tanpa diskriminasi serta menghadirkan pemulihan melalui dialog yang bermakna.

Perjanjian Lama pun memperlihatkan konsep *befriending*, yaitu dalam Kejadian 18:17-33. Allah membuka rencana-Nya kepada Abraham terkait penghukuman atas Sodom dan Gomora.⁵⁷ Tindakan ini menunjukkan adanya hubungan yang dekat dan terbuka. Abraham

⁵⁴ Alkitab : Yohanes 4:1-26 (Jakarta: Lembaga Alkitab Indonesia, 2019), 132-133.

⁵⁵ Craig S. Keener, *The Gospel of John* (Grand Rapids: Baker Academic, 2003), 598.

⁵⁶ Andreas J. Kostenberger, *John* (Grand Rapids: Baker Academic, 2004), 156.

⁵⁷ Alkitab: Kejadian 18:17-33 (Jakarta: Lembaga Alkitab Indonesia, 2019), .

tidak hanya menjadi objek kehendak Allah, tetapi juga menjadi mitra dialog yang diberikan ruang untuk menyampaikan pendapatnya, bahkan melakukan "tawar-menawar" secara berani.

Narasi ini memperlihatkan bahwa relasi Allah dengan manusia tidak semata-mata bersifat hierarkis tetapi juga relasional. Abraham tampil sebagai sahabat Allah yang memiliki kedekatan khusus. Hal ini dipertegas dalam yesaya 41:8 yang menyebut Abraham sebagai "sahabat Allah". Relasi ini menjadi dasar teologis bahwa *befriending* merupakan bagian dari cara Allah berelasi dengan manusia.

Menurut Walter Brueggemann, hubungan antara Allah dengan Abraham mencerminkan perjanjian yang hidup (*living covenant*), dimana komunikasi terbuka dan kepercayaan menjadi unsur utama dalam hubungan tersebut.⁵⁸ Sementara itu Gerhard von Rad, menegaskan bahwa keberanian Abraham berdialog dengan Allah menunjukkan kedekatan relasi yang tidak biasa dalam konteks religious kuno.⁵⁹ Hubungan Allah dengan Abraham menjadi dasar bahwa *befriending* bukan sekedar konsep modern, tetapi memiliki akar teologis yang kuat dalam Alkitab sebagai relasi yang terbuka, dialogis dan penuh kepercayaan.

⁵⁸ Walter Brueggemann, *Teologi Perjanjian Lama* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2002), 149.

⁵⁹ Gerhard von Rad, *Teologi Perjanjian Lama Jilid I* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2005), 213.

7. *Befriending* sebagai Pendampingan Pastoral

Befriending dalam pendekatan pastoral konseling menempatkan relasi persahabatan sebagai inti dari proses pendampingan. Pendekatan ini berangkat dari asumsi bahwa pemulihan individu tidak hanya terjadi melalui intervensi teknis, tetapi melalui relasi yang eutentik dan bermakna.⁶⁰

Howard Clinebell menegaskan bahwa kualitas relasi antara konselor dan konseli merupakan aktif utama dalam keberhasilan proses konseling.⁶¹ Hubungan yang ditandai dengan rasa empati dan penerimaan menciptakan kondisi yang memungkinkan individu mengalami pertumbuhan. Sehingga *befriending* menjadi pendekatan yang sangat relevan karena menekankan kualitas hubungan tersebut.

Carl Rongers juga menegaskan bahwa relasi terapeutik atau hubungan yang didasarkan pada rasa saling percaya merupakan kondisi utama dalam perubahan individu.⁶² Ia menyatakan bahwa ketika seseorang diterima tanpa syarat, ia akan lebih terbuka untuk mengeksplorasi dirinya dan mengalami pertumbuhan. Prinsip ini menjadi dasar psikologi bagi pendekatan *befriending*.

⁶⁰ Gerard Egan, *The Skilled Helper* (Jakarta: Erlangga, 2010), 50.

⁶¹ Clinebell, *Tipe-Tipe Dasar Pendampingan Dan Konseling Pastoral*, 40.

⁶² Carl R. Rongers, *On Becoming a Person*.

Aart van Beek menambahkan bahwa dalam pendampingan pastoral, konselor harus hadir sebagai sahabat yang berjalan bersama dengan konseli, bukan sebagai otoritas yang datang untuk menghakimi.⁶³ Pendapat ini mencerminkan hubungan dalam *befriending* bersifat setara dan partisipatif. Pendekatan ini sangat relevan dalam konteks generasi muda yang sebagian besar sangat menolak pendekatan yang bersifat otoriter.

Gerard Egan dalam teorinya tentang “The Skilled Helper” menekankan bahwa hubungan yang efektif antara penolong dan individu yang di tolong merupakan kunci dalam proses bantuan.⁶⁴ Ia menegaskan bahwa hubungan yang suportif memungkinkan seseorang mengembangkan pemahaman diri yang lebih baik.

Pendekatan Teologi *Befriending* dalam praktiknya mencakup beberapa unsur utama, yaitu kehadiran, empati, dan penerimaan tanpa syarat. Kehadiran berarti hadir secara utuh dalam hubungan. Empati berarti menunjukkan kemampuan memahami pengalaman konseli. Dan penerimaan tanpa syarat berarti menerima individu apa adanya tanpa menunjukkan sikap yang membuat konseli merasa di hakimi atau disalahkan.⁶⁵

⁶³ Beek, *Pendampingan Pastoral*, 52.

⁶⁴ Egan, *The Skilled Helper*, 55.

⁶⁵ Carl R. Rogers, *On Becoming a Person*.

Pendekatan *befriending* juga memiliki dimensi kontekstual. Artinya bahwa pendekatan ini dapat disesuaikan dengan kebutuhan individu dan situasi sosial yang dihadapi. Berdasarkan usia anak muda yang disebut sebagai generasi Z, pendekatan ini sangat efektif karena lebih responsif terhadap hubungan yang bersifat asli dan setara.⁶⁶

Befriending sebagai pendekatan pastoral merupakan suatu model pendampingan yang menekankan relasi persahabatan sebagai sarana utama dalam proses pemulihan dan pertumbuhan individu yang didukung oleh teori teologi dan psikologi modern.

B. Pemulihan Krisis *Self-Confidence* Generasi Z

1. Pengertian Kepercayaan Diri (*Self-Confidence*)

Menurut Lauster, *self-confidence* adalah suatu sikap atau keyakinan atas kemampuan diri sendiri, sehingga individu tidak mudah terpengaruh oleh orang lain, mampu bertindak sesuai kehendaknya, optimis, gembira dan memiliki rasa tanggungjawab terhadap tindakan yang dilakukannya. Kepercayaan diri diperoleh dari pengalaman hidup.⁶⁷ Pengertian ini memperlihatkan bahwa kepercayaan diri berkaitan erat dengan kemandirian psikologis dan stabilitas emosi individu dalam menghadapi tekanan eksternal.

⁶⁶ Sarwono, *Psikologi Remaja* (Jakarta: Rajawali Pers, 2011), 134.

⁶⁷ Lauster, *Tes Kepribadian* (Jakarta: Bumi Aksara, 2002), 14.

John W. Santrock menjelaskan bahwa kepercayaan diri merupakan bagian dari perkembangan identitas diri, terutama pada masa remaja dimana individu mulai membentuk konsep diri dan menghadapi berbagai tekanan sosial.⁶⁸ Konteks ini memperlihatkan fungsi *self-confidence* sebagai fondasi penting dalam membangun hubungan sosial yang sehat dan kemampuan adaptasi terhadap lingkungan.

Menurut Afriyanti yang dikutip oleh Aminah, kepercayaan diri dapat diartikan sebagai sikap positif seorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang dihadapinya.⁶⁹

Berdasarkan perspektif psikologi humanistik, Carl Rogers, menegaskan bahwa kepercayaan diri berkembang melalui pengalaman penerimaan tanpa syarat (*unconditional positive regard*).⁷⁰ Individu yang merasa aman dan diterima apa adanya akan lebih percaya diri bahkan mampu dalam mengembangkan konsep diri yang positif, yang pada akhirnya akan membantu dalam memperkuat rasa percaya dirinya. Tetapi jika sebaliknya, seseorang mengalami kondisi yang bersifat

⁶⁸ John W. Santrock, *Perkembangan Remaja* (Jakarta: Erlangga, 2007), 156.

⁶⁹ Aminah, "Pengaruh Bimbingan Kelompok Terhadap Rasa Percaya Diri Peserta Didik Kelas XI Ak SMK Swasta Yaspi Labuhan Deli Medan" (Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, 2016).

⁷⁰ Rogers, *On Becoming a Person*.

penolakan dan kritik yang berlebihan dapat menghambat perkembangan *self-confidence* dalam dirinya.

Abraham Maslow dalam teorinya tentang hirarki kebutuhan, menyatakan bahwa kebutuhan akan penghargaan (*esteem needs*) merupakan faktor penting dalam pembentukan kepercayaan diri.⁷¹ Seseorang yang menerima pengakuan, penghargaan, dan rasa dihargai sebagian besar akan memiliki tingkat kepercayaan diri yang lebih tinggi dibandingkan dengan mereka yang mengalami penolakan atau merasa kurang dihargai. Konsep *self-confidence* juga berkaitan dengan *self-efficacy* yang dikemukakan oleh Albert Bandura, yaitu keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk mengorganisasikan dan melakukan tindakan yang dibutuhkan dalam mencapai tujuan tertentu.⁷²

Self-confidence dalam perspektif penelitian ilmiah, juga banyak dikaji dalam jurnal psikologi. Misalnya, penelitian yang dilakukan oleh Jennifer Crocker dan rekannya yang menunjukkan bahwa kepercayaan diri berhubungan juga dengan bagaimana seseorang memandang nilai dirinya (*self-worth*) dan bagaimana ia merespon evaluasi dari lingkungan.⁷³ Hal ini menekankan bahwa kepercayaan

⁷¹ Abraham Maslow, *Motivation and Personality* (New York: harper & Row, 1970), 45.

⁷² Albert Bandura, *Self-Efficacy: The Exercise of Control* (New York: Freeman, 1997), 3.

⁷³ Jennifer Crocker and Lora E. Park, "The Costly Pursuit of Self-Esteem," *Psychological Bulletin* 130, no. 3 (2004): 392–414.

diri tidak berdiri sendiri melainkan sangat di pengaruhi oleh interaksi sosial dan pengalaman relasional individu. Studi dalam jurnal psikologi pendidikan oleh Roy F Baumeister menunjukkan bahwa kepercayaan diri memiliki pengaruh terhadap performa individu, motivasi serta kemampuan menghadapi kegagalan.⁷⁴

Berdasarkan dari berbagai pengertian tersebut, dapat disimpulkan bahwa *self-confidence* adalah keyakinan individu terhadap kemampuan dirinya yang ditandai dengan penerimaan, keberanian bertindak, serta kemampuan menghadapi tekanan sosial dan tantangan kehidupan. Kepercayaan diri terbentuk melalui interaksi antara faktor internal (konsep diri, pengalaman pribadi) dan faktor eksternal (lingkungan sosial, hubungan interpersonal), sehingga memerlukan pendekatan yang holistik dalam upaya pengembangannya.

2. Ciri-Ciri Individu dengan *Self-Confidence* Tinggi dan Rendah

Self-confidence sebagai konstruksi psikologi dapat diamati melalui berbagai indikator perilaku dan sikap individu dalam kehidupan sehari-hari. Perbedaan tingkat kepercayaan diri akan memengaruhi cara individu berpikir, merasakan dan bertindak dalam menghadapi situasi tertentu. Sehingga sangat penting untuk memahami individu dengan

⁷⁴ Roy R. Baumeister, "Does High Self-Esteem Cause Better Performance?," *Psychological Science in the Public Interest* 4, no. 1 (2003): 1–44.

self-confidence tinggi maupun rendah sebagai dasar dalam menganalisis kondisi psikologi seseorang.

Seseorang yang memiliki kepercayaan diri yang positif atau tinggi memiliki aspek, sebagai berikut:

1. Yakin pada kemampuan diri, yaitu sikap positif seseorang tentang dirinya dan ia mampu secara sungguh-sungguh akan apa yang sedang atau akan dilakukan
2. Optimis, sikap positif yang dimiliki oleh seseorang yang selalu berpandangan baik dalam menghadapi segala hal tentang diri dan kemampuannya.
3. Objektif, yaitu seseorang yang memandang permasalahan atau sesuatu sesuai dengan kebenaran yang semestinya, bukan menurut kebenaran pribadi atau menurut dirinya sendiri.
4. Bertanggung jawab, yaitu kesediaan seseorang dalam menanggung segala sesuatu yang telah menjadi konsekuensinya
5. Rasional dan realitas, yaitu kemampuan seseorang dalam menganalisis sesuatu masalah atau sesuatu hal dan kejadian dengan menggunakan pemikiran yang dapat diterima oleh akal dan sesuai dengan kenyataan.⁷⁵

⁷⁵ Ghufon and Risnawita, *Teori-Teori Psikologi* (Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2010), 35.

Menurut Lauster yang dikutip oleh Alsa, seseorang memiliki kepercayaan diri tinggi atau orang yang percaya diri, memiliki ciri-ciri, sebagai berikut:

1. Bertindak mandiri dalam mengambil keputusan, yaitu seseorang dapat bertindak dalam mengambil keputusan terhadap diri yang dilakukan secara mandiri atau tanpa adanya keterlibatan orang lain serta mampu untuk meyakinkan tindakan yang diambil.
2. Percaya pada kemampuan sendiri, yaitu suatu keyakinan yang dimiliki seseorang atas diri sendiri terhadap segala fenomena yang terjadi berhubungan dengan kemampuan individu untuk mengevaluasi serta mengatasi fenomena yang terjadi.
3. Mempunyai rasa positif terhadap diri sendiri, yaitu adanya penilaian yang baik dari dalam diri sendiri, baik dari pandangan maupun tindakan yang dilakukan yang menimbulkan rasa positif terhadap diri dan masa depannya.
4. Berani mengungkapkan pendapat, yaitu adanya suatu sikap untuk mampu mengutarakan sesuatu dalam diri yang ingin diungkapkan kepada orang lain tanpa adanya paksaan atau rasa yang dapat menghambat pengungkapan tersebut.⁷⁶

⁷⁶ Asmadi Alsa, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Orang Tua Dengan Kepercayaan Diri Remaja Penyandang Cacat Fisik," *Jurnal Psikologi*, no. 1 (2006): 49.

Menurut Fatimah yang dikutip oleh Hamdan, bahwa ciri-ciri seseorang yang memiliki rasa percaya diri, adalah sebagai berikut:

1. Berani menerima dan menghadapi penolakan orang lain dan juga berani menjadi diri sendiri. hal ini menunjukkan bahwa seseorang yang berani dalam segala hal tanpa mengandalkan orang lain disebut sebagai seseorang yang percaya diri.
2. Percaya akan kemampuan atau kompetensi diri, hingga tidak membutuhkan pujian, pengakuan, penerimaan ataupun hormat dari orang lain.
3. Tidak terdidi untuk menunjukkan sikap konformis demi menerima pujian atau merasa diterima oleh orang lain atau kelompok lain. Konformis adalah sikap seseorang yang hanya menjadi pengikut sebuah kelompok, menaati aturan kelompok secara total dan tidak berani dalam menyatakan pendapat dan sikap sendiri.
4. Seseorang yang memiliki kemampuan dalam mengendalikan diri dengan baik, mempunyai emosi yang stabil dan tidak *moody*.
5. Memiliki internal yang memandang atau melihat sebuah keberhasilan dan kegagalan, bergantung pada usaha sendiri dan tidak mudah dalam menyerah pada nasib atau keadaan yang dihadapi.
6. Mempunyai cara pandang yang positif terhadap diri sendiri, orang lain dan juga terhadap situasi di luar dirinya.

7. Memiliki harapan yang realistis terhadap diri sendiri, sehingga ketika harapan tersebut tidak terwujud, ia tetap mampu melihat sisi positif dirinya dan situasi yang terjadi.⁷⁷

Menurut Frenson yang dikutip oleh Susanti, ada beberapa karakteristik seseorang yang memiliki rasa percaya diri yang tinggi, yaitu:

1. Menerima dan menghargai diri sendiri maupun orang lain. Seseorang yang memiliki kepercayaan diri akan terlihat dari sikapnya yang mencoba atau mampu dalam menerima dan menghargai diri dan orang lain dalam keadaan apapun.
2. Optimis dan memiliki keyakinan akan dirinya dan kemampuan yang dia miliki. Karena secara umum orang yang selalu berpikiran positif pasti memiliki rasa percaya diri yang tinggi.
3. Tidak takut dan berani mencoba dalam melakukan setiap hal-hal dalam menghadapi situasi apapun
4. Berani bertanggung jawab dan mau menerima setiap kegagalan dan kekurangan yang dimilikinya, seaneh dirinya dan juga lingkungannya.

⁷⁷ Hamdan, "Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Motivasi Berprestasi Pada Siswa," last modified 2012, file:///Hubungan%20Antara%20Kepercayaan%20Diri%20Dengan%20Motivasi%20Berprestasi%20Pada __.htm , .

5. Memiliki sikap yang mandiri yang berarti mampu untuk melakukan sesuatu dengan mengandalkan dirinya tidak bergantung pada sesamanya dan tidak membanding-bandingkan dirinya dengan orang lain.⁷⁸

Berdasarkan pada beberapa pendapat tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa seseorang yang memiliki rasa percaya diri yang baik dapat di lihat dari karakternya yang percaya pada kemampuan diri, selalu berpikiran positif, mampu berpendapat, mampu mengendalikan diri dan juga berani menerima dan menghadapi penolakan.

Sedangkan karakteristik individu atau seseorang yang kurang percaya diri, di antaranya adalah sebagai berikut:

1. Seseorang yang kurang percaya diri akan berusaha menunjukkan sikap konformis demi mendapatkan pengakuan dan penerimaan dari orang lain atau kelompok lain
2. Individu akan menyimpan rasa takut dan kekhawatiran terhadap penolakan. Seseorang akan cenderung takut diawal ketika akan menyampaikan atau melakukan sesuatu karena takut dan merasa tidak aman ketika ditolak atau apa yang dilakukan tidak disukai.

⁷⁸ Florentina Rika Susanti, "Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Penyesuaian Siswa," *Psiko-Edukasi* 6 (2008): 26.

3. Cenderung sulit dalam menerima akan kenyataan dirinya. Merasa tidak nyaman ketika menghadapi kenyataan hidup yang tidak baik
4. Memiliki sikap dan pemikiran yang pesimis. Yaitu dengan mudah menilai dan menyimpulkan sesuatu yang dihadapi dari sisi yang negatif
5. Merasa takut gagal, sehingga menghindari segala resiko dan tidak berani memulai target yang menantang atau susah.
6. Selalu memposisikan diri sebagai yang terakhir atau terbelakang karena menilai dirinya sebagai salah satu yang pasti tidak mampu akan sesuatu
7. Mempunyai sifat yang mudah menyerah pada nasib, sangat bergantung pada keadaan dan pengakuan penerimaan serta bantuan dari orang lain.⁷⁹

3. Faktor yang Mempengaruhi *Self-Confidence*

Kepercayaan diri seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu, sebagai berikut :

a. Faktor Internal

1) Konsep Diri

⁷⁹ Enung Fatimah, *Psikologi Perkembangan (Perkembangan Peserta Didik)* (Bandung: Pustaka Setia, 2010).

Faktor ini merupakan terbentuknya kepercayaan diri pada seseorang yang diawali dengan perkembangan konsep diri yang diperoleh dalam pergaulannya dalam suatu kelompok. Hasil interaksi yang terjadi akan menghasilkan konsep diri.

2) Harga Diri

Konsep diri yang positif akan membentuk harga diri yang positif pula. Harga diri merupakan pilihan yang dilakukan terhadap diri sendiri. Santoso yang dikutip oleh Fandi, berpendapat bahwa tingkat harga diri seseorang akan memengaruhi tingkat kepercayaan diri seseorang.

3) Kondisi/Penampilan Fisik

Kondisi fisik merupakan kesatuan kemampuan jasmani seseorang yang termasuk dalam kekuatan, daya tahan, kecepatan, dan kelenturan untuk melakukan aktivitas sehari-hari. Kondisi fisik merupakan perubahan kondisi fisik yang juga sangat berpengaruh pada kepercayaan diri seseorang. Penampilan fisik yang menarik lebih sering diperlakukan dengan baik dibandingkan dengan seseorang yang mempunyai penampilan fisik yang kurang menarik.

4) Pengalaman

Pengalaman dapat menjadi faktor munculnya rasa percaya diri. Sebaliknya, pengalaman juga dapat menjadi faktor

menurunnya rasa percaya diri seseorang.⁸⁰ Anthony mengemukakan bahwa pengalaman masa lalu adalah hal terpenting untuk mengembangkan kepribadian sehat.⁸¹

5) Jenis Kelamin

Peran jenis kelamin yang di sandang oleh budaya terhadap laki-laki dan perempuan memiliki efek sendiri terhadap perkembangan kepercayaan diri. Perempuan cenderung dianggap lemah dan harus dilindungi, sedangkan laki-laki harus bersikap sebagai makhluk yang kuat, mandiri dan mampu melindungi.⁸²

b. Faktor Eksternal

1) Pendidikan

Tingkat Pendidikan seseorang akan berpengaruh terhadap tingkat kepercayaan diri seseorang. Tingkat Pendidikan yang rendah akan menjadikan orang tersebut tergantung dan berada di bawah kekuasaan orang lain yang lebih pandai darinya atau pun sebaliknya.⁸³

2) Lingkungan

⁸⁰ Fandi Rosi Sarwo, "Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Employability Pada Siswa Kelas 3 SMK Pelayaran Yahari Di Kecamatan Sukodowo Kabupaten Sidoarjo" (Thesis: STAIN Kediri, 2013), 17-18.

⁸¹ Yeo, *Konseling Suatu Pendekatan Pemecahan Masalah*.

⁸² Sarwo, "Hubungan Antara Kepercayaan Diri Dengan Employability Pada Siswa Kelas 3 SMK Pelayaran Yahari Di Kecamatan Sukodowo Kabupaten Sidoarjo."

⁸³ Ibid, 38.

Lingkungan termasuk juga lingkungan keluarga dan lingkungan masyarakat sekitarnya. Dukungan yang baik di terima dari keluarga seperti anggota keluarga yang saling berinteraksi dengan baik akan memberikan rasa nyaman dan percaya dirinyang tinggi.

3) Pekerjaan

Bekerja dapat mengembangkan kreatifitas dan kemandirian serta rasa percaya diri. Bagi orang-orang yang sudah bekerja merasa telah memiliki rumah atau lingkungan kedua selain rumah dan dari dalamnya akan berpengaruh terhadap kondisi mental secara keseluruhan. Seseorang yang sudah bekerja akan merasa lebih percaya diri berada dalam perkumpulan orang-orang yang ada di sekitarnya.⁸⁴

Menurut Hurlock, faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri (*self-confidence*), adalah:

a. Orang Tua

Kepercayaan diri seseorang juga sangat dipengaruhi oleh orang tua dalam hal membina dan menumbuhkan percaya diri terhadap anak dan perkembangan anak. Orang tua juga berpengaruh dalam

⁸⁴ Ilham Robbi, "Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Interaksi Sosial Pada Mahasantri Putra Ma'had Sunan Ampel Al-„Aly" (Malang: UIN Maulana Malik Ibrahim, 2016), 18.

mengembangkan kepercayaan diri pada anak di lingkungan sekitarnya.

b. Rasa Aman

Rasa aman di terima dari rumah dan orang-orang yang disekitarnya.

Jika rasa aman sudah terbentuk maka individu akan melangkah keluar dengan penuh rasa percaya diri.

c. Kesuksesan

Kesuksesan yang dirasa dengan tingkat kesulitan yang lebih besar akan memupuk rasa percaya diri yang tinggi daripada kesuksesan yang diperoleh dengan usaha sedikit. Sehingga kesuksesan juga berpengaruh dalam membangun *self-confidence*.

d. Penampilan Fisik

Individu yang memiliki daya tarik merasakan sikap sosial yang menguntungkan. Dengan hal-hal ini akan mempengaruhi konsep diri sehingga akan lebih percaya akan diri sendiri. Penampilan fisik sangat erat hubungannya dengan gambaran dan persepsi individu terhadap bentuk tubuhnya. Gambaran inilah yang disebut *body image*. Yaitu Gambaran mengenai tubuh yang terbentuk dalam pikiran seseorang atau dengan kata lain gambaran tubuh menurut dirinya sendiri.⁸⁵

⁸⁵ Elizabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan* (Jakarta: Erlangga, 2003).

4. Pengertian Generasi Z

Teori generasi pertama kali muncul di Amerika Serikat. Dikembangkan oleh seorang Sosiolog asal Hungaria bernama Kari Mannheim dalam penelitiannya yang pertama pada tahun 1952, yang mengatakan adanya perbedaan nilai antar generasi. Perbedaan ini terjadi karena adanya kesenjangan dalam pengajaran nilai dengan realitas yang terjadi. Dalam esainya yang berjudul "The Problem Of Generation" pada tahun 1923, Mannheim yang dikutip oleh Ernest berusaha menggolongkan generasi dengan dasar sumber daya manusia. Dalam teori generasi terdapat beberapa kategori dengan indikator-indikator sebagai penentu, yang di dasarkan pada kemajuan teknologi, tenaga kerja, dan, peristiwa penting yang terjadi di dunia.⁸⁶

Menurut Karl Mannheim yang dikutip oleh Bertha, generasi merupakan suatu entitas yang terdiri dari individu yang memiliki kesamaan masa dan rentang usia serta pengalaman dalam kurun waktu atau periode yang sama. Mannheim juga menyatakan bahwa kesadaran sosial, prespektif, pencapaian kematangan berfikir bagi generasi muda akan mengalami perkembangan seiring dengan kondisi atau keadaan waktu dan tempat.⁸⁷ Karl Mannheim dalam kajiannya

⁸⁶ Ernest J. Zarra, *Membantu Orang Tua Memahami Pikiran Dan Hati Generasi Z* (Lanham: Rowman & Littlefield, 2017).

⁸⁷ Bertha Lubis, "Keterkaitan Bonus Demografi Dengan Teori Generasi," *Registratie* 1, no. 1 (2019): 21–36.

tentang perbedaan generasi mengatakan bahwa generasi merupakan konstruksi sosial, dimana orang-orang di dalamnya memiliki persamaan umur dan pengalaman. Setiap generasi memiliki ciri serta kebiasaan tersendiri sesuai dengan zamannya.⁸⁸

Strauss dan Howe dalam teori generasinya mencoba mendefinisikan generasi-generasi yang ada. Penggolongan generasi ini pun populer, sehingga banyak orang yang mengadopsi pendapat mereka dalam membahas masalah-masalah sekaitan dengan perbedaan antar generasi. Istilah generasi yang dikenal dan populer itu seperti: Generasi *Pra-Baby Boom*, Generasi X, Y dan Generasi Z.⁸⁹ Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), Generasi di definisikan sebagai Kumpulan individu, Angkatan, atau turunan yang memiliki waktu hidup yang sama.⁹⁰

Generasi Z merupakan kelompok generasi yang lahir setelah generasi milenial dan tumbuh dalam konteks perkembangan teknologi digital yang sangat pesat. Generasi ini dikenal sebagai generasi yang sejak awal kehidupannya telah berinteraksi dengan internet, media sosial dan berbagai perangkat digital. Menurut Don Tapscott yang lahir dalam era digital memiliki karakteristik yang berbeda karena teknologi

⁸⁸ Ibid.

⁸⁹ Agung Nugroho Faisal Muhammad, *Generasi Kembali Ke Akar* (Jakarta: Kompas Media Nusantara, 2021), 24.

⁹⁰ Mendiknas, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Jakarta: Balai Pustaka, 1994).

bukan hanya alat tetapi telah menjadi bagian dari cara berpikir dan berinteraksi mereka.⁹¹

Generasi Z adalah mereka yang lahir di era serba canggih, era dimana internet merambah ke semua kalangan. Generasi ini sangat tergantung pada adanya teknologi, mempunyai bakat yang tinggi dalam menggunakan berbagai sarana informasi, tidak ada waktu tanpa smartphone dan selalu terhubung kepada internet.⁹²

Karakteristik yang tepat yang bisa menggambarkan generasi Z adalah mereka memiliki pemahaman yang sangat luas tentang digital. Generasi Z disebut juga dengan istilah *internet Generation*, sebutan ini diberikan karena mereka lahir dan tumbuh disaat internet sudah mengglobal.⁹³

5. Rentang Tahun Generasi Z

Generasi Z merupakan generasi yang lahir setelah generasi X. Karakteristik yang tepat untuk menggambarkan generasi Z atau orang-orang yang tergolong dalam Gen Z ini adalah mereka memiliki pemahaman yang sangat luas mengenai perangkat digital atau

⁹¹ Don Tapscott, *Grown Up Digital* (Jakarta: Gramedia, 2013), 25.

⁹² Yuli Kristyowati, "Generasi Z Dan Strategi Melayaninya," *Jurnal Ambassadors* 2, no. 1 (2021): 3.

⁹³ Dewi Rachmawati, "Selamat Datang Generasi Z Di Dunia Kerja," *ICCCN: Jurnal Umum IV* (2019): 21–24.

teknologi.⁹⁴ Generasi Z dikenal sebagai orang-orang yang lahir di tahun 1996-2010.

Menurut Perserikatan Bangsa-Bangsa (PPB) yang dikutip oleh Charles M Sheton, generasi muda mencakup anak-anak dari usia 15 sampai usia 24 tahun.⁹⁵ Organisasi Pemuda mengkategorikan generasi muda kedalam orang-orang yang berada di antara usia 15-40 tahun. Ada juga yang mengklarifikasikan generasi muda merupakan mereka yang berusia 13-30 tahun yang belum menikah sesuai dengan kebiasaan tempat masing-masing.

Generasi muda menurut undang-undang Perkawinan RI, tahun 1974, yang di kutip oleh Charles, meliputi orang yang sudah melewati usia kanak-kanak dan belum mencapai umur sesuai dengan ketentuan undang-undang untuk menikah, atau orang yang belum cukup usia untuk menikah dan belum menikah.⁹⁶

Melalui teori generasi yang dikemukakan sejarawan William Strauss dan Niel Howe, mendefinisikan generasi muda dengan rentang tahun kelahiran 1980-1994 tergolong dalam generasi Y, sedangkan

⁹⁴ Ibid, 23.

⁹⁵ Charles M Shelton, *Moralitas Kaum Muda: Bagaimana Menanamkan Tanggung Jawab Kristiani* (Yogyakarta: Kanisius, 1988).

⁹⁶ Ibid, 11.

generasi muda yang lahir tahun 1995-2000an dimasukkan dalam klasifikasi generasi Z yang disebut juga *iGeneration*.⁹⁷

Anak muda yang mengalami krisis kepercayaan diri di Klasifikasi Salumokanan adalah termasuk dalam golongan Generasi Z. Yaitu anak muda yang lahir di tahun 1995-2010, sesuai dengan teori generasi Z yang disebutkan diatas.

6. Karakteristik Generasi Z

Andi Yulianto, dalam tulisannya memaparkan beberapa pendapat tentang karakteristik Generasi Z, sebagai berikut:

1. Irfan Wahyudi (2018), mendefinisikan generasi Z sebagai generasi yang tumbuh besar dalam era digital yang telah lebih menonjolkan pengalaman daripada pemikiran barang.
2. Jessica Kumala Wongso (2020), menjelaskan generasi Z sebagai generasi yang lebih intensif dalam menggunakan teknologi, kemudian cenderung berpikir cerdas serta kritis. Generasi Z selalu semangat dan berambisi untuk melahirkan perubahan dalam masyarakat di mana dia berada.
3. Benyamin Kusumaputro (2029), menyatakan bahwa generasi Z sebagai generasi yang terampil di bidang teknologi, generasi ini

⁹⁷ Natalia Yustisia, "Teori Generasi," last modified 2023, <https://dosen.perbanas.id/teori-generasi/>.

cenderung bersikap kritis dan skeptis terhadap informasi yang mereka temukan, selain itu generasi z juga tergolong dalam generasi yang disebut kreatif.⁹⁸

Perbedaan karakteristik yang ada pada setiap generasi dipengaruhi oleh perkembangan teknologi dimana mereka hidup. Selain itu, teknologi juga memberikan dampak pada cara berkomunikasi dan berinteraksi. Generasi Z memiliki perbedaan siri yang signifikan dengan generasi sebelumnya baik dalam hal berfikir, nilai-nilai dan perilaku. Generasi Z lebih terkoneksi dengan teknologi dan cenderung memilih pengalaman yang menunjukkan identitas mereka sebagai pribadi yang unik. Generasi Z juga lebih menyukai interaksi melalui media sosial.⁹⁹

David Stillman yang dikutip dari J. Sumardianta, Benny D Setianto, Elfi Rimayati, Imaddudin, Syarfina Mahya Nadila, Felix Adrian Dimas Putra menyatakan ada tujuh sifat utama dari generasi Z yang sangat melekat pada diri mereka, yaitu:

- **Digital** : generasi z merupakan generasi pertama yang lahir dengan segala aspek fisik dan memiliki ekuivalen digital. Bagi mereka dunia virtual dan nyata itu saling menindih. Bahkan

⁹⁸ Andi Yulianto, *Gen Z Marketing: Menggali Potensi Dan Memahami Karakteristik Generasi Z Dalam Menerapkan Strategi Pemasaran Digital* (Jawa Tengah: Lakeisha, 2023).

⁹⁹ Ibid.

banyak generasi Z yang mengatakan bahwa kecanggihan teknologi akan berdampak pada pengambilan keputusan. Generasi figital tidak membedakan garis pembatas antara fisik dan yang digital. Mereka dapat bertatao muka (fisik) dan bertatap layer (*video call*). Bagi Generasi Z virtual merupakan bagian dari realitas yang dapat dilakukan secara bersamaan.¹⁰⁰

- **Hiper-Kustomisasi:** merupakan salah satu ciri yang sangat melekat pada diri generasi Z. Gen-Z selalu mengusahakan untuk mengidentifikasi dan mengustomkan identitas mereka agar dapat di kenal dunia. Mereka cenderung lebih mengetahui kebutuhan mereka serta cara memenuhinya.¹⁰¹ Generasi ini lebih suka ketika menguraikan diri sendiri daripada di deskripsikan secara umum. Upaya generasi z mengkustomisasi diri mereka dengan tujuan untuk memunculkan harapan bahwa perilaku dan keinginan mereka bisa di pahami oleh dunia di sekitarnya.
- **Realistis:** hidup di masa krisis sejak dini menyebabkan generasi z membuat pola pikir yang pragmatis dalam merencanakan dan mempersiapkan kehidupan mereka. Sikap realistis sangat

¹⁰⁰ J. Sumardianta, *Guru Posting Berdiri Murid Update Berlari: Transformasi Pendidik Zaman Kerumunan Virtual* (Jakarta: DIVA Press, 2022).

¹⁰¹ Elfi Rimayati, *Inovasi Layanan Dan Konseling Di Era Digital* (Asadel Liamsido Teknologi, 2023).

memperngaruhi cara pandang generasi z untuk bertahan atau maju dalam merencanakan masa depan. Generasi z yang realistis lebih mengutamakan praktik di lapangan.

- **FOMO:** merupakan sikap yang sangat khawatir ketika melihat orang lain memiliki pengalaman yang lebih memuaskan atau berharga, sehingga gen-z mendorong dirinya utnuk selalu terhubung dengan orang lain. Ciri ini merupakan dalah satu sifat yang sangat takut melewatkan sesuatu yang lagi trending atau hal-hal yang sudah dilakukan oleh orang lain. Hal ini muncul karena generasi z selalu takut tidak dapat melakukan apapun atas apa yang mereka pelajari dan kerjakan.¹⁰²

Karakteristis ini membuat generasi z selalu berusaha untuk berada di barisan terdepan dalam sebuah kompetisi dan tren. Sifat takut melewatkan sesuatu membuat generasi z selalu mengkuatirkan diri mereka bergerak kurang cepat serta tidak menuju ke arah yang tepat. Karakteristik FoMO menyebabkan generasi z mudah gelisah jika mereka tidak disuntuk dengan informasi terbaru yang berkaitan dengan kehidupan mereka. FoMO merupakan kondisi dimana seseorang takut dikatakan

¹⁰² David Stillman, *Memahami Karakter Generasi Baru Yang Akan Mengubah Dunia Kerja* (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2018).

tidak update, tidak gaul, dan takut ketinggalan berita yang sedang kekinian.¹⁰³

- **Weconomist:** generasi z hanya mengenal dunia dengan ekonomi berbagi. Generasi ini selalu mendayagunakan “kami” dalam peran mereka. Mereka sangat mengutamakan kontribusi dalam pengambilan keputusan. Karakter ini membuat generasi z berfikir untuk bermitra dalam memanfaatkan sumber daya yang ada, dengan kata lain generasi z menyukai kolaborasi, dimana generasi z dapat menjalin hubungan dengan siapaun melalui usaha-usaha tanpa harus mengenal lebih dulu. Generasi z yang cenderung kurang suka jika mengerjakan sesuatu yang rumit, dengan kemampuan *weconomist* mereka dapat menggunakan teknologi untuk menciptakan cara kerja sendiri dengan lebih efektif dan efisien bagi mereka. Kemampuan mereka menggunakan teknologi membuat generasi z mampu membuat terobosan yang baru dalam menciptakan ekonomi yang kolaboratif dan progresif.¹⁰⁴
- **DIY:** generasi z bertumbuh dengan kecanggihan teknologi membuat generasi z merasa tidak lagi membutuhkan bantuan,

¹⁰³ Imaddudin, “Ear of Missing Out (FoMO) Dan Konsep Diri Generasi-Z: Ditinjau Dari Aspek Komunikasi,” *JPRMEDCOM* 2, no. 1 (2020): 27.

¹⁰⁴ Syarfina Mahya Nadila, “Generasi Z: Si Paling Healing Vs Si Pembawa Perubahan,” *Masyarakat & Budaya* 26, no. 15 (2022).

mereka cukup memasukkan kata kunci ke dalam kolom pencarian maka secara ajaib jutaan video tentang kebutuhan mereka akan muncul. Prinsip lakukan sendiri merupakan bagian dari sifat generasi z. Mereka meyakini bisa melakukan apa saja dengan sendiri. bagi generasi Z mereka tidak akan pernah terjebak dalam dunia kerja yang menonton karena generasi Z dapat melakukan apa saja yang mereka inginkan.¹⁰⁵

Adapun penelitian terdahulu yang berkaitan dengan penelitian ini ialah, pertama "Implementasi Pastoral Konseling terhadap Generasi Z dalam Menghadapi Tantangan di Era Digital" ditulis oleh Desita Admire Gracella Kambira, dkk.¹⁰⁶ Kedua "Kepemimpinan yang Bersahabat: Kajian Pelayanan Kepemimpinan Integrasional dalam Menjawab Tantangan Pelayanan Bergereja di Indonesia" ditulis oleh Costantinus Ponsius Yogie Mofun.¹⁰⁷ Ketiga "To Be A Friend To Others Valuing Friendship Relations in Pastoral Ministry" ditulis oleh Besly Messakh.¹⁰⁸

Penelitian terdahulu pertama oleh Desita, dkk memiliki persamaan dengan penelitian ini yaitu pelayanan pastoral konseling secara umum

¹⁰⁵ Felix Adrian Dimas Putra, *Karakteristik Generasi Z* (Yogyakarta: Universitas Sanata Dharma, 2020).

¹⁰⁶ Desita Admire Gracella Kambira and Dkk, "Implementasi Pastoral Konseling Terhadap Generasi Z Dalam Menghadapi Tantangan Di Era Digital," *ATOHEMA: Jurnal Teologi Patoral Konseling* 2, no. 3 (2025).

¹⁰⁷ Costantinus Ponsius Yogie Mofun, "Kepemimpinan Yang Bersahabat: Kajian Pelayanan Kepemimpinan Integrasional Dalam Menjawab Tantangan Pelayanan Bergereja Di Indonesia," *Teologis Relevan Aplikatif Cendikia Kontekstual* 3, no. 1 (2024): 3–22.

¹⁰⁸ Messakh, "To Be A Friend To Others Valuing Friendship Relations in Pastoral Ministry."

terhadap Generasi Z.¹⁰⁹ perbedaannya ialah penelitian terdahulu pertama berfokus pada tantangan Generasi Z pada era digital sedangkan penelitian yang akan dilakukan ini berfokus pada krisis kepercayaan diri generasi Z dengan menggunakan pendekatan *berfriending*.

Penelitian terdahulu kedua oleh Contantinus juga membahas tentang konsep kepemimpinan yang bersahabat dalam konteks pelayanan gereja. Namun, penelitian Contatinus lebih berfokus pada pentingnya kepemimpinan yang bersahabat dalam konteks intergenerasi di gereja secara umum.¹¹⁰ Sedangkan penelitian yang akan dilakukan ini lebih sederhana atau mendekat menjelaskan pada pendekatan teologi *befriending* dalam pelayanan pendampingan pastoral Generasi Z yang mengalami krisis kepercayaan diri (*self-confodence*) di GTM Klasis Salumokanan.

Penelitian terdahulu ketiga oleh Besly, memiliki persamaan dalam membahas konsep persahabatan sebagai sebuah gagasan teologis dalam pelayanan pastoral. Namun, penelitian Besly lebih fokus pada pentingnya memanfaatkan persahabatan dalam pendampingan pastoral agar bisa hadir sebagai pendamping yang memiliki sifat sabahat yang dijelaskan secara umum.¹¹¹ Sedangkan penelitian yang akan dilakukan ini, berfokus dalam mengkaji pendampingan pastoral bagi generasi Z yang menghadapi krisis

¹⁰⁹ Kambira and Dkk, "Implementasi Pastoral Konseling Terhadap Generasi Z Dalam Menghadapi Tantangan Di Era Digital."

¹¹⁰ Mofun, "Kepemimpinan Yang Bersahabat: Kajian Pelayanan Kepemimpinan Integrasional Dalam Menjawab Tantangan Pelayanan Bergereja Di Indonesia."

¹¹¹ Messakh, "To Be A Friend To Others Valuing Friendship Relations in Pastoral Ministry."

self-confidence di tengah tekanan sosial dengan menggunakan pendekatan *befriending* di GTM Klasis Salumokanan.

Berdasarkan uraian penelitian terdahulu diatas yang secara keseluruhan membahas tentang konsep persahabatan dan pendampingan pastoral dalam kehidupan generasi muda, namun penelitian yang akan dilakukan ini memiliki keunikan dan urgensi tersendiri. Penelitian ini akan mengkaji dan menguraikan secara khusus bagaimana konsep *befriending* dalam kaitannya dengan pendampingan pastoral bagi anak muda di usia Generasi Z dalam membantu proses pemulihan Krisis kepercayaan diri akibat tekanan sosial khususnya di GTM Klasis Salumokanan. Dengan demikian penelitian ini memiliki kebaruan yang diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam memahami dan mengimplementasikan pendekatan *befriending* bagi pengembangan pendampingan pastoral gereja, khususnya dalam pendampingan generasi muda yang mengalami pergumulan psikologi dan sosial di tengah perubahan zaman yang semakin kompleks.