CHRISTIAN NURTURE
e-ISSN 3089-6835
Jurnal Pendidikan Agama Kristen dan Budaya

https://journal.gknpublisher.net/index.php/christiannurture	Diterima	15 Januari 2026
Volume. 2 No. 1 Februari 2026 hal 114-120	Disetujui	07 Februari 2026

KONTRIBUSI PENDIDIKAN PASTORAL KONSELING TERHADAP PERTUMBUHAN SPIRITUALITAS DAN KESEHATAN MENTAL JEMAAT

Brayen Adrian Tinihada
Institut Agama Kristen Negeri Manado
Email : tinihadabrayen@gmail.com

Abstrak : Konseling pastoral (pastoral counseling) memegang peranan signifikan dalam memfasilitasi perkembangan dimensi spiritualitas dan kesejahteraan psikologis para anggota jemaat gereja. Tulisan ini mengkaji secara mendalam bagaimana proses edukasi, yang mencakup pembentukan para konselor pastoral dan implementasi praktik konseling dalam konteks gereja, dapat memberikan kontribusi positif terhadap kedua aspek tersebut. Pendekatan metodologis yang diterapkan ialah tinjauan pustaka yang mencakup kajian terhadap penelitian empiris dan teoretis yang relevan dengan konseling pastoral, spiritualitas, dan kesehatan mental jemaat. Temuan dari kajian ini mengindikasikan bahwa konseling pastoral yang dijalankan secara terstruktur dan terintegrasi, dengan menggabungkan unsur-unsur teologis, spiritual, psikologis, serta komunal, berpotensi memperkokoh kematangan iman jemaat, membekali mereka dengan strategi koping yang efektif dalam menghadapi berbagai tantangan hidup, serta mendukung proses pemulihan dan pemeliharaan kesehatan mental. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pendidikan dan pelayanan konseling pastoral merupakan sumber daya strategis yang krusial bagi gereja dalam upaya mewujudkan pembentukan jemaat yang sehat baik secara spiritual maupun psikologis.
Kata Kunci : Kesehatan Mental Jemaat, Pendidikan Pastoral, Pertumbuhan Spiritualitas.

Abstract : Pastoral counseling plays a significant role in facilitating the development of spirituality and psychological well-being among church members. This paper examines in depth how the educational process, which includes the formation of pastoral counselors and the implementation of counseling practices in the church context, can positively contribute to both aspects. The methodological approach applied is a literature review that includes an examination of empirical and theoretical research relevant to pastoral counseling, spirituality, and congregational mental health. The findings of this study indicate that pastoral counseling, implemented in a structured and integrated manner, combining theological, spiritual, psychological, and communal elements, has the potential to strengthen the congregation's faith maturity, equip them with effective coping strategies in facing various life challenges, and support the recovery and maintenance of mental health. Therefore, it can be concluded that pastoral counseling education and services are crucial strategic resources for the church in its efforts to realize the formation of a congregation that is both spiritually and psychologically healthy.

Keywords: Congregasional, Growth, Mental Health, Pastoral Education, Spiritual.

PENDAHULUAN

Isu Kesehatan Mental di Komunitas iman masalah kesehatan mental semakin mendapatkan perhatian utama dalam lanskap kehidupan kontemporer, dan ini tidak terkecuali di dalam lingkungan komunitas keagamaan. Sejumlah besar anggota jemaat dalam persekutuan gereja kerap kali dihadapkan pada beragam tantangan eksistensial, yang

meliputi disharmoni dalam hubungan keluarga, tekanan finansial, pergolakan identitas diri, tuntutan sosial yang memberatkan, serta perasaan kesendirian atau keterasingan (Novianti, 2023).

Tilikan dari sudut pandang teologis maupun psikologis mengindikasikan bahwa esensi manusia tidak semata-mata mencakup dimensi fisik dan sosial semata, melainkan juga aspek spiritual. Oleh karena itu, kondisi kesehatan mental yang optimal seyogianya mencakup kesejahteraan holistik yang juga meliputi aspek spiritual. Konseling pastoral hadir sebagai respons gereja terhadap kebutuhan tersebut, memadukan wawasan psikologis dan prinsip-prinsip keimanan Kristiani untuk memberikan dukungan kepada jemaat, baik selama periode krisis maupun dalam pengembangan spiritual berkelanjutan (van Beek, 2003).

Meskipun demikian, keberhasilan konseling pastoral sangat dipengaruhi oleh mutu pendidikan para konselor, khususnya dalam hal pembekalan pemahaman teologis, kompetensi konseling, dan kepekaan terhadap situasi spesifik komunitas gereja. Oleh sebab itu, pendidikan konseling pastoral, yang merupakan integrasi antara formasi teologis dan psikologis, memegang peranan vital dalam menjamin bahwa pelayanannya mampu memberikan pengaruh signifikan terhadap perkembangan spiritualitas dan kesejahteraan psikologis anggota jemaat.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metodologi studi kepustakaan (penelitian literatur/tinjauan literatur) yang terstruktur. Tahapan pelaksanaan meliputi: (a) identifikasi sumber-sumber ilmiah yang relevan, mencakup artikel jurnal yang telah melalui proses penelaahan sejawat (peer-review), risalah teologis, dan buku ajar konseling pastoral; (b) pemilihan literatur berdasarkan keterkaitannya dengan topik sentral yang meliputi "konseling pastoral", "spiritualitas Kristiani", dan "kesehatan mental umat"; (c) analisis tematik terhadap temuan-temuan yang terkandung dalam literatur, yang berfokus pada pemahaman konseling pastoral, model pendidikan atau pembentukan konselor, pengaruhnya terhadap dimensi spiritual, serta dimensi psikologis atau kesehatan mental.

Kriteria inklusi mencakup sumber-sumber yang mengulas praktik konseling pastoral di lingkungan gereja, kesejahteraan mental, atau pengembangan spiritualitas; publikasi dalam rentang waktu 10 hingga 20 tahun terakhir; serta ketersediaan teks lengkap secara digital atau melalui informasi bibliografis. Analisis dilakukan secara naratif dengan sintesis terhadap temuan-temuan kunci. Oleh karena itu, artikel ini dikategorikan sebagai kajian konseptual-analitis, bukan sebagai penelitian primer yang bersifat empiris

Hasil Dan Pembahasan

Pendidikan Pastoral Konseling : Dasar Teoretis dan Praktis

Pelatihan konseling pastoral tidak hanya berfokus pada pengembangan kapasitas konseling psikologis, tetapi juga bertujuan untuk membekali konselor dengan dasar teologis dan spiritual yang kokoh. Dalam ranah literatur, karya Aart van Beek yang berjudul Pendampingan Pastoral merupakan sumber referensi krusial: buku ini menguraikan bahwa istilah "pastoral" berasal dari akar kata Latin/Yunani yang merujuk pada "gembala", menyiratkan bahwa peran konselor pastoral adalah "menggembalakan", membimbing, dan merawat komunitas iman (van Beek, 2003).

Lebih lanjut, kerangka konseptual fundamental dari paradigma konseling pastoral yang disajikan dalam karya *Basic Types of Pastoral Care and Counseling* (yang telah dialihbahasakan ke dalam Bahasa Indonesia) menguraikan beragam bentuk intervensi pendampingan. Spektrum ini mencakup, namun tidak terbatas pada, konseling dalam situasi krisis, intervensi konseling berjangka panjang, serta praktik pembinaan spiritual yang dijalankan secara teratur. Paradigma ini secara tegas mengadvokasi pandangan bahwa individu merupakan entitas yang tidak terpisahkan, yang terdiri atas dimensi biologis, psikologis, sosial, dan spiritual. Oleh karena itu, konseling pastoral harus mengadopsi pendekatan yang komprehensif dan menyeluruh dalam pelaksanaannya (Clinebell, 2002).

Tinjauan pustaka terkini juga mengindikasi bahwa penyatuan psikologi modern dengan teologi dalam pendampingan pastoral dapat meningkatkan mutu layanan. Dalam artikel yang berjudul "Kontribusi Psikologi dalam Pelayanan Pastoral Konseling Kristen", dinyatakan bahwa kaidah-kaidah psikologis (seperti apresiasi terhadap luapan perasaan, pola tindakan, serta mekanisme adaptasi) berpotensi mengefektifkan konseling pastoral, yang pada gilirannya menopang proses penyembuhan dan perkembangan spiritual yang harmonis (Heriyanto, 2024).

Oleh karena itu, pendidikan pastoral konseling yang mengintegrasikan dimensi teologis dan psikologis secara sistematis menjadi krusial, yang bertujuan agar konselor tidak hanya berfungsi sebagai "pembimbing spiritual" tetapi juga sebagai "fasilitator psikologis" yang menguasai kerumitan eksistensi jemaat.

Dampak Terhadap Spiritualitas Jemaat

Implikasi krusial dari layanan konseling pastoral yang efektif meliputi tidak hanya pemulihan dari kesulitan, tetapi juga perkembangan spiritual jemaat ke arah pendewasaan iman, kematangan rohani, dan penajaman relasi dengan Tuhan maupun komunitas. Kajian mengenai Konseling Pastoral dalam Membangun Spiritualitas Mahasiswa Kristen di Tengah

Tekanan Akademik, meskipun berfokus pada populasi mahasiswa, mengindikasikan bahwa konseling pastoral memfasilitasi individu dalam menemukan jati diri iman, memperkaya koneksi dengan Tuhan, dan memperkukuh resiliensi spiritual dalam menghadapi tekanan eksternal semisal tekanan akademik (Tojaya et al., 2024).

Dalam artikel "Harmoni spiritualitas dalam pastoral konseling," konsep mengenai pengintegrasian spiritualitas sebagai fondasi konseling pastoral dieksplorasi secara metodis. Penulis berargumen bahwa spiritualitas bukanlah sekadar komponen pelengkap, melainkan esensi mendasar yang meresapi seluruh tahapan konseling. Integrasi spiritualitas dalam kurikulum pendidikan konselor dan praktik konseling pastoral berpotensi memfasilitasi perubahan spiritual pada individu dan kelompok jemaat, melampaui sekadar pemulihan psikologis (Brek, 2024).

Selain itu, dalam lingkungan komunitas gereja, layanan konseling pastoral menyediakan forum bagi para anggota jemaat untuk mengutarakan perjuangan spiritual mereka, menerima arahan rohani, dan mengalami pemulihan di dalam komunitas, sebuah aspek yang sulit ditiru oleh konseling psikologis sekuler. Sebagaimana diuraikan dalam penelitian mengenai Peran Gereja Melalui Konseling Pastoral Terhadap Kesehatan Mental, konseling pastoral menciptakan lingkungan yang aman bagi para jemaat untuk mengekspresikan beban spiritual dan emosional mereka, sekaligus memupuk rasa kebersamaan dalam komunitas keimanan (Sunga et al., 2024).

Oleh sebab itu, program pendidikan bagi konselor pastoral yang memberikan penekanan kuat pada dimensi spiritualitas memiliki peran signifikan dalam memfasilitasi pematangan spiritualitas baik pada tingkat individual maupun komunal. Hal ini akan mentransformasi gereja dari sekadar institusi yang berfokus pada ritualistik menjadi sebuah persekutuan yang menunjukkan kepedulian mendalam dan menyediakan pembinaan komprehensif bagi seluruh anggotanya.

Kontribusi Terhadap Kesehatan Mental Jemaat

Kajian mengenai konseling pastoral juga memasukkan dimensi kesehatan mental. Sebuah studi yang berjudul "Isu Kesehatan Mental dan Peranan Pelayanan Konseling Pastoral Kristen" mengindikasikan bahwa di tengah maraknya persoalan kesehatan mental di Indonesia, yang mencakup stres, depresi, dan kecemasan, pelayanan konseling pastoral Kristen mampu memberikan sumbangsih yang substansial. Hal ini terwujud melalui asistensi kepada individu dalam menginternalisasi konsep diri yang sehat, memfasilitasi proses pengambilan keputusan, merehabilitasi relasi interpersonal, serta menawarkan arena untuk refleksi diri dan penguatan dimensi spiritualitas (Novianti, 2023).

Studi empiris yang berfokus pada populasi remaja juga mengindikasikan bahwa konseling pastoral berkontribusi positif terhadap kesejahteraan mental remaja. Dalam artikel berjudul "Peran Konseling Pastoral Dalam Mendukung Kesehatan Mental Remaja Umur 10-18 Tahun," diuraikan bagaimana konselor berhasil memfasilitasi remaja dalam mengatasi tantangan psikologis melalui integrasi pendekatan spiritual dan psikologis (Lalumba, 2024).

Lebih lanjut, konseling pastoral dapat berfungsi sebagai mekanisme pencegahan dan intervensi pemulihan untuk mengatasi tantangan emosional dan psikologis, khususnya dalam komunitas keagamaan yang mungkin menghadapi keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan mental profesional. Sebuah studi yang diterbitkan dalam "Pastoral Counselling for Mental Health Among Adolescents and Youth Aged 15-23" mengemukakan bahwa melalui sebuah kerangka kerja holistik yang mencakup dimensi fisik, psikologis, sosial, dan spiritual, konseling pastoral berpotensi memfasilitasi pencapaian keseimbangan mental dan spiritual individu (Mumek, 2024).

Oleh karena itu, kualifikasi yang memadai bagi konselor pastoral, yang mencakup kompetensi psikologis dan kepekaan spiritual, memberdayakan gereja untuk bertindak sebagai lembaga pendukung kesejahteraan mental bagi para anggotanya, melampaui sekadar partisipasi dalam ibadah atau pengajaran.

Tantangan Dan Persyaratan Pendidikan Konselor Pastoral

Kendati memiliki potensi yang substansial, efektivitas konseling pastoral tidak dapat dicapai secara inheren tanpa landasan pendidikan dan pelatihan yang komprehensif. Artikel yang berjudul "Harmoni spiritualitas dalam pastoral konseling" mengemukakan bahwa terdapat "kesenjangan yang nyata" dalam berbagai pelayanan gerejawi di Indonesia, di mana dimensi spiritual dan psikologis kerapkali terfragmentasi, atau para konselor tidak diperlengkapi dengan kecakapan konseling yang memadai serta pemahaman psikologis yang mendalam (Brek, 2024).

Lebih lanjut, observasi yang ada di Indonesia menunjukkan dominasi metodologi kualitatif, seperti telaah literatur dan studi kasus. Konsekuensinya, terdapat defisit dalam data kuantitatif yang mengukur dampak jangka panjang dari konseling pastoral terhadap kesejahteraan mental atau aspek spiritual umat. Hal ini menggarisbawahi imperatif untuk penelitian empiris lebih lanjut, yang mencakup, namun tidak terbatas pada, survei longitudinal dan rancangan eksperimental.

Persyaratan tambahan yang krusial bagi seorang konselor pastoral meliputi integritas teologis yang kokoh, kemampuan berempati yang mendalam, kompetensi psikologis yang teruji, serta pemahaman yang komprehensif mengenai konteks jemaat, mencakup aspek

usia, latar belakang budaya, dan kondisi sosial-ekonomi. Buku yang berjudul "Tipe-Tipe Dasar Pendampingan & Konseling Pastoral" mengartikulasikan beragam model pelayanan, termasuk penanganan krisis, pendampingan jangka panjang, konseling kelompok, dan fasilitasi keluarga, yang menggarisbawahi urgensi bagi institusi gereja untuk menyelenggarakan program pembentukan dan supervisi yang berkelanjutan bagi para konselornya (Clinebell, 2002).

Oleh karena itu, agar gereja dapat mengoptimalkan perannya dalam konseling pastoral, perlu dilakukan investasi yang signifikan dalam pengembangan para konselor, mencakup pendidikan teologi formal, pelatihan psikologis, supervisi pastoral, dan perenungan komunal.

Kesimpulan

Pendalaman dalam konseling pastoral memberikan sumbangsih yang berarti bagi perkembangan spiritualitas dan kesejahteraan psikologis umat. Melalui suatu kurikulum yang mengintegrasikan dimensi teologis dan psikologis, di samping praktik konseling yang komprehensif dan relevan dengan latar belakang, para konselor pastoral mampu memberikan dukungan kepada umat yang menghadapi kesulitan psikologis, memfasilitasi proses pemulihan, serta mendorong pendewasaan iman. Implikasi dari hal ini adalah transformasi gereja dari sekadar lembaga seremonial menjadi suatu persekutuan yang memberikan perhatian mendalam terhadap aspek spiritual dan mental para anggotanya.

Akan tetapi, demi memaksimalkan fungsi yang telah disebutkan, dibutuhkan penyelenggaraan pendidikan dan pembinaan bagi para konselor yang memadai, perpaduan antara diskursus teologis dan pemahaman psikologis, serta investigasi empiris berskala lebih besar guna menaksir efek jangka panjang. Rekomendasi yang diajukan adalah sebagai berikut: institusi keagamaan dan lembaga pendidikan teologi perlu merancang silabus konseling pastoral yang menyeluruh; juga melaksanakan evaluasi dan pengawasan yang berkelanjutan terhadap mutu layanan konseling pastoral.

Referensi

Brek, Y. (2024). Harmoni spiritualitas dalam pastoral konseling. *KURIOS: Jurnal Teologi Dan Pendidikan Agama Kristen*, *10*(1), 296–306.

Clinebell, H. (2002). *Basic Types of Pastoral Care and Counseling (edisi terjemahan: Tipe-Tipe Dasar Pendampingan & Konseling Pastoral)*. PT BPK Gunung Mulia.

Heriyanto, Y. Y. (2024). Kontribusi Psikologi dalam Pelayanan Pastoral Konseling Kristen. *Jurnal Review Pendidikan Dan Pengajaran*, *7(4)*.

Lalumba, H. (2024). *Peran Konseling Pastoral Dalam Mendukung Kesehatan Mental Remaja Umur 10-18 Tahun*. *6*(1).

Mumek, I. J. (2024). Pastoral Konseling bagi Kesehatan Mental Terhadap Remaja dan Pemuda pada Umur 15–23 Tahun. *AISTHETIKOS: Jurnal Ilmu Teologi Dan Seni*, *1*(1),

46–61.

Novianti, D. (2023). Isu Kesehatan Mental dan Peranan Pelayanan Konseling Pastoral Kristen. *JURNAL KADESI: Jurnal Teologi Dan Pendidikan Agama Kristen*, *5*(1), 137–162.

Sunga, S. A. T., Fay, M., & Wulang, L. A. (2024). *Peran Gereja Lewat Konseling Pastoral Terhadap Kesehatan Mental*.

Tojaya, D. H., Sukudago, M., & Kendek, J. (2024). Pastoral Konseling dalam Membangun Spiritualitas Mahasiswa Kristen di Tengah Tekanan Akademik. *Jurnal Ilmu Pendidikan Dan Kearifan Lokal*, *4*(5), 652–662.

van Beek, A. (2003). *Pendampingan Pastoral*. BPK Gunung Mulia