



## **Pendampingan Pastoral Konseling Bagi Mahasiswa GMIM Efrata Tandengan Dalam Menghadapi Tantangan Akademik**

Tesalonika Cindy Worang, [worangtesalonika@gmail.com](mailto:worangtesalonika@gmail.com)  
Institut Agama Kristen Negeri Manado

### **Correspondence:**

[yohanbrek@iaknmanado.ac.id](mailto:yohanbrek@iaknmanado.ac.id)

### **Article History:**

Submitted:  
Desember 17, 2024

Reviewed:  
Desember 25, 2024

Accepted:  
Desember 30, 2024

**Keywords:** Pastoral  
Konseling, Mahasiswa,  
Tantangan Akademik.  
Pastoral Counseling,  
Students, Academic  
Challenges.

### **Copyright:**

©2024, Authors.

### **License:**



### **Abstract**

This study aims to explore the role of pastoral counseling in supporting GMIM Efrata Tandengan students in overcoming academic challenges. Through in-depth interviews, observations, and discussions with students and parents, it was found that students face academic pressures such as assignment demands, exams, and high family expectations. Furthermore, emotional challenges such as stress, anxiety, and social situations also affect their well-being. Pastoral counseling has proven effective in helping students manage these pressures through empathetic approaches and spiritual support, providing peace, new perspectives, and character strengthening. These findings highlight the importance of enhancing pastoral counseling programs on campus to support students' academic and emotional balance.

### **Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi peran pendampingan pastoral konseling bagi mahasiswa GMIM Efrata Tandengan dalam menghadapi tantangan akademik. Melalui wawancara mendalam, observasi, dan diskusi dengan mahasiswa serta orang tua, ditemukan bahwa mahasiswa mengalami tekanan akademik berupa tuntutan tugas, ujian, dan harapan keluarga yang tinggi. Selain itu, tantangan emosional seperti stres, kecemasan, dan keadaan sosial turut memengaruhi kesejahteraan mereka. Pendampingan pastoral konseling terbukti efektif dalam membantu mahasiswa mengelola tekanan ini melalui pendekatan empatik dan dukungan rohani, yang memberikan ketenangan, pemahaman baru, serta penguatan karakter. Temuan ini menegaskan pentingnya penguatan program konseling pastoral di kampus untuk mendukung keseimbangan akademik dan emosional mahasiswa.

## A. Pendahuluan

Mahasiswa GMIM Efrata Tandengan yang tergabung dalam jemaat Gereja di Langowan Utara sering menghadapi tantangan akademik yang kompleks. Sebagai individu yang berada pada fase transisi menuju kedewasaan, mereka dihadapkan pada tuntutan pendidikan tinggi yang memerlukan konsentrasi, pengelolaan waktu, serta kemampuan akademik yang optimal. Namun, situasi mereka menjadi lebih berat ketika harus mengemban tanggung jawab sebagai pelayan Tuhan di gereja. Pelayanan gereja, seperti memimpin ibadah, menjadi pengajar sekolah minggu, atau terlibat dalam program kemasyarakatan, sering kali menyita waktu dan energi yang tidak sedikit.

Kondisi ini menciptakan dilema bagi mahasiswa. Di satu sisi, mereka ingin memberikan yang terbaik bagi pelayanan gereja sebagai wujud iman dan tanggung jawab spiritual. Di sisi lain, mereka harus memenuhi ekspektasi akademik yang menuntut dedikasi penuh. Ketegangan ini sering kali menyebabkan mahasiswa merasa kelelahan, stres, bahkan kehilangan motivasi baik dalam akademik maupun pelayanan. Bagi sebagian mahasiswa, pengelolaan waktu menjadi tantangan utama, terlebih ketika jadwal kuliah bertabrakan dengan kegiatan gereja.

Selain itu, ekspektasi tinggi dari keluarga dan masyarakat untuk sukses baik di bidang akademik maupun pelayanan, menambah tekanan yang mereka rasakan. Tantangan ini tidak hanya memengaruhi hasil akademik mereka, tetapi juga emosional dan spiritual. Dalam situasi seperti ini, pendampingan pastoral konseling sangat dibutuhkan untuk membantu mahasiswa menghadapi tekanan dan menemukan keseimbangan antara kehidupan akademik, pelayanan, dan kehidupan pribadi. Untuk lebih jelasnya perlu bagi penulis untuk menyertakan penjelasan yang lebih dalam dari topik penelitian ini.

### 1. Pengertian Mahasiswa

Mahasiswa adalah individu yang berada dalam fase kehidupan penuh dinamika, peralihan dan pencarian identitas. Mereka berada di masa transisi dari remaja menuju kedewasaan, di mana mereka harus belajar mengelola hidup secara mandiri. Mahasiswa dihadapkan pada tantangan akademik yang membutuhkan pemahaman mendalam, serta kehidupan sosial dan emosional yang lebih kompleks. Lingkungan kampus yang baru sering membawa beragam tantangan, baik dalam aspek sosial, budaya maupun intelektual. Selain itu, ekspektasi tinggi dari keluarga dan masyarakat dapat menimbulkan tekanan, kecemasan dan stres. Dalam situasi ini, mahasiswa membutuhkan bimbingan dan pendampingan untuk mendukung proses

akademik, emosional dan spiritual mereka.<sup>1</sup>

Menurut Harun Gafur, mahasiswa sering dianggap sebagai agent of change yang menjadi pelopor bangsa dan cerminan masa depan. Mahasiswa adalah individu istimewa yang diberi kesempatan lebih baik untuk menikmati pendidikan tinggi dibandingkan anak-anak muda seusianya. Dunia kampus menjadi tempat di mana mahasiswa bertanggung jawab secara moral, sosial dan intelektual. Pertama, mereka harus menjaga moral dengan menjalani kehidupan yang bertanggung jawab dan sesuai nilai-nilai masyarakat. Kedua, mahasiswa memiliki peran sosial untuk membawa manfaat tidak hanya bagi diri mereka sendiri, tetapi juga bagi lingkungan sekitar. Ketiga, mereka sebagai insan intelek harus menggunakan pengetahuan untuk menciptakan perubahan positif di masyarakat.<sup>2</sup>

Dalam pandangan Wibowo Tri Sanjaya, mahasiswa adalah makhluk istimewa yang menjadi harapan masyarakat untuk memberikan solusi atas berbagai permasalahan bangsa. Mahasiswa tidak hanya hidup untuk dirinya sendiri, tetapi juga untuk Tuhan, bangsa dan almaternya. Mereka berada di kelas menengah sosial yang mampu mendengarkan dan merasakan persoalan masyarakat bawah, sekaligus menjadi kritikus yang vokal terhadap golongan atas. Sebagai manusia peradaban, mahasiswa diharapkan mampu menjadi kekuatan pendorong perubahan dan memberikan kontribusi bagi kemajuan bangsa.<sup>3</sup> Secara keseluruhan, mahasiswa adalah insan istimewa yang menjalani kehidupan dengan berbagai tantangan, tetapi juga memiliki peran besar dalam membawa perubahan positif bagi masyarakat dan bangsa.

## 2. Pengertian Pastoral Konseling

Pastoral adalah kegiatan pelayanan yang dilakukan oleh seorang pastor untuk mencari dan mengunjungi anggota jemaat secara langsung, terutama mereka yang sedang bergumul dengan berbagai persoalan. Dalam pelayanan ini, pastor menyampaikan firman Tuhan yang relevan dengan kondisi jemaat agar mereka memperoleh penguatan dan mampu mewujudkan iman dalam kehidupan sehari-hari.<sup>4</sup> Konseling di sisi lain memiliki arti membimbing, mendampingi, menuntun dan mengarahkan. Dalam proses konseling, terjadi komunikasi timbal-balik antara konselor dan konseli, di mana konselor berusaha membantu konseli menemukan jalan keluar dari masalah melalui perubahan sikap atau perilaku.<sup>5</sup> Dalam konteks konseling pastoral, hubungan antara konselor dan konseli bersifat mendalam. Konselor

---

<sup>1</sup> Harun Gafur, *Mahasiswa & Dinamika Dunia Kampus* (Bandung: CV. Rasi Terbit, 2015), 6–17.

<sup>2</sup> Harin Gafur, 26.

<sup>3</sup> Wibowo Tri Sanjaya, *Untukmu Mahasiswa* (Guepedia, 2019), 81.

<sup>4</sup> Tulua Tu'u, *Dasar-dasar Konseling Pastoral: Panduan Bagi Pelayanan Konseling Gereja* (Yogyakarta: Andi, 2007), 15.

<sup>5</sup> Tulua Tu'u. 18.

membimbing konseli untuk memahami masalahnya, melihat tujuan hidup dan mencapainya dengan pertolongan dari Tuhan.<sup>6</sup>

Pendampingan pastoral menggabungkan konsep mendampingi dan pelayanan pastoral. Dalam pendampingan ini, terjadi interaksi sejajar antara pendamping dan yang didampingi. Proses ini bertujuan untuk saling menumbuhkan dan menguatkan dalam menghadapi berbagai tantangan hidup.<sup>7</sup> Menurut Johan Brek, konseling pastoral adalah pendekatan yang mengintegrasikan prinsip psikologi dan spiritualitas untuk membantu individu menghadapi berbagai masalah kehidupan. Pendekatan ini tidak hanya fokus pada solusi emosional dan praktis, tetapi juga mengarahkan individu pada pemulihan jiwa melalui dimensi spiritual.<sup>8</sup> Dalam konteks mahasiswa, konseling pastoral membantu mereka memahami tantangan akademik, sosial, dan pribadi dari perspektif spiritual, sehingga dapat mengatasi kecemasan, stres, dan tekanan dengan cara yang bijak dan sehat.

### 3. Tantangan Akademik Mahasiswa

Kehidupan akademik mahasiswa sering kali dihadapkan pada berbagai tantangan yang menguji kemampuan mereka, khususnya dalam mengelola waktu, menangani tekanan, dan memenuhi tuntutan akademik. Salah satu hambatan utama adalah kurangnya keterampilan dalam mengatur waktu secara efektif. Banyak mahasiswa merasa kewalahan dengan beban tugas dan jadwal ujian yang sering datang mendadak, sehingga mereka merasa tidak memiliki cukup waktu untuk menyelesaikan semuanya. Dr. Paulus M. Daulay dalam buku *Konseling Perkembangan: Pendekatan Holistik di Indonesia* menjelaskan bahwa kurang efektifnya pengelolaan waktu dapat menyebabkan stres, kelelahan dan penurunan kualitas hasil akademik.<sup>9</sup> Selain itu, mahasiswa juga menghadapi tantangan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial yang baru. Kehidupan kampus mempertemukan mereka dengan individu dari berbagai latar belakang, sehingga menuntut kemampuan untuk berinteraksi secara efektif dan membangun hubungan yang sehat, baik dengan teman sejawat maupun dosen. Proses adaptasi ini sering kali menjadi tantangan, terutama bagi mahasiswa yang berasal dari daerah atau budaya yang berbeda. Perbedaan budaya, gaya komunikasi dan pola interaksi sosial sering menjadi kendala yang harus diatasi. Dalam hal ini, konseling pastoral sangat penting untuk membantu mahasiswa menyesuaikan diri dengan lingkungan kampus yang baru sekaligus memberikan dukungan dalam membangun keterampilan sosial dan komunikasi yang baik.

---

<sup>6</sup> Tulus Tu'u., 19.

<sup>7</sup> Aart van Beek, *Pendampingan Pastoral* (Jakarta: PT BPK Gunung Mulia), 9.

<sup>8</sup> Johan Brek, 5.

<sup>9</sup> Daulay M. Paulus. *Konseling Perkembangan: Pendekatan Holistik di Indonesia* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2015), 20.

Mahasiswa memiliki resilience akademik, yaitu kemampuan untuk bertahan dan beradaptasi dalam menghadapi tantangan akademik. Resiliensi ini diperkuat oleh berbagai bentuk dukungan, seperti perhatian dari keluarga, bantuan dari teman-teman kuliah dan bimbingan dosen. Selain itu, keyakinan terhadap nilai dan manfaat dari tantangan akademik bagi masa depan juga menjadi faktor penguat yang signifikan. Faktor-faktor ini membantu mahasiswa untuk tetap fokus pada tujuan mereka meskipun menghadapi tekanan.<sup>10</sup>

#### **4. Peran Pendampingan Pastoral Konseling**

Pendampingan pastoral konseling memiliki peran penting dalam membantu mahasiswa mengatasi tantangan akademik dan pribadi. Selain memberikan dukungan emosional, konseling ini membantu mahasiswa menemukan makna lebih dalam dari setiap pengalaman mereka, memperkuat karakter dan memberikan sudut pandang baru tentang kehidupan yang mencakup aspek spiritual dan emosional. Melalui bimbingan ini, mahasiswa dapat mengatasi stres, kecemasan dan ketidakpastian dalam kehidupan akademik dengan pemahaman berbasis iman yang memberi ketenangan batin.<sup>11</sup>

Pendampingan pastoral juga membangun rasa kebersamaan di kalangan mahasiswa, membantu mereka mengatasi rasa kesepian dan terasing, serta menciptakan ikatan sosial yang lebih erat melalui kegiatan seperti doa bersama atau diskusi kelompok. Ini memberikan rasa aman yang mendukung mereka untuk lebih percaya diri dalam menghadapi tantangan kampus. Selain itu, konseling pastoral memiliki enam fungsi utama: membimbing untuk membuat keputusan yang bijaksana, mendamaikan hubungan yang rusak, menopang mereka yang sedang mengalami krisis, menyembuhkan luka batin, mengasuh perkembangan emosional dan rohani, serta mengutuhkan kekuatan batin untuk mengatasi tantangan hidup. Fungsi-fungsi ini menunjukkan betapa pentingnya pendampingan pastoral dalam mendukung individu secara holistik.<sup>12</sup>

#### **5. Dampak Pendampingan Pastoral Konseling**

Dampak dari pendampingan pastoral konseling sangat positif dalam membantu mahasiswa mengelola tantangan yang mereka hadapi selama masa perkuliahan. Mahasiswa yang mengikuti pendampingan pastoral melaporkan bahwa mereka merasa lebih tenang, lebih percaya diri dan lebih mampu mengelola stres mereka. Mereka merasa lebih siap menghadapi

---

<sup>10</sup> Nurlaila Effendi, Dessi Christanti, dkk.,. *Beranjak Dewasa : Tantangan Ataupun Kesempatan Dalam Hidup?* (Zifatama Jawara), 187-188.

<sup>11</sup> Daulay M. Paulus. *Konseling Perkembangan: Pendekatan Holistik di Indonesia* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2015), 35.

<sup>12</sup> Aart Van Beek. *Pendampingan Pastoral* (Jakarta : BPK Gunung Mulia), 13-15.

ujian dan tugas-tugas akademik, karena mereka telah dibekali dengan dukungan emosional yang memadai serta perspektif spiritual yang menenangkan. Selain itu, pendampingan pastoral juga membantu mahasiswa untuk mengembangkan keterampilan sosial yang lebih baik, memperbaiki pengelolaan waktu mereka, serta meningkatkan kualitas kehidupan mereka secara keseluruhan. Dengan memberikan ruang bagi mahasiswa untuk mengeksplorasi tantangan mereka dalam konteks yang lebih luas, konseling pastoral tidak hanya membantu mereka dalam aspek akademik, tetapi juga memperkaya kehidupan mereka secara spiritual.<sup>13</sup>

## B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode fenomenologis. Pendekatan ini dipilih karena bertujuan untuk memahami pengalaman dan makna yang dirasakan oleh mahasiswa di GMIM Efrata Tandengan dalam menghadapi tantangan akademik, serta bagaimana pendampingan pastoral konseling berperan dalam membantu mereka. Penelitian kualitatif memungkinkan peneliti untuk menggali lebih dalam tentang persepsi, emosi dan pandangan mahasiswa mengenai proses pendampingan yang telah mereka terima, sehingga menghasilkan pemahaman yang kaya dan komprehensif.

Metode fenomenologis digunakan untuk mengeksplorasi pengalaman subjektif mahasiswa secara mendalam. Dengan pendekatan ini, peneliti berupaya memahami bagaimana mahasiswa mengartikan peran pendampingan pastoral konseling dalam kehidupan mereka, khususnya dalam konteks akademik. Pendekatan ini juga berfokus pada menggali esensi dari pengalaman yang dirasakan oleh mahasiswa tanpa menambahkan interpretasi dari luar, sehingga data yang dihasilkan benar-benar mencerminkan sudut pandang para partisipan.

Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam dengan mahasiswa dan orang tua. Wawancara ini dirancang untuk menggali pengalaman mereka terkait tantangan akademik yang dihadapi, bentuk pendampingan yang diterima, serta dampak pendampingan tersebut terhadap kondisi akademik, emosional dan spiritual mereka. Selain itu, dilakukan observasi untuk memahami dinamika pendampingan pastoral yang berlangsung di gereja, termasuk metode yang digunakan oleh konselor pastoral. Untuk analisis data, penelitian ini menggunakan teknik analisis tematik. Data yang telah dikumpulkan dari wawancara dan observasi akan diolah untuk mengidentifikasi tema-tema utama yang muncul. Tema-tema ini kemudian dianalisis untuk menggambarkan pola-pola pengalaman mahasiswa serta relevansi pendampingan pastoral konseling dalam mengatasi tantangan akademik mereka.

Dengan pendekatan ini, penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan mendalam

---

<sup>13</sup> Larry Crabb. *Biblical Counseling*, 50.

mengenai pentingnya pendampingan pastoral konseling bagi mahasiswa di GMIM Efrata Tandengan serta menawarkan masukan bagi gereja dalam meningkatkan efektivitas pelayanan mereka. Pendekatan fenomenologis memastikan bahwa hasil penelitian benar-benar mencerminkan pengalaman nyata partisipan dan relevan dengan konteks yang diteliti.

## C. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mendalami pengalaman mahasiswa dalam menghadapi tantangan akademik dan emosional selama masa perkuliahan serta mengevaluasi peran pendampingan pastoral konseling dalam mendukung mentalitas mereka. Pendekatan yang digunakan melibatkan wawancara mendalam dengan mahasiswa, orang tua, serta observasi terhadap proses pendampingan pastoral konseling. Berdasarkan analisis data yang dilakukan, ditemukan sejumlah temuan utama yang merangkum tantangan, peran pendampingan, hingga rekomendasi untuk penguatan dukungan mahasiswa di kampus.

### 1. Tantangan Akademik dan Emosional Mahasiswa

Mahasiswa yang berpartisipasi dalam penelitian ini mengungkapkan bahwa tekanan akademik menjadi salah satu tantangan utama yang mereka hadapi. Tugas-tugas kuliah yang berat, waktu dan jarak kampus, serta ekspektasi tinggi dari keluarga untuk mencapai prestasi akademik menciptakan situasi yang penuh tekanan. Hal ini sering kali memunculkan perasaan cemas, khawatir akan kegagalan, dan bahkan stres berlebihan. Selain itu, mahasiswa yang juga aktif melayani di gereja menghadapi dilema dalam membagi waktu secara efektif antara tanggung jawab pelayanan dan tuntutan akademik.

Kesulitan dalam manajemen waktu menjadi isu yang sering muncul. Mahasiswa merasa kesulitan menyeimbangkan kebutuhan akademik dengan kegiatan pribadi maupun sosial, sehingga sering kali merasa kewalahan. Tantangan ini diperburuk oleh rasa kesepian atau keterasingan, terutama bagi mahasiswa yang berasal dari luar kota atau memiliki latar belakang budaya berbeda dengan lingkungan kampusnya. Perasaan terisolasi ini memengaruhi emosional mereka dan menghambat kemampuan mereka untuk beradaptasi secara optimal dengan kehidupan kampus.

Dari sudut pandang psikologis, tekanan-tekanan ini dapat menciptakan efek domino terhadap motivasi belajar, kualitas hasil akademik, hingga kesehatan mental mahasiswa. Oleh karena itu, mahasiswa memerlukan dukungan yang holistik, baik dari sisi akademik, emosional, maupun spiritual, untuk menghadapi tantangan tersebut.

### 2. Dinamika Hubungan Sosial Mahasiswa di Lingkungan Kampus

Selain tantangan akademik dan emosional, dinamika hubungan sosial mahasiswa di lingkungan kampus menjadi aspek penting yang turut memengaruhi. Mahasiswa yang terlibat

dalam penelitian ini mengungkapkan bahwa interaksi dengan teman sebaya dan komunitas kampus memiliki pengaruh signifikan terhadap adaptasi mereka. Bagi sebagian mahasiswa, keberadaan kelompok belajar, organisasi kemahasiswaan, atau komunitas keagamaan menjadi sumber dukungan yang membantu mereka menghadapi tekanan akademik.

Namun, ada pula mahasiswa yang mengalami kesulitan menjalin hubungan sosial. Faktor seperti perbedaan latar belakang budaya, kemampuan komunikasi, dan pengalaman sebelumnya dalam berinteraksi sosial menjadi hambatan. Mereka yang mengalami isolasi sosial cenderung lebih rentan terhadap stres, kesepian, dan kecemasan. Beberapa mahasiswa juga melaporkan adanya pengalaman negatif, seperti konflik dengan teman atau rasa tidak diterima dalam kelompok tertentu, yang memperburuk kondisi emosional mereka.

Pendampingan pastoral konseling memiliki potensi untuk menjembatani kesenjangan ini. Dengan menciptakan ruang diskusi yang inklusif dan mendorong pembentukan kelompok pendukung, konseling pastoral dapat membantu mahasiswa mengembangkan keterampilan sosial yang lebih baik. Selain itu, pendekatan berbasis iman dapat menjadi sarana untuk mempererat hubungan antar mahasiswa dengan membangun nilai-nilai kebersamaan, empati, dan kasih.

### **3. Peran Pendampingan Pastoral Konseling dalam Mengelola Stres Akademik dan Emosional**

Pendampingan pastoral konseling memberikan dampak yang signifikan dalam membantu mahasiswa mengatasi tantangan akademik dan emosional yang mereka hadapi. Proses konseling ini menyediakan ruang yang aman bagi mahasiswa untuk berbagi kekhawatiran, mulai dari kesulitan dalam tugas-tugas akademik hingga masalah personal yang mereka alami. Melalui pendekatan yang empatik dan berbasis iman, pendampingan ini membantu mahasiswa merasa didengar dan dipahami.

Pendampingan pastoral konseling juga memungkinkan mahasiswa untuk melihat tantangan mereka dari sudut pandang yang lebih luas. Dalam konseling ini, mahasiswa diajak untuk memahami bahwa mereka tidak sendirian dalam menghadapi tekanan tersebut dan bahwa mereka dapat menemukan penguatan melalui hubungan yang lebih mendalam dengan Tuhan. Dukungan spiritual yang diberikan melalui konseling pastoral ini tidak hanya membantu mahasiswa mengelola stres, tetapi juga memperkuat rasa percaya diri mereka untuk menghadapi situasi yang sulit. Selain itu, pendampingan pastoral sering kali melibatkan aktivitas kelompok seperti doa bersama atau diskusi rohani. Aktivitas ini tidak hanya memberikan ketenangan batin, tetapi juga membantu membangun rasa kebersamaan di antara mahasiswa, mengurangi rasa kesepian, dan menciptakan lingkungan yang mendukung.

#### **4. Peran Orang Tua dalam Mendukung Kesejahteraan Mahasiswa**

Orang tua memainkan peran penting dalam mendukung kesejahteraan mahasiswa selama masa perkuliahan. Berdasarkan wawancara yang dilakukan, ditemukan bahwa orang tua memiliki kekhawatiran yang besar terhadap tekanan yang dihadapi anak-anak mereka, khususnya dalam aspek akademik dan sosial. Mereka menyadari bahwa jarak fisik membuat mereka tidak bisa secara langsung membantu mahasiswa dalam menghadapi kesulitan, namun mereka berusaha memberikan dukungan moral dan emosional melalui komunikasi intensif.

Dalam proses pendampingan, orang tua juga menyampaikan pentingnya menjaga keseimbangan antara akademik dan kesehatan mental. Mereka memberikan nasihat serta ruang bagi anak-anak mereka untuk berbagi perasaan dan kekhawatiran. Peran ini memperkuat ketahanan mental mahasiswa, membantu mereka merasa bahwa ada pihak yang mendukung dan memahami perjuangan mereka.

#### **5. Rekomendasi untuk Penguatan Pendampingan Pastoral Konseling di Kampus**

Berdasarkan temuan penelitian, ada beberapa rekomendasi yang dapat diterapkan untuk memperkuat pendampingan pastoral konseling di lingkungan kampus. Pertama, penting untuk menyediakan sesi konseling pastoral yang lebih terstruktur dan mudah diakses oleh mahasiswa. Konseling ini sebaiknya terintegrasi dengan agenda akademik dan sosial kampus untuk memastikan bahwa mahasiswa dapat menjangkaukannya tanpa mengorbankan kegiatan lain.

Kedua, disarankan agar pendampingan pastoral konseling melibatkan kolaborasi yang lebih erat antara pihak kampus, gereja, dan keluarga mahasiswa. Pendekatan ini akan menciptakan ekosistem dukungan yang lebih holistik, di mana mahasiswa mendapatkan bimbingan tidak hanya dalam aspek akademik, tetapi juga dalam aspek spiritual dan emosional. Ketiga, perlu ada upaya untuk memberikan edukasi kepada orang tua mengenai pentingnya peran mereka dalam mendukung kesehatan mental dan emosional anak-anak mereka selama masa perkuliahan.

### **D. Kesimpulan**

Pendampingan pastoral konseling terbukti memiliki dampak yang signifikan dalam membantu mahasiswa mengelola tekanan yang mereka alami selama masa perkuliahan. Pastoral konseling memberikan dukungan emosional dan spiritual yang esensial bagi mahasiswa. Pendampingan ini tidak hanya membantu mahasiswa menghadapi tekanan akademik, tetapi juga memperkaya kehidupan mereka dengan pemahaman yang lebih dalam tentang tujuan hidup. Melalui pastoral konseling, mahasiswa menjadi lebih siap menghadapi tantangan, baik yang bersifat akademik, sosial, maupun pribadi. Pendampingan ini juga membantu mahasiswa menemukan kedamaian batin, memperkuat karakter, dan membangun keseimbangan hidup

yang berkelanjutan. Dukungan dari keluarga sebagai pilar utama dalam kehidupan mahasiswa turut memperkuat efektivitas dari pendampingan pastoral ini. Dengan demikian, pendampingan pastoral konseling menjadi kebutuhan yang mendesak dan relevan untuk mendukung kesejahteraan mahasiswa secara holistik di tengah tantangan kehidupan kampus yang semakin kompleks.

## Referensi

- Beek, Aart van. *Pendampingan Pastoral*, Jakarta: PT BPK Gunung Mulia.
- Effendi, Nurlaila., Dessi Christanti, dkk.,. *Beranjak Dewasa : Tantangan Ataupun Kesempatan Dalam Hidup?* Zifatama Jawa.
- Gafur, Harun. *Mahasiswa & Dinamika Dunia Kampus*, Bandung: CV. Rasi Terbit, 2015.
- Larry Crabb. *Biblical Counseing*, 50.
- Paulus, Daulay M. *Konseling Perkembangan: Pendekatan Holisyik di Indonesia*, Jakarta: BPK Gunungb Mulia, 2015.
- Sanjaya, Wibowo Tri. *Untukmu Mahasiswa*, Guepedia, 2019.
- Tu'u, Tulua. *Dasar-dasar Konseling Pastoral: Panduan Bagi Pelayanan Konseling Gereja*, Yogyakarta: Andi, 2007.