

REMAJA DI TENGAH KELUARGA YANG RETAK: KONSELING PASTORAL SEBAGAI RUANG AMAN BAGI SUARA YANG TAK TERDENGAR

Dea Yumbe, Evelin Pansariang, Fernanda Palit, Jenifer Paulus

Insititut Agama Kristen Negeri Manado

deayumbe02@gmail.com

Abstract

Adolescence is a critical period for identity and self-worth formation. However, teenagers from broken families often experience deep emotional wounds that go unnoticed. This article explores the vital role of pastoral counseling as a safe space for adolescents living amid emotional and spiritual family conflict. Through an empathetic approach and genuine presence, pastoral counseling becomes a channel of God's healing love. Christian schools and churches are called to work together in creating a supportive environment that facilitates the inner healing of youth. By embracing pastoral counseling as a ministry of listening and acceptance, the often-ignored voices of teenagers can finally be heard, healed, and restored.

Keywords: *adolescents, pastoral counseling, safe space.*

Abstrak

Masa remaja adalah periode krusial dalam pembentukan identitas diri dan harga diri. Namun, remaja dari keluarga yang retak sering kali mengalami luka emosional yang dalam dan tidak terlihat oleh lingkungan sekitar. Artikel ini mengangkat peran penting konseling pastoral sebagai ruang aman bagi remaja yang hidup dalam ketegangan keluarga, baik secara emosional maupun spiritual. Melalui pendekatan empatik dan kehadiran yang utuh, konseling pastoral mampu menjadi sarana kasih Allah yang memulihkan. Sekolah Kristen dan gereja diharapkan mampu bersinergi dalam membangun ekosistem pelayanan yang mendukung proses penyembuhan batin remaja. Dengan menjadikan konseling pastoral sebagai pelayanan kasih yang mendengar dan menerima, suara-suara remaja yang selama ini terabaikan dapat diberi ruang untuk disembuhkan dan dipulihkan.

Kata Kunci: Remaja, konseling pastoral, ruang aman.

PENDAHULUAN

Dalam perjalanan perkembangan manusia, remaja merupakan masa transisi yang paling rentan terhadap krisis psikologis dan spiritual. Remaja berada pada titik tengah antara masa kanak-kanak dan dewasa, di mana mereka mulai membentuk identitas diri, mengevaluasi nilai-nilai yang mereka terima dari keluarga dan

lingkungan, serta menghadapi tekanan dari berbagai arah: pendidikan, pertemanan, dan terutama keluarga.¹

Namun, bagaimana jika keluarga yang seharusnya menjadi tempat pertama bagi kenyamanan, kehangatan, dan rasa aman justru menjadi sumber luka paling dalam? Banyak siswa di sekolah, terutama di lingkungan Kristen, mengalami kehidupan keluarga yang retak: orang tua yang terus bertengkar, ketidakhadiran ayah atau ibu secara emosional, perceraian yang menyisakan kebingungan, atau relasi keluarga yang dingin dan penuh tekanan. Remaja-remaja ini sering kali membawa luka ke sekolah tanpa ada orang yang benar-benar memperhatikan.

Kondisi inilah yang menjadi titik tolak penting bagi pelayanan konseling pastoral. Di tengah krisis yang dialami remaja, konseling pastoral dipanggil bukan hanya sebagai bentuk pertolongan rohani, tetapi sebagai “ruang aman” ruang yang memungkinkan remaja berbicara, menangis, menceritakan, dan dipulihkan. Suara mereka yang selama ini terabaikan atau bahkan dipaksa diam, perlu diberikan tempat. Sebab, suara yang tak terdengar itu bisa menjadi awal dari luka yang tidak sembuh seumur hidup, atau bahkan bisa berujung pada tindakan-tindakan destruktif.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kualitatif deskriptif karena bertujuan untuk memahami dan menggambarkan secara mendalam pengalaman remaja yang hidup dalam keluarga yang retak, serta bagaimana mereka merespons pelayanan konseling pastoral di lingkungan sekolah atau gereja. Jenis penelitian ini tidak berfokus pada angka atau statistik, melainkan pada makna, pengalaman emosional, dan dinamika spiritual dari para responden. Pendekatan ini sangat cocok karena topik menyangkut aspek-aspek eksistensial seperti rasa kehilangan, keterasingan, luka batin, dan proses pemulihan yang sangat personal serta kontekstual. Penelitian kualitatif juga memungkinkan peneliti untuk menggali peran konselor pastoral

¹ Sugiarti Siregar, *“Psikologi Perkembangan Remaja: Teori dan Aplikasi dalam Pendidikan”*. (Jakarta: Prenadamedia Group, 2018), h. 45.

sebagai pendamping spiritual yang tidak hanya memberi solusi praktis, tetapi juga membawa siswa masuk dalam pemahaman akan kasih Allah yang menyembuhkan.²

Selain itu, penelitian ini juga mengadopsi pendekatan teologis-pastoral, yaitu pendekatan yang mengaitkan pengalaman manusia dengan refleksi iman berdasarkan prinsip-prinsip Alkitab dan spiritualitas Kristen. Tujuannya adalah untuk menemukan pemaknaan rohani dari pengalaman remaja dan menilai relevansi serta efektivitas konseling pastoral dalam merespons pergumulan batin mereka.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Keluarga yang Retak: Bukan Sekadar Perceraian

Ketika mendengar istilah “keluarga yang retak”, banyak orang langsung membayangkan perceraian hukum. Namun kenyataannya, retaknya keluarga tidak selalu tampak secara legal. Ada banyak keluarga yang secara struktural masih utuh ayah dan ibu tinggal dalam satu rumah, makan bersama, bahkan pergi ke gereja bersama namun secara emosional dan spiritual sangat terpecah. Retaknya komunikasi, tidak adanya kehangatan, peran ayah yang terlalu dominan atau terlalu pasif, ibu yang dingin atau terlalu sibuk, semua ini menciptakan jurang dalam hubungan antar anggota keluarga.³

Bagi remaja yang sedang mencari jati diri dan belajar membentuk harga dirinya, kondisi ini sangat mempengaruhi. Mereka bisa saja tidak menunjukkan gejala secara akademik, tetapi secara batin mengalami kehancuran perlahan. Banyak remaja merasa bahwa mereka adalah penyebab dari kerusakan keluarga, atau sebaliknya merasa tidak dianggap penting. Mereka mulai membentuk persepsi negatif terhadap diri sendiri: “Saya tidak dicintai,” “Saya tidak berharga,” atau “Saya cuma beban di rumah.”

Kondisi ini mendorong mereka untuk mencari pelarian baik secara pasif maupun aktif. Ada yang melarikan diri dalam dunia digital, kecanduan gawai, pornografi, atau game online. Ada yang terlibat dalam relasi tidak sehat, mencari

² Moleong, Lexy J. (2019). *Metodologi Penelitian Kualitatif* (Edisi Revisi). Bandung: Remaja Rosdakarya. Hal. 6-7

³ Debora Anastasya Purba, “Peran Sekolah Kristen dalam Penguatan Karakter Siswa dari Keluarga Bermasalah”. *Jurnal Teologi dan Pendidikan Kristen Indonesia: Vol. 8, No. 1, 2021*, h. 89.

kasih sayang di luar rumah, bahkan dalam pergaulan bebas. Beberapa mulai menyakiti diri sendiri (self-harm), menunjukkan tanda-tanda depresi, hingga kehilangan minat hidup. Sayangnya, suara-suara ini sering kali tak terdengar baik oleh guru, konselor, bahkan oleh gereja.

2. Konseling Pastoral sebagai Tindakan Kasih yang Memulihkan

Di tengah krisis tersebut, konseling pastoral hadir sebagai bentuk pelayanan kasih yang berakar pada karya pemulihan Allah. Konseling pastoral bukan sekadar menasihati dengan ayat-ayat Alkitab, atau mendorong siswa untuk berdoa lebih rajin. Konseling pastoral adalah suatu proses mendampingi dengan empati, memberi tempat yang aman, dan menghadirkan kasih Allah melalui relasi yang penuh penerimaan dan kehadiran sejati.⁴

Ruang aman dalam konseling pastoral tidak dimulai dari metode, tetapi dari sikap hati konselor yang memahami bahwa setiap siswa adalah pribadi yang dikasihi Allah. Konseling bukan dilakukan untuk “memperbaiki” siswa secepat mungkin, tetapi untuk menemani perjalanan penyembuhan batin yang bisa berlangsung panjang.⁵

Dalam ruang aman itu, remaja diberi kesempatan untuk:

- a) Mengungkapkan perasaannya tanpa rasa takut akan dihakimi.
- b) Menemukan kembali makna dirinya, bahwa ia berharga di mata Allah, bukan berdasarkan keadaan keluarganya.
- c) Menangis dan marah dengan aman, karena emosi bukan hal berdosa, tetapi bagian dari pergumulan manusia yang sah. Dikuatkan secara spiritual dan emosional, melalui doa, pemahaman akan kasih Allah, dan kesadaran bahwa ia tidak sendirian.

Seorang konselor pastoral tidak dituntut menjadi ahli terapi profesional, tetapi ia perlu hadir secara utuh. Kehadirannya menjadi wujud nyata dari Allah yang tidak meninggalkan anak-anak-Nya. Dalam pelayanan itu, siswa bisa

⁴ Totok S. Wiryasaputra, *“Konseling Pastoral Di Era Milenia”*. (Yogyakarta: Seven Book, 2019).

⁵ Yuliana Manalu, *“Konseling Pastoral: Teologi Kasih dan Penyembuhan”*. (Yogyakarta: Andi, 2019), hh. 90-93.

perlahan-lahan menemukan suara dan keberanian untuk menghadapi hidup meski keluarganya tidak berubah.⁶

3. Yesus dan Anak-Anak yang Tak Didengar

Keteladanan paling tinggi dari pelayanan konseling pastoral adalah Yesus Kristus sendiri. Dalam seluruh kisah Injil, Yesus tidak hanya mengajar, tetapi juga mendengar, menyentuh, dan hadir bagi mereka yang disingkirkan. Ia menjadikan anak-anak sebagai contoh iman (Markus 10:14-16), Ia menyembuhkan orang-orang yang dianggap “tidak penting,” Ia menangis bersama orang yang berduka (Yohanes 11:35), dan Ia bersedia hadir dalam luka manusia.⁷

Yesus hadir bukan di istana atau rumah mewah, tetapi di palungan, dan akhirnya di kayu salib tanda bahwa Ia memahami penderitaan manusia sampai titik terdalam. Konseling pastoral meneladani misi ini: hadir di tengah luka, bukan untuk langsung memperbaikinya, tetapi untuk menyatakan kasih Allah yang setia dan tidak berubah, bahkan ketika keluarga manusia runtuh.

Dalam konteks ini, siswa yang mengalami keluarga yang retak bukan hanya objek dari pelayanan, tetapi jiwa-jiwa berharga yang sedang dicari oleh Allah sendiri. Konselor pastoral hanyalah perpanjangan tangan kasih Allah, menjadi “telinga Allah yang mendengar” dan “bahu Allah yang menopang.”⁸

4. Tantangan dan Tanggung Jawab Sekolah Kristen

Sekolah Kristen memiliki tanggung jawab bukan hanya mendidik secara kognitif, tetapi membentuk karakter dan iman siswa dalam konteks realitas hidup mereka. Sayangnya, banyak sekolah Kristen belum memaksimalkan peran konseling pastoral secara utuh. Pelayanan bimbingan seringkali lebih administratif atau disipliner, tanpa pendekatan spiritual dan emosional yang mendalam.

Karena itu, dibutuhkan sinergi antara guru, konselor, dan pelayan gereja untuk membangun ekosistem sekolah yang benar-benar menjadi ruang aman. Konselor pastoral perlu mendapatkan pelatihan yang memadai, bukan hanya dari

⁶ Priska Manullang, “Peran Gembala Sidang dalam Konseling Remaja”. *Jurnal Euangelion: Vol. 5, No. 2*, 2022, hh. 20-40.

⁷ Ezra Manurung, *Spiritualitas Kristus dan Kepedulian Pastoral dalam Pelayanan Masa Kini* (Bandung: Kalam Hidup, 2020), h. 104.

⁸ Samuel Y. Rante, “Menjadi Alat Kasih Allah dalam Dunia yang Terluka,” *Jurnal Teologi Pastoral Indonesia: Vol. 3, No. 1*, 2022, h. 55.

sisi teologi, tetapi juga pemahaman psikologi perkembangan remaja. Guru dan staf sekolah perlu diberi kesadaran bahwa di balik siswa yang tenang atau aktif sekalipun, bisa tersembunyi luka besar yang tak terlihat.

Gereja juga perlu bekerja sama dengan sekolah dalam hal pelayanan pastoral. Remaja yang mengalami keluarga retak perlu dilibatkan dalam komunitas yang membangun, diberi ruang untuk melayani, dan terus diperdengarkan kabar baik bahwa mereka dikasihi, dihargai, dan tidak sendirian.⁹

KESIMPULAN

Remaja dari keluarga yang retak adalah suara-suara yang sering terabaikan, tidak terdengar, atau disalah pahami. Mereka tidak butuh ceramah, mereka butuh kehadiran. Mereka tidak selalu mencari solusi, mereka mencari penerimaan. Dalam dunia yang terus bergerak cepat, konseling pastoral menjadi salah satu bentuk kehadiran Allah yang tetap, lembut, dan penuh kasih.

Pelayanan ini bukanlah proyek jangka pendek, melainkan panggilan seumur hidup untuk menjadi telinga yang mendengar, hati yang mengerti, dan tangan yang menopang. Jika gereja dan sekolah sungguh-sungguh menghidupi semangat ini, maka suara-suara yang selama ini tak terdengar akan menemukan tempatnya kembali dan dari situ, pemulihan akan mulai terjadi.

REFERENSI

- Beek, A. V. "Pendampingan Pastoral". Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2003.
- Manalu, Y. "*Konseling Pastoral: Teologi Kasih dan Penyembuhan*". Yogyakarta: Andi, 2019.
- Manullang, P. "Peran Gembala Sidang dalam Konseling Remaja". *Jurnal Euangelion: Vol. 5, No. 2, 2022*, hh. 20-40.
- Manurung, E. *Spiritualitas Kristus dan Kepedulian Pastoral dalam Pelayanan Masa Kini*. Bandung: Kalam Hidup, 2020.

⁹ Aart Van Beek, "*Pendampingan Pastoral*". (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2003).

- Purba, D. A. "Peran Sekolah Kristen dalam Penguatan Karakter Siswa dari Keluarga Bermasalah". *Jurnal Teologi dan Pendidikan Kristen Indonesia: Vol. 8, No. 1, 2021*, h. 89.
- Rante, S. Y. "Menjadi Alat Kasih Allah dalam Dunia yang Terluka," *Jurnal Teologi Pastoral Indonesia: Vol. 3, No. 1, 2022*, h. 55.
- Siregar, S. "*Psikologi Perkembangan Remaja: Teori dan Aplikasi dalam Pendidikan*". Jakarta: Prenadamedia Group, 2018.
- Wiryasaputra, T. S. "Konseling Pastoral Di Era Milenial". Yogyakarta: Seven Book, 2019.