MATHÉSI
Jurnal Pendidikan dan Bimbingan Konseling
e-ISSN 3063-3508

https://journal.gknpublisher.net/index.php/mathesi	Diterima	10 Juni 2026
Volume 2 No.2 Juni 2026 h.40-50	Disetujui	30 Juni 2026

BERTUKAR KURSI, BERTUKAR HATI: TRANSFORMASI PELAYANAN PASTORAL MELALUI TEKNIK ROLE REVERSAL

Matheos Arfan Kanalung[1]
Insititut Agama Kristen Negeri Manado
matheoskanalung98@.com

Abstract

Communication breakdown in pastoral counseling is often caused by the client's self-defense mechanisms and rigid egocentrism, where individuals become trapped in a victim mindset and fail to perceive the humanity of others. This study aims to explore the effectiveness of Jacob L. Moreno's Role Reversal technique as an instrument for spiritual and emotional transformation in pastoral care. Utilizing a qualitative-descriptive approach with a theological literature review, the findings indicate that this technique is not merely a role-play but a means of kenosis (self-empty) that emulates Christ's incarnational model. Cognitively, the technique breaks biases and prejudices; emotionally, it evokes compassion through affective resonance; and spiritually, it facilitates forgiveness by re-humanizing others as Imago Dei. In conclusion, "exchanging chairs" enables a profound metanoia (renewal of the mind), transforming relational conflicts into a space of transformative reconciliation under the guidance of the Holy Spirit.

Keywords: Role Reversal, Pastoral Counseling, Incarnation, Metanoia, Reconciliation

Abstrak

Kebuntuan komunikasi dalam konseling pastoral sering kali disebabkan oleh mekanisme pertahanan diri konseli dan egosentrisme yang kaku, di mana individu terjebak dalam posisi sebagai korban dan gagal melihat kemanusiaan pihak lain. Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi efektivitas teknik Role Reversal (pertukaran peran) dari Jacob L. Moreno sebagai instrumen transformasi spiritual dan emosional dalam pelayanan pastoral. Menggunakan pendekatan kualitatif-deskriptif dengan tinjauan literatur teologis, hasil penelitian menunjukkan bahwa teknik ini bukan sekadar permainan peran, melainkan sarana kenosis (pengosongan diri) yang meneladani model inkarnasi Kristus. Secara kognitif, teknik ini mematahkan bias dan prasangka; secara emosional, ia membangkitkan belas kasih (compassion) melalui resonansi afektif; dan secara spiritual, ia memfasilitasi pengampunan dengan memanusiakan kembali sesama sebagai Imago Dei. Kesimpulannya, "bertukar kursi" memungkinkan terjadinya metanoia (pembaruan budi) yang mendalam, mengubah konflik relasional menjadi ruang rekonsiliasi yang transformatif di bawah bimbingan Roh Kudus.

Kata kunci : *Role Reversal, Konseling Pastoral, Inkarnasi, Metanoia, Rekonsiliasi.*

PENDAHULUAN

Pendidikan bagi kita merupaka hal yang penting dan merupakan jalan yang paling efektif untuk pengembangan manusia baik laki-laki maupun perempuan, melalui pendidikan peserta didik akan diarahkan dan dibina untuk menjadi orang yang memiliki karakter yang berkualitas. Guru dan bimbingan konseling juga berpengaruh untuk mengembangkan pendidikan dan karakteristik siswa, guru dan bimbingan konseling juga memiliki tanggung jawab untuk memberikan bantuan kepada mereka terutama dalam hal kepercayaan diri mereka dalam mengembangkan potensi serta minat dan bakat.

Menurut Hurlok (1995), minat seseorang terhadap sesuatu akan dapat lebih jelas dilihat apabila yang bersangkutan mempunyai kesenangan terhadap objek tersebut. Dengan pendapat tersebut minat adalah suatu perangkat mental yang terdiri dari suatu campuran dari perasaan, harapan yang mengarahkan individu pada suatu pilihan tertentu. Menurut Prayitno, bakat adalah milik istimewa seseorang, dikatakan istimewa karena tidak semua orang memiliki bakat seperti yang dimilikinya karena hal itu merupakan hadiah atau anugerah yang diberikan oleh Tuhan kepada setiap manusia.

Oleh karena itu dengan memahami minat dan bakat akan membantu siswa dalam menentukan kesenangannya dan menentukan cita-citanya di masa depan. Namun, kenyataanya disekolah masih banyak siswa yang belum memahami atau mengetahui bakat dan minat yang mereka miliki karena sering merasa malu karena akan dilihat oleh lawan jenis atau tidak memiliki kepercayaan diri. Guru dan Konseling sangat diharapkan untuk membantu mereka dalam pengembangan minat dan bakat yang mereka miliki dan itu merupakan tanggung jawab guru serta konseling untuk membantu siswa agar dapat mengembangkan minat dan bakat yang mereka miliki secara optimal untuk menunjang masa depan yang baik (Pusat Kurikulum Badan Penelitian dan Pengembangan Pendidikan Nasional, 2007).

Kegiatan pengembangan diri juga merupakan kegiatan pendidikan diluar mata pelajaran sebagai bagian internal, kegiatan pengembangan diri merupakan upaya untuk pembentukan watak dan kepribadian peserta didik yang dilakukan melalui kegiatan pelayanan konseling berkenaan dengan masalah pribadi dan kehidupan sosial. Pelayanan konseling menekankan peningkatan kecakapan hidup sesuai dengan kebutuhan khusus peserta didik. Dalam pengembangan diri di sekolah dapat dicapai melalui kegiatan *ekstarkurikuler* dan bimbingan konseling. *Ekstrakurikuler* menjadi penunjang untuk mengimplementasikan minat dan bakat siswa, sedangkan bimbingan dan konseling

merupakan cara untuk mengatasi permasalahan yang ada pada peserta didik. Selain dari *ekstrakurikular*, pengembangan diri siwa disekolah juga dapat dilakukan melalui kegiatan bimbingan dan konseling. Bimbingan dan konseling ini bertujuan untuk memberikan dukungan dalam perkembangan peserta didik secara optimal, mandiri dan bahagia.

Perasaan Tidak Dipahami (The Feeling of Being Misunderstood) menjadikan banyak konseli datang ke ruang konseling dengan luka karena merasa diabaikan atau disalahpahami oleh lingkungannya. Dalam situasi di mana seseorang merasa bahwa "tidak ada yang benar-benar mengerti beban saya," mekanisme pertahanan diri yang kuat mungkin dibangun. Dalam situasi seperti ini, konseli sering menolak ide atau perspektif baru. Ini karena mereka percaya bahwa setiap masukan dari luar dianggap sebagai penghakiman daripada dukungan. Konseli merasa terisolasi dalam penderitaan sendiri karena jarak emosional yang luas yang disebabkan oleh perasaan yang tidak dipahami ini. Ketakutan Egosentrisme dan "Kebenaran Tunggal" yang disembunyikan Egosentrisme, di mana konseli benar-benar terjebak dalam ceritanya sendiri, adalah fenomena lain yang sering muncul. Konseli cenderung melihat masalah hanya dari sudut pandang "aku" sebagai korban, dan menganggap orang lain sebagai pelaku atau penyebab penderitaan (Wiryasaputra, 2003). Karena keegoisan mereka, konseli tidak lagi dapat melihat kompleksitas kemanusiaan orang lain. Orang lain dilihat hanya sebagai objek kemarahan atau kekecewaan, kehilangan kemanusiaannya. Kebuntuan ini menciptakan masalah yang serius : karena konseli merasa tidak dipahami, ia terus memperkuat benteng egosentrisnya, yang pada gilirannya menjauhkannya dari solusi atau rekonsiliasi. Konseling pastoral hanya akan menghasilkan sesi keluh kesah berulang tanpa transformasi karakter atau pemulihan relasi jika tidak ada intervensi yang dapat "memaksa" konseli keluar dari kerangka subjektivitasnya (Clinebell, 1984). Dalam situasi seperti ini, teknik role reversal menjadi sangat penting untuk memecahkan masalah tersebut dengan menggunakan pengalaman langsung berada di "kursi" orang lain.

Jacob L. Moreno adalah pencipta pertama teknik psikodrama yang dikenal sebagai Role Reversal, atau pertukaran peran. Secara teknis, metode ini mengharuskan konseli untuk bertukar posisi fisik dan psikologis dengan orang lain (signifikan) dalam hidupnya untuk memperoleh perspektif yang berbeda tentang situasi (Moreno, 1946). Dinamika ini menghentikan konseli untuk berbicara tentang orang lain; sebaliknya, mereka

berbicara sebagai diri mereka sendiri, dengan tujuan untuk membetulkan persepsi yang salah dan meningkatkan pemahaman emosional mereka. Rol reversal ini digunakan dalam pelayanan pastoral untuk mendorong kasih dan empati yang nyata. Teknik digunakan oleh pelayanan pastoral sebagai cara untuk mendorong konseli untuk menunjukkan rasa rendah hati dan memahami kerapuhan sesama (Helsel, 2015). Dibantu oleh konselor, konseli berpindah tempat duduk dan mulai merasakan beban hidup orang lain di hadapan Tuhan dengan melepaskan haknya sebagai korban sementara. Rol reversal menawarkan perspektif baru pada proses rekonsiliasi ketika diterapkan dalam konseling gerejawi. Role reversal membawa konseling ke pengalaman afektif yang mendalam di mana mereka menyadari kehadiran "wajah orang lain" sebagai sesama makhluk yang juga membutuhkan anugerah. Ini berbeda dengan cara konseling tradisional yang sering terbatas pada percakapan verbal teoretis (Wiryasaputra, 2003). Dengan cara ini, "bertukar kursi" memungkinkan Roh Kudus untuk memperbarui hati dan memperbaiki hubungan yang rusak.

Dalam konteks pastoral, role reversal bukanlah sebuah sandiwara atau permainan peran (role play) biasa, melainkan sebuah sarana sakramental yang memfasilitasi transformasi spiritual dan emosional yang mendalam. Menurut Blatner, sedangkan permainan peran konvensional seringkali hanya berfokus pada meningkatkan kemampuan komunikasi, role reversal menuntut bahwa konseli secara keseluruhan terlibat; mereka harus menanggalkan ego mereka dan "meminjamkan" tubuh mereka dan suaranya untuk memahami jiwa orang lain. Secara emosional, Teknik ini membantu Anda menjadi lebih tenang dan lebih sadar. Konseli dapat merasakan beban, ketakutan, dan kerapuhan pihak lawan, yang selama ini tertutup oleh kemarahan, karena pergeseran neuro-emosional yang terjadi saat mereka mengubah posisi fisik. Dalam proses ini, dinding pertahanan diri runtuh, kebencian berubah menjadi rasa iba, dan penghakiman digantikan dengan pemahaman yang dipulihkan (Dayton, 2014). Secara spiritual, mengubah peran adalah melakukan kebaikan hati (kenosis). Konseli sebenarnya sedang mempraktikkan penyangkalan diri dengan bersedia melepaskan sudut pandangnya sendiri untuk memberikan ruang bagi Roh Kudus untuk bekerja. Tuhan sering memberi konseli perspektif baru untuk melihat sesamanya sebagai orang yang juga dikasihi Allah. Perubahan hati terjadi melalui pertemuan ilahi, bukan karena nasihat yang dipaksakan (Helsel, 2015).

METODE PENELITIAN

Penelitian Penelitian ini menggunakan metode kualitatif deskriptif. Pendekatan ini dipilih untuk mengeksplorasi fenomena kebuntuan komunikasi dan menganalisis bagaimana teknik Role Reversal bekerja sebagai sarana transformasi. Penelitian ini bersifat integratif, yaitu menghubungkan prinsip-prinsip psikologi (Psikodrama Jacob L. Moreno) dengan teologi praktis (Konseling Pastoral).

PEMBAHASAN DAN HASIL

Inkarnasi sebagai model : Kristus yang "menukar posisi-Nya menjadi manusia untuk memahami penderitaan kita (Filipi 2:5-8).

Analisis dari perspektif teologis, teknik role reversal adalah representasi praktis dari model Inkarnasi Kristus. Menurut Filipi 2:5-8, transformasi hati dimulai dengan kerelaan untuk melakukan pengosongan diri atau kenosis. Hasil penelitian dalam konteks konseling menunjukkan bahwa ketika konseli bersedia "bertukar kursi", mereka sebenarnya meniru Kristus, yang menanggalkan kenyamanan takhta-Nya untuk mengenakan rupa seorang hamba (Louw, 2014). Pertukaran posisi fisik ini menunjukkan dengan jelas bahwa rasa ego manusia harus didahulukan oleh kasih Allah. model inkarnasi role reversal membantu membedah penderitaan dari dalam, bukan dari luar. Teknik ini memungkinkan pembicara untuk menghentikan persepsi teoretis mereka tentang lawan bicara mereka dan mulai merasakan beban dan ketakutan lawan bicara mereka (Helsel, 2015).

Hasil observasi yang dilakukan dalam praktik pastoral menunjukkan bahwa pencerahan spiritual (spiritual insight) seringkali muncul saat konseli berada di kursi "orang lain", karena R oh Kudus bekerja untuk menghapus kebencian melalui pengalaman empati yang radikal. Selain itu, integrasi ini menunjukkan bahwa peran reversal mengubah pelayanan pastoral menjadi tempat rekonsiliasi yang berpusat pada Kristus (rekonsiliasi yang berpusat pada Kristus). Dengan melihat dari sudut pandang yang berbeda, konseli melihat sesamanya sebagai sesama ciptaan yang juga terluka dan membutuhkan anugerah. Menurut Wiryasaputra (2003), hasilnya lebih dari sekadar penyelesaian konflik teknis; itu menyebabkan perubahan karakter yang mendalam. Konseli belajar mengasihi sesamanya seperti dirinya sendiri dengan memahami perspektif orang lain.

Prinsip Hukum Kasih: Memahami orang lain sebagaimana kita ingin dipahami.

Prinsip Hukum Kasih, sebagaimana diajarkan oleh Yesus dalam Matius 22:39 untuk "mengasihi sesamamu manusia seperti dirimu sendiri," merupakan mandat etis tertinggi yang melandasi penggunaan teknik role reversal. Dalam konteks konseling pastoral, hukum ini menuntut sebuah tindakan proaktif untuk memahami realitas orang lain dengan intensitas yang sama seperti kita memahami diri sendiri. Teknik pertukaran peran memfasilitasi perintah ini secara konkret; ia membuat konseli untuk berhenti menuntut pemahaman dari orang lain dan sebaliknya, mulai memberikan pemahaman kepada orang lain (Aden & Ellens, 1988). Melalui proses ini, kasih tidak lagi menjadi konsep abstrak, melainkan sebuah tindakan sadar untuk "masuk" ke dalam dunia sesama.

Pemenuhan "Aturan Emas" juga dikenal sebagai (The Golden Rule) mengubah cara konseli berinteraksi satu sama lain. Seringkali, konflik pastoral berlanjut karena masing-masing pihak percaya bahwa haknya untuk memahami telah dilanggar, tetapi lupa bahwa mereka juga memiliki kewajiban untuk memahami. Konseli diajak untuk memahami kenyataan bahwa pemulihan relasi dimulai ketika seseorang memiliki keberanian untuk memberikan apa yang paling inginkan, yaitu empati, kepada pihak yang dianggapnya sebagai lawan (Clinebell, 1984), Ini menghasilkan siklus kasih baru di mana rekonsiliasi dapat dicapai.

Teknik ini menghasilkan penerapan hukum kasih dan transformasi karakter yang dikenal sebagai "kasih yang bertanggung jawab". Konseli belajar untuk menghargai martabat sesamanya sebagai gambar Allah (Imago Dei) yang memiliki kompleksitas perasaan dan beban hidupnya sendiri saat duduk di kursi orang lain dan berbicara atas nama mereka. Hasilnya, konseli melihat orang lain sebagai subjek yang setara di hadapan Tuhan dan tidak lagi dimanipulasi atau disalahkan. Transformasi ini menunjukkan bahwa peran reversal adalah cara praktis bagi konseli untuk belajar mengasihi dengan cara yang paling fundamental: dengan sungguh-sungguh mencoba melihat dan merasakan dunia melalui kacamata sesamanya.

Metanoia (Pembaruan Budi): Bagaimana melihat dari perspektif orang lain merupakan bagian dari pertobatan dan kerendahan hati.

Dalam teologi Kristen, metanoia sering kali diterjemahkan sebagai pertobatan, namun secara etimologis ia berarti "perubahan pikiran" atau pembaruan budi yang mendalam. Meskipun metanoia sering diterjemahkan sebagai pertobatan dalam teologi Kristen, secara etimologis itu berarti "perubahan pikiran" atau pembaruan budi yang mendalam. Dalam konseling pastoral, role reversal digunakan sebagai cara fisik untuk mengalami metanoia. Konseli diharuskan untuk mengubah cara berpikir lama mereka yang berpusat pada diri sendiri (self-centered) menjadi cara berpikir yang dapat menerima orang lain.

Pertobatan yang benar dalam ruang konseling tidak hanya terjadi ketika seseorang mengakui kesalahannya, tetapi juga ketika budinya diperbarui sehingga ia dapat melihat masalah melalui kacamata kebenaran Allah, yang melibatkan keadilan bagi sesama. Melihat dari sudut pandang orang lain adalah bentuk kerendahan hati yang paling penting untuk pemulihan jiwa. Ketika seorang konseli bersedia "bertukar kursi" dan berbicara sebagai pihak yang menyakitinya, dia sebenarnya meruntuhkan idola kebenaran diri sendiri yang selama ini memenjarakannya. Tindakan ini mencerminkan nasihat Paulus dalam Roma 12:2 untuk tidak menjadi serupa dengan dunia yang egois, tetapi untuk berubah oleh budi yang baru. Kerendahan hati ini memungkinkan konseli menyadari bahwa pandangan mereka mungkin terbatas atau bahkan salah, sehingga rahmat Tuhan dapat masuk dan menyembuhkan (Clinebell, 1984).

Mekanisme Tahap Persiapan: Menciptakan Ruang Aman (Safe Space)

Kesuksesan teknik role reversal sangat bergantung pada tahap persiapan, di mana konselor harus membuat lingkungan yang aman untuk konseli. Teknik ini mengharuskan konseli untuk mengungkapkan kerentanan emosionalnya, jadi konselor harus memastikan ada kepercayaan yang kuat sebelum tindakan dimulai. Menurut Blatner (2000), sikap konselor yang tidak menghakimi menciptakan ruang aman ini, yang memungkinkan konseli merasa dipercaya dan berani untuk melepaskan pertahanan ego yang selama ini melindunginya. Tanpa dasar keamanan ini, proses pertukaran peran akan terasa seperti ancaman atau sekadar permainan luar yang tidak masuk ke dalam. Untuk menurunkan resistensi psikologis, persiapan mencakup proses pemanasan fisik dan mental.

Konseling membantu konseli memfokuskan kembali ingatannya pada detail-detail konflik, seperti nada bicara dan suasana ruangan saat konflik terjadi. Pada titik ini,

pengaturan ruang fisik dilakukan untuk membantu transisi psikologis konseli. Ini dapat mencakup meletakkan dua kursi berhadapan secara simbolis (Dayton, 2014). Selain itu, penjelasan yang jelas tentang prosedur teknik diberikan agar konseli memahami bahwa "bertukar kursi" bukanlah penghakiman atas tindakannya selama ini, tetapi sebuah eksperimen kasih. Secara spiritual, tahap persiapan ini merupakan saat di mana Anda mengakui kehadiran Allah. Ruang konseling dianggap oleh konselor pastoral sebagai "tanah suci" di mana Roh Kudus diundang untuk membimbing setiap langkah. Di sini, ruang aman adalah refleksi dari rahmat Tuhan yang merangkul manusia dalam kerapuhannya, bukan hanya kemampuan psikologis konselor. Dengan memastikan bahwa konseli merasa dilindungi dan dicintai oleh Tuhan melalui kehadiran konselor, hambatan egosentrisme dapat mulai hilang, memungkinkan konseli untuk melakukan tindakan pengosongan diri atau kenosis pada tahap berikutnya.

Mekanisme Tahap Proses Pertukaran: Dinamika Transisi Perspektif

Konseli Berperan sebagai Dirinya Sendiri: Pada langkah pertama, konseli diminta untuk duduk di kursinya sendiri dan secara langsung mengungkapkan perasaannya kepada "lawan bicara" yang digambarkan duduk di kursi kosong di hadapannya. Fase ini memberi konseli kesempatan untuk mengungkapkan semua kemarahan, kesedihan, dan harapan yang mereka simpan selama ini. Data emosional dikumpulkan selama proses ini sehingga konselor dapat menentukan seberapa jauh distorsi persepsi konseli (Moreno, 1946). Konseli disarankan oleh konselor untuk menggunakan kalimat langsung, juga dikenal sebagai "I-statements", agar intensitas emosional tetap terjaga dan agar narasi subyektif mereka dapat terungkap sepenuhnya sebelum dekonstruksi dilakukan melalui pertukaran peran.

Konseli Berpindah Kursi dan Memerankan Sosok Lain (atau Perspektif Transenden) Pada langkah kedua, konselor mengajarkan konseli untuk secara langsung berpindah ke kursi lawan. Ini adalah langkah penting dalam prosesnya. Konseli berbicara sebagai orang tersebut saat berada di kursi tersebut, tidak lagi berbicara kepada orang lain. Konseli diajak melakukan eksplorasi afektif untuk merasakan kekuatan, ketakutan, dan kerapuhan pihak lawan melalui perpindahan lokus ini (Dayton, 2014). Pergerakan fisik ini secara kritis mendorong perspektif otak untuk berubah dari "aku sebagai korban" menjadi "dia sebagai manusia yang juga memiliki alasan. Selain itu, konseli dapat diminta untuk mengambil peran transenden, seperti bertindak sebagai "Suara Hati" atau

"Suara Tuhan" dalam konteks pastoral. Konseli diajak untuk melihat dirinya sendiri dan lawannya dari sudut pandang anugerah dan keadilan ilahi ketika ia duduk di "kursi Tuhan". Karena konseli diposisikan untuk memberikan respons yang penuh kasih dan bijaksana sebagaimana Tuhan melihat ciptaan-Nya, langkah ini sangat efektif untuk menyelesaikan kebuntuan komunikasi (Helsel, 2015). Menurut Wiryasaputra (2003), pengalaman yang dialami saat berada di posisi transenden ini seringkali berfungsi sebagai sarana untuk munculnya pencerahan spiritual, juga dikenal sebagai pencerahan spiritual. Pencerahan spiritual ini mempromosikan pengampunan dan pertobatan yang tulus.

Aspek Kognitif: Mematahkan bias dan prasangka terhadap orang lain.

Secara kognitif, teknik role reversal berfungsi sebagai instrumen untuk mematahkan bias konfirmasi dan prasangka yang mengakar kuat dalam pikiran konseli. Dalam situasi konflik, manusia cenderung memiliki kecenderungan untuk hanya menyerap informasi yang mendukung narasi dirinya sebagai pihak yang benar (bias konfirmasi), sekaligus menolak fakta yang menunjukkan kemanusiaan pihak lain. Dengan "memasuki" peran orang lain, konseli dipaksa secara intelektual untuk memproses data-data baru yang selama ini diabaikan oleh sistem kognitifnya. Proses ini memicu dekonstruksi terhadap skema pemikiran yang kaku, sehingga konseli dapat menyadari bahwa realitas konflik jauh lebih kompleks daripada sekadar hitam dan putih (Blatner, 2000). Pergeseran kognitif ini berguna untuk menangani "kesalahan atribusi mendasar", juga dikenal sebagai kesalahan atribusi fundamental. Dalam hal ini, konseli cenderung mengaitkan perilaku buruk or ang lain dengan karakter permanen mereka, sementara memaklumi bahwa perilaku buruk mereka adalah konsekuensi dari keadaan (Dayton, 2014).

Konseli mulai mempelajari bagaimana tindakan pihak lawan dipengaruhi oleh situasi, stres, dan pengalaman masa lalu selama pertukaran peran. Fakta-fakta baru ini mengubah prasangka bahwa orang lain dengan sengaja bertindak jahat menjadi keyakinan bahwa setiap orang bertindak berdasarkan keterbatasan dan luka yang mereka miliki. Pematahan bias kognitif ini merupakan tahap pertama dari pembaruan budi (metanoia), yang diajarkan dalam Roma 12:2 dalam konteks pastoral. Ketika konseli tidak menjadi tawanan dari pola pikir duniawi yang penuh dengan prasangka dan penghakiman sepihak, mereka menjadi lebih baik. Dengan memiliki "pikiran Kristus" (1

Korintus 2:16), konseli dapat melihat sesamanya sebagai individu yang utuh, bukannya dengan pandangan negatif atau stigma. Karena pemulihan kognitif ini menjadi dasar yang kuat untuk perubahan perilaku dalam jangka panjang, keputusan untuk mengampuni sekarang didasarkan pada perspektif yang jelas dan objektif (Wiryasaputra, 2003).

Aspek Emosional: Munculnya compassion (belas kasih) karena merasakan beban orang lain.

Teknik role reversal menimbulkan resonansi afektif yang mendalam secara emosional, melampaui empati kognitif. Konseli mulai merasakan emosi, kecemasan, dan tekanan yang selama ini tersembunyi di balik perilaku pihak lawan saat mereka melakukan pergeseran fisik dan psikologis ke kursi orang lain. Ini dikenal sebagai empathic arousal. Pengalaman merasa "dari dalam" ini menghancurkan dinding kemarahan dan dendam yang biasanya berfungsi untuk melindungi ego. Kondisi emosional internal konseli secara otomatis berubah ketika dia melihat orang lain sebagai sesama pribadi yang ramah dan bukan sebagai ancaman (Dayton, 2014). Akhir dari proses emosional ini adalah munculnya belas kasihan, atau belas kasihan. Berbeda dengan rasa kasihan yang bersifat superior, belas kasih berasal dari kesadaran bahwa kita sama-sama mengalami penderitaan.

Teknik role reversal ini membantu konseli menyadari bahwa orang yang menyakitinya mungkin bertindak karena luka atau tekanan hidup yang berat. Kesadaran ini menyebabkan proses katarsis, di mana kebencian yang keras berubah menjadi perasaan yang halus. Menurut Blatner (2000), emosi positif ini memberikan ketenangan batin (inner peace) kepada lawan bicara mereka, karena mereka tidak lagi memikul beban kebencian yang mengerikan. Dari sudut pandang teologi pastoral, kemunculan compassion ini adalah contoh langsung dari kasih agape yang dilakukan oleh Roh Kudus. Belas kasih ini menunjukkan sifat Allah yang rahum (penyayang), yang menilai manusia berdasarkan kasih karunia daripada dosa mereka. Dalam ruang konseling, "bertukar hati" memungkinkan konseli untuk meneladani Kristus, yang selalu tergerak oleh belas kasihan saat melihat penderitaan orang lain (Matius 9:36). Menurut Wiryasaputra (2003), pengampunan yang benar berasal dari hati yang telah diperlembut oleh kesadaran akan penderitaan orang lain daripada paksaan logika.

Aspek Spiritual Dalam Teknik Role Reversal

Pengampunan sekarang dilihat sebagai pelepasan spiritual yang dihasilkan dari empati daripada sekadar keputusan moral yang dipaksakan. Konseli mengalami apa yang disebut sebagai solidaritas dalam keberdosaan dan kelemahan saat bertukar peran. Tembok penghakiman mulai runtuh ketika konseli menyadari bahwa "lawan" tersebut juga merupakan Imago Dei (Gambar Allah) yang rusak atau tersesat. Pengalaman spiritual ini memungkinkan konseli untuk melepaskan hak untuk membalas dendam karena mereka menyadari bahwa Tuhan sangat membutuhkan anugerah dan pengampunan untuk setiap manusia, termasuk diri mereka sendiri (Louw, 2014). Selain itu, pengampunan yang berasal dari menyadari kelemahan sesama adalah manifestasi konkret dari doa Bapa Kami, "Ampunilah kesalahan kami, seperti kami juga mengampuni orang yang bersalah kepada kami." Teknik role reversal membantu konseli memahami bahwa semua manusia berdiri di tanah yang datar di hadapan Tuhan; mereka semua rapuh dan membutuhkan perbaikan. Konseli tidak lagi terpenjara oleh rasa sakitnya. Sebaliknya, Roh Kudus memungkinkan mereka untuk memberikan pengampunan yang transformative sebuah pengampunan yang membebaskan diri sendiri dan membuka jalan untuk rekonsiliasi yang sebenarnya (Wiryasaputra, 2003).

KESIMPULAN

Teknik Role Reversal (pertukaran peran) melampaui sekadar metode psikodrama teknis; ia adalah sebuah instrumen sakramental yang memecah kebuntuan komunikasi dalam konseling pastoral. Melalui tindakan fisik "bertukar kursi," konseli dipandu untuk keluar dari penjara egosentrisme dan narasi "korban" yang selama ini mengisolasi mereka. Teknik ini menjadi jembatan praktis bagi terjadinya metanoia (pembaruan budi), di mana kebenaran subjektif yang kaku dileburkan menjadi pemahaman interpersonal yang lebih luas. Transformasi yang dihasilkan mencakup tiga dimensi fundamental manusia, Secara Kognitif Mematahkan bias konfirmasi dan prasangka, memungkinkan konseli melihat kompleksitas realitas di balik konflik. Secara Emosional Mengubah kebencian menjadi compassion (belas kasih) saat konseli merasakan langsung beban dan kerapuhan pihak lawan. Secara Spiritual Memfasilitasi pengampunan yang autentik dengan memanusiakan sesama sebagai gambar Allah (Imago Dei) yang juga membutuhkan anugerah. Pada akhirnya, Role Reversal adalah cerminan dari kasih

inkarnasional Kristus. Sebagaimana Kristus mengosongkan diri-Nya (kenosis) untuk memahami penderitaan manusia, konseli pun diajak untuk menanggalkan haknya demi memahami sesamanya. Melalui pengalaman "bertukar hati" ini, pelayanan pastoral tidak hanya menyelesaikan sengketa relasional, tetapi juga membuka ruang bagi Roh Kudus untuk melakukan pemulihan karakter yang mendalam dan mewujudkan rekonsiliasi yang sejati di hadapan Allah.

REFERENSI

Aden, L., & Ellens, J. H. (1988). The Church and Pastoral Care. Grand Rapids: Baker Book House. (Membahas peran gereja dan tanggung jawab etis dalam pendampingan pastoral).

Blatner, A. (2000). Foundations of Psychodrama: History, Theory, and Practice. New York: Springer Publishing Company.

Capps, D. (2005). Refining Hope: A Pastoral Care Approach.

Clinebell, H. (1984). Basic Types of Pastoral Care & Counseling. Nashville: Abingdon Press

Dayton, T. (2014). "The Role of Role Reversal in Psychodrama." Journal of Psychodrama, Sociometry, and Group Psychotherapy

Helsel, P. B. (2015). "Pastoral Care and the Mirroring of the Soul." Journal of Pastoral Care & Counseling.

Louw, D. J. (2014). Wholeness in Hope Care: On Human Suffering and the Meaning of Existence. Zurich: LIT Verlag.

Moreno, J. L. (1946). Psychodrama (Vol. 1). Beacon House.

Nouwen, H. J. M. (1972). The Wounded Healer. New York: Image Books.

Wiryasaputra, T. S. (2003). Pengantar Konseling Pastoral. Yogyakarta: Kanisius.