PROPHETEIA
Jurnal Teologi Sistematika

ISSN XXXX-XXXX

Kantor Editorial: Jalan Paving Block Lingkungan 01 Kelurahan Sumompo Kecamatan Tuminting
Kota Manado - Provinsi Sulawesi Utara - Indonesia
Web: https://journal.gknpublisher.net/index.php/propheteia
e-mail: propheteiajurnal@gmail.com
Telp/WA : 081295123667

PENDEKATAN PASTORAL KONSELING DALAM MEMBANTU REMAJA MENGATASI STRICT PARENTS

Teresa Ananda Kristina Mongkau, teresamongkau30@gmail.com
Institut Agama Kristen Negeri Manado

Correspondence:
Teresamongkau30@gmail.com

Vol.1 No. 2 Mei 2025

Article History:
Submitted: 05 Mei 2025

Reviewed: 15 Mei 2025

Accepted: 30 Mei 2025

Pages: 26-34

Keywords:
Pastoral Counseling, Adolescents, Strict Parents, Spiritual Development, Mental Resilience.

Copyright:
©2025, Authors.

License:

Abstract
This study aims to analyze the pastoral counseling approach in assisting adolescents in dealing with strict parents. Adolescents experiencing strict parenting often face emotional pressure, internal conflict, and difficulty expressing themselves, thus requiring holistic guidance. This research uses a library research method, collecting and reviewing literature related to pastoral counseling, adolescent developmental psychology, and family dynamics. The findings indicate that pastoral counseling integrates psychological and spiritual approaches, emphasizing empathy, unconditional acceptance, moral reinforcement, and guidance based on biblical principles. Pastoral counselors serve as facilitators who assist adolescents in understanding their emotions, developing assertive communication skills, managing stress, and fostering mental resilience and spiritual maturity. Moreover, involving the family in the counseling process can strengthen harmonious relationships between parents and adolescents. Therefore, the pastoral counseling approach provides a holistic intervention that not only addresses psychological problems but also guides adolescents to grow emotionally, morally, and spiritually.

Abstrak
Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pendekatan pastoral konseling dalam membantu remaja menghadapi orang tua yang ketat (strict parents). Remaja yang mengalami pola asuh ketat sering menghadapi tekanan emosional, konflik internal, dan kesulitan mengekspresikan diri, sehingga memerlukan bimbingan yang holistik. Penelitian ini menggunakan metode studi pustaka, dengan mengumpulkan dan menelaah literatur terkait konseling pastoral, psikologi perkembangan remaja, dan dinamika keluarga. Hasil kajian menunjukkan bahwa konseling pastoral menggabungkan pendekatan psikologis dan spiritual, menekankan empati, penerimaan tanpa syarat, penguatan moral, dan bimbingan berdasarkan prinsip Alkitab. Konselor pastoral berperan sebagai fasilitator yang mendampingi remaja dalam memahami perasaan, membangun keterampilan komunikasi asertif, mengelola stres, serta menumbuhkan ketahanan mental dan kedewasaan spiritual. Selain itu, keterlibatan keluarga dalam proses konseling dapat memperkuat hubungan harmonis antara orang tua dan remaja. Dengan demikian, pendekatan pastoral konseling memberikan intervensi yang holistik, tidak hanya menyelesaikan masalah psikologis, tetapi juga membimbing remaja untuk tumbuh secara emosional, moral, dan spiritual.

A. Pendahuluan

Masa remaja merupakan periode transisi yang krusial dalam kehidupan manusia, ditandai oleh perkembangan fisik, emosional, sosial, dan spiritual yang signifikan. Pada tahap ini, remaja mulai mengeksplorasi identitas diri, membangun kemandirian, serta membentuk hubungan interpersonal yang kompleks. Namun, pencarian kemandirian ini sering bertabrakan dengan pola asuh orang tua yang ketat atau strict parenting, yang menekankan disiplin tinggi, kontrol berlebihan, dan ekspektasi yang rigid. Menurut Santrock, pola asuh yang terlalu ketat dapat menimbulkan stres emosional, konflik internal, dan menurunnya rasa percaya diri pada remaja, sehingga memengaruhi kemampuan mereka dalam mengambil keputusan mandiri (Santrock, 2019: 212). Dalam konteks ini, remaja menghadapi tekanan psikologis yang kompleks, yang memerlukan pendekatan konseling yang tidak hanya bersifat psikologis tetapi juga spiritual.

Pendekatan pastoral konseling menawarkan model intervensi yang integratif, menggabungkan aspek psikologis, moral, dan spiritual dalam membantu remaja mengatasi tekanan akibat orang tua yang ketat. Menurut Pattison, konseling pastoral menekankan hubungan empatik dan penerimaan tanpa syarat (unconditional positive regard) antara konselor dan klien. Hal ini memberikan ruang aman bagi remaja untuk mengekspresikan perasaan mereka, menyampaikan frustrasi, dan mengeksplorasi pengalaman hidup tanpa takut dihakimi (Pattison, 1988, hlm. 16). Pendekatan ini sangat penting karena pola asuh ketat sering membatasi kebebasan berekspresi remaja, sehingga mereka membutuhkan mediator yang mampu menyalurkan emosi dan pengalaman mereka secara sehat.

Selain itu, pastoral konseling memanfaatkan prinsip-prinsip Alkitab sebagai landasan dalam membantu remaja memahami situasi mereka dan membangun ketahanan emosional. Menurut Tomatala, nilai-nilai Kristen seperti kasih, kesabaran, pengampunan, dan penghormatan kepada orang tua dapat diintegrasikan dalam proses konseling untuk menumbuhkan karakter positif pada remaja (Tomatala, 2003: 5). Dengan bimbingan konselor pastoral, remaja belajar melihat ketegasan orang tua bukan semata-mata sebagai bentuk kontrol, tetapi sebagai wujud kasih yang terkadang sulit mereka pahami. Pendekatan ini membantu mengurangi konflik internal dan meningkatkan keterampilan remaja dalam berinteraksi secara konstruktif dengan orang tua.

Remaja yang mengalami tekanan dari orang tua yang ketat juga membutuhkan strategi pengelolaan emosi yang efektif. Van Beek menekankan pentingnya pendampingan yang konsisten dan berkesinambungan, di mana konselor hadir sebagai fasilitator yang membimbing remaja dalam mengidentifikasi dan mengekspresikan emosi secara sehat (Van Beek, 2007: 10). Teknik seperti refleksi diri, doa, dan meditasi berbasis Alkitab membantu remaja menenangkan diri, meningkatkan kesadaran diri, dan membangun ketahanan mental. Pendekatan ini berbeda dari konseling konvensional karena tidak hanya fokus pada solusi praktis, tetapi juga pada penguatan spiritual yang menjadi landasan bagi pengambilan keputusan yang bijaksana.

Lebih jauh, integrasi dimensi keluarga menjadi aspek penting dalam pastoral konseling. Menurut Layantara, keterlibatan orang tua dalam proses konseling dapat menciptakan pemahaman

bersama antara remaja dan orang tua mengenai batasan dan ekspektasi yang wajar (Layantara, 2022: 8). Konselor pastoral berperan sebagai mediator yang membimbing kedua belah pihak untuk menemukan keseimbangan antara kemandirian remaja dan disiplin yang diperlukan. Pendekatan ini menekankan komunikasi yang sehat, pengakuan terhadap kebutuhan remaja, dan penguatan hubungan emosional dalam keluarga, sehingga tercipta lingkungan yang mendukung pertumbuhan remaja secara optimal.

Selain aspek keluarga, penguatan spiritual menjadi fokus utama dalam pastoral konseling. Menurut Sumendap & Tumuju, remaja yang dibimbing secara pastoral tidak hanya dibantu dalam menghadapi tekanan psikologis, tetapi juga dibekali dengan ketenangan batin dan ketahanan mental melalui pengembangan iman (Sumendap & Tumuju, 2023: 100). Proses ini mencakup bimbingan untuk menginternalisasi nilai-nilai Alkitab, doa reflektif, serta meditasi spiritual yang membantu remaja menafsirkan pengalaman mereka dengan perspektif iman. Dengan demikian, remaja mampu menghadapi konflik dengan orang tua yang ketat tanpa kehilangan rasa percaya diri atau integritas pribadi.

Selanjutnya, pendekatan pastoral konseling mendorong remaja untuk mengembangkan keterampilan komunikasi asertif yang sejalan dengan prinsip moral dan spiritual. Palinggi menekankan bahwa remaja perlu belajar menyampaikan pendapat dan kebutuhan mereka dengan cara yang hormat, jelas, dan konstruktif, sehingga dapat membangun dialog yang sehat dalam keluarga (Palinggi, dkk., 2024: 122). Pendekatan ini tidak hanya membantu remaja menyesuaikan diri dengan aturan orang tua, tetapi juga mengajarkan mereka tanggung jawab, empati, dan kemampuan menyelesaikan masalah secara efektif, yang menjadi modal penting dalam kehidupan sosial dan spiritual mereka.

Secara keseluruhan, pendekatan pastoral konseling dalam konteks remaja yang menghadapi orang tua yang ketat menawarkan kombinasi strategi psikologis, spiritual, dan sosial. Konselor bertindak sebagai fasilitator, mentor, dan mediator yang membimbing remaja untuk mengekspresikan emosi, memahami nilai-nilai keluarga dan iman, serta mengembangkan karakter dan ketahanan mental. Pendekatan ini tidak hanya membantu remaja mengatasi tekanan sementara, tetapi juga membekali mereka dengan keterampilan emosional, moral, dan spiritual yang akan mendukung pertumbuhan mereka hingga dewasa. Dengan demikian, pastoral konseling menjadi alternatif intervensi yang relevan dan holistik dalam mendukung remaja menghadapi tantangan pola asuh ketat.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode studi pustaka (library research) sebagai pendekatan utama untuk mengkaji pendekatan pastoral konseling dalam membantu remaja menghadapi orang tua yang ketat (strict parents). Studi pustaka dipilih karena penelitian ini bersifat konseptual dan normatif, di mana data dan informasi diperoleh dari literatur tertulis yang relevan, termasuk buku, jurnal ilmiah, artikel, laporan penelitian, dan literatur teologis maupun psikologis. Menurut Riduwan, metode studi pustaka memungkinkan peneliti memperoleh pemahaman mendalam tentang teori,

prinsip, dan praktik yang sudah ada, tanpa melakukan pengumpulan data lapangan secara langsung (Riduwan, 2018: 75).

Tahap awal penelitian ini adalah pengumpulan literatur. Peneliti melakukan pencarian sumber-sumber primer dan sekunder yang membahas pastoral konseling, pola asuh ketat, perkembangan remaja, serta strategi penguatan spiritual dan psikososial. Literatur diperoleh melalui perpustakaan digital, repositori jurnal, buku teks, dan publikasi akademik terkait. Kata kunci yang digunakan antara lain "pastoral counseling," "strict parenting," "adolescent development," "spiritual guidance," dan "family intervention." Pemilihan literatur dilakukan secara selektif untuk memastikan relevansi, kredibilitas, dan kontribusi terhadap kerangka konseptual penelitian. Menurut Hart, evaluasi kritis terhadap literatur sangat penting agar sintesis yang dihasilkan bersifat valid, komprehensif, dan tidak sekadar deskriptif (Hart, 2018: 34).

Tahap kedua adalah analisis literatur. Peneliti membaca, menelaah, dan mencatat informasi penting dari setiap sumber, kemudian mengelompokkan data berdasarkan tema utama, seperti prinsip pastoral konseling, pengaruh pola asuh ketat terhadap remaja, pengembangan karakter, dan penguatan spiritual. Informasi yang diperoleh dianalisis secara kritis untuk menemukan kesamaan, perbedaan, dan relevansi dengan konteks remaja yang menghadapi orang tua ketat. Menurut Creswell, analisis sistematis terhadap literatur memungkinkan peneliti menyusun kerangka konseptual yang kuat, menyatukan perspektif psikologi dan teologi, serta menghasilkan argumen ilmiah yang mendalam (Creswell, 2014:58).

Tahap terakhir adalah sintesis dan penulisan. Peneliti menyusun hasil analisis menjadi narasi ilmiah yang runtut dan tematis, menekankan integrasi antara teori perkembangan remaja, praktik pastoral konseling, dan prinsip-prinsip Alkitab. Sintesis ini digunakan untuk membangun landasan teoritis, merumuskan implikasi praktis, dan memberikan rekomendasi strategi pastoral yang dapat diterapkan oleh konselor dalam membantu remaja menghadapi orang tua yang ketat. Bowen menyatakan bahwa studi pustaka yang sistematis dan kritis mampu menghasilkan kontribusi akademik yang relevan serta menjadi dasar bagi penelitian lanjutan maupun praktik profesional (Bowen, 2017: 15).

C. Hasil dan Pembahasan

Konseling Pastoral

Konseling pastoral adalah bentuk konseling yang menggabungkan aspek psikologis dan spiritual untuk membantu individu menghadapi masalah kehidupan. Menurut Hiltner (1958), konseling pastoral adalah suatu proses membantu individu melalui hubungan personal yang suportif, di mana konselor menggunakan prinsip-prinsip teologis dan psikologis untuk menuntun klien dalam pemahaman diri dan pertumbuhan spiritual (Hiltner, 1958, hlm. 23). Hiltner menekankan bahwa konseling pastoral tidak hanya memfokuskan pada penyelesaian masalah praktis, tetapi juga pada pengembangan nilai moral dan spiritual yang mendasari perilaku klien. James menekankan pentingnya hubungan manusiawi yang empatik dalam pelayanan pastoral, di mana gembala rohani mendampingi jemaat untuk mencapai kesejahteraan emosional dan rohani. James memandang konseling pastoral sebagai sarana untuk menyalurkan kekuatan spiritual demi menghadapi pergumulan hidup (James, 1902: 112). Pandangan ini menunjukkan bahwa konseling pastoral bersifat holistik, memperhatikan keseimbangan antara aspek psikologis, emosional, dan spiritual individu.

Clinebell menekankan bahwa konseling pastoral bertujuan membantu klien menemukan makna hidup dan pertumbuhan pribadi melalui pengalaman spiritual dan bimbingan moral. Konselor pastoral, menurut Clinebell, berperan sebagai fasilitator yang menghubungkan prinsip teologi dengan masalah nyata yang dihadapi individu, termasuk konflik keluarga, tekanan sosial, dan tantangan psikologis (Clinebell, 1976: 15). Dengan demikian, konseling pastoral tidak hanya berorientasi pada solusi, tetapi juga pada transformasi karakter dan spiritual.

Prinsip-prinsip Konseling Pastoral.

McMinn menyatakan bahwa konseling pastoral mengintegrasikan psikologi dan teologi secara seimbang. Prinsip utama yang harus diterapkan konselor pastoral meliputi: empati, penerimaan tanpa syarat, kejujuran, dan penghormatan terhadap pengalaman spiritual klien (McMinn, 1996: 42). Konselor pastoral tidak hanya mendengar masalah klien, tetapi juga membimbing mereka melalui doa, refleksi Alkitabiah, dan penguatan iman, sehingga klien mampu menemukan kedamaian batin dan ketahanan mental.

Selain itu, konseling pastoral menekankan pendekatan personal dan kontekstual. Hiltner menegaskan bahwa setiap individu memiliki kondisi, latar belakang, dan tantangan unik, sehingga intervensi pastoral harus disesuaikan dengan kebutuhan spesifik klien (Hiltner, 1958: 30). Integrasi nilai-nilai Alkitabiah, seperti kasih, pengampunan, kesabaran, dan tanggung jawab moral, menjadi fondasi penting dalam proses konseling.

Tujuan Konseling Pastoral

Tujuan konseling pastoral menurut Clinebell dan McMinn adalah membangun kesejahteraan psikologis, emosional, dan spiritual individu. Konseling pastoral membantu klien memahami diri sendiri, mengatasi konflik internal, meningkatkan keterampilan sosial, dan menemukan makna hidup melalui perspektif iman. Konseling ini juga mendorong pengembangan karakter dan ketahanan mental, sehingga klien dapat menghadapi tekanan hidup dengan lebih bijaksana. Dengan demikian, konseling pastoral menekankan pendekatan holistik yang menggabungkan psikologi, moral, dan prinsip teologi, menjadikan konselor bukan sekadar pemberi solusi, tetapi juga fasilitator pertumbuhan spiritual dan karakter klien.

Pendekatan Pastoral Konseling dalam Membantu Remaja Menghadapi Orang Tua yang Ketat

Remaja merupakan fase perkembangan yang penuh dinamika psikologis dan emosional. Pada tahap ini, individu mulai mencari identitas diri, kemandirian, dan ruang untuk mengekspresikan pendapatnya. Namun, ketika dihadapkan pada orang tua yang memiliki pola asuh ketat atau strict parents, remaja kerap mengalami tekanan, konflik internal, dan kesulitan dalam mengungkapkan perasaan mereka. Pola asuh yang terlalu mengontrol dapat menimbulkan stres, rendah diri, dan ketidakmampuan mengambil keputusan secara mandiri (Santrock, 2019, hlm. 212). Dalam konteks ini, pendekatan pastoral konseling hadir sebagai salah satu solusi yang dapat membantu remaja menavigasi ketegangan emosional dan spiritual yang muncul.

1.**Pemahaman dan Pendekatan Empatik dalam Konseling Pastoral**

Pendekatan pertama dalam pastoral konseling adalah membangun hubungan yang empatik antara konselor dan remaja. Konselor pastoral berperan sebagai pendengar aktif yang mampu memahami pengalaman dan perasaan remaja tanpa menilai atau menghakimi. Hal ini sesuai dengan

PROPHETEIA Jurnal Teologi Sistrmatika **|| Copyright**: ©2025, Authors

prinsip konseling pastoral yang menekankan penerimaan tanpa syarat (unconditional positive regard), di mana individu merasa dihargai dan diterima apa adanya (Corey, 2021, hlm. 58). Dengan membangun rasa aman ini, remaja lebih terbuka untuk mengungkapkan ketegangan yang mereka rasakan akibat pola asuh ketat dari orang tua.

Selanjutnya, konselor pastoral dapat menggunakan pendekatan berbasis nilai-nilai Alkitab untuk menuntun remaja memahami hubungan mereka dengan orang tua. Misalnya, prinsip menghormati orang tua (Efesus 6:1-3) dapat dipadukan dengan pengajaran tentang kasih dan pengertian. Konselor membantu remaja menyadari bahwa walaupun orang tua bersikap tegas, tindakan mereka umumnya didasari oleh kasih dan keinginan melindungi anak. Pendekatan ini tidak hanya mengurangi resistensi emosional, tetapi juga memperkuat ketahanan mental dan spiritual remaja (Tomatala, 2003, hlm. 5).

Selain itu, konselor pastoral mendorong remaja untuk mengelola emosi dengan cara yang sehat. Teknik refleksi diri, doa, dan meditasi Alkitabiah dapat membantu remaja menenangkan pikiran dan mengurangi rasa frustrasi. Dengan demikian, remaja belajar untuk mengekspresikan diri secara konstruktif, memahami sudut pandang orang tua, dan membangun komunikasi yang lebih efektif dalam keluarga (Tubagus, 2020: 6). Konselor pastoral bertindak sebagai fasilitator yang membimbing remaja untuk menemukan keseimbangan antara ketaatan, pengertian terhadap orang tua, dan ekspresi diri yang sehat.

2.Strategi Penguatan Spiritual dan Moral untuk Mengatasi Konflik

Poin kedua adalah penerapan strategi penguatan spiritual dan moral untuk membantu remaja menghadapi orang tua yang ketat. Konselor pastoral mengajarkan remaja untuk melihat tantangan ini sebagai kesempatan untuk pertumbuhan iman dan karakter. Melalui bimbingan yang berfokus pada nilai-nilai Kristen, remaja dapat menumbuhkan kesabaran, pengampunan, dan sikap hormat meski menghadapi aturan yang ketat (Palinggi, dkk., 2024, hlm. 122). Dengan cara ini, konflik internal yang muncul akibat ketidakcocokan antara kebutuhan akan kemandirian dan tuntutan orang tua dapat dikelola secara sehat. Selain itu, konselor pastoral juga mengajarkan keterampilan komunikasi asertif. Remaja didorong untuk menyampaikan pendapat dan kebutuhan mereka dengan hormat dan jelas, tanpa menyinggung perasaan orang tua. Pendekatan ini mendukung terciptanya dialog yang sehat dalam keluarga, mengurangi potensi konflik yang meruncing, dan membangun hubungan yang lebih harmonis (Sumendap & Tumuju, 2023, hlm. 100).

Lebih jauh, konselor pastoral membantu remaja mengaitkan pengalaman sehari-hari dengan prinsip-prinsip Alkitabiah, sehingga mereka mampu menemukan makna dan ketenangan batin dalam menghadapi pola asuh ketat. Misalnya, melalui doa, meditasi Alkitabiah, dan refleksi spiritual, remaja belajar bahwa ketaatan kepada orang tua dan pengembangan kemandirian dapat berjalan beriringan. Pendekatan ini menekankan pertumbuhan karakter dan ketahanan mental, sekaligus menguatkan hubungan spiritual dengan Tuhan, sehingga remaja mampu menghadapi tekanan emosional dengan lebih stabil (Harisantoso, 2022, hlm. 556).

3.Pendekatan Integratif: Menggabungkan Dimensi Psikososial dan Spiritual

Selain membangun empati dan penguatan spiritual, pastoral konseling juga menekankan pendekatan integratif yang menggabungkan dimensi psikososial dan spiritual. Menurut Harisantoso (2022), remaja yang mengalami tekanan dari orang tua yang ketat membutuhkan ruang untuk mengekspresikan perasaan mereka dan mendapatkan pengakuan atas pengalaman hidup mereka. Konselor pastoral berperan sebagai mediator yang membantu remaja memahami hubungan mereka

dengan orang tua tanpa mengorbankan nilai-nilai iman dan karakter mereka. Pendekatan ini membantu mengurangi konflik internal yang muncul akibat benturan antara kemandirian remaja dan disiplin ketat orang tua (Harisantoso, 2022: 556).

Selain itu, konselor dapat melibatkan keluarga dalam proses konseling untuk membangun komunikasi yang lebih sehat. Menurut Layantara (2022), keluarga memiliki peran kunci dalam mendukung pertumbuhan remaja, dan intervensi pastoral yang melibatkan orang tua memungkinkan terciptanya pemahaman bersama mengenai kebutuhan remaja dan batasan yang wajar. Melalui pendekatan ini, orang tua diajak untuk melihat disiplin bukan sebagai bentuk kontrol semata, tetapi sebagai upaya membimbing dengan kasih dan pengertian. Strategi ini menciptakan lingkungan keluarga yang harmonis, di mana remaja merasa didengar dan orang tua merasa dihormati (Layantara, 2022: 8).

4.Pembentukan Karakter dan Ketahanan Mental

Pendekatan pastoral konseling juga menekankan pembentukan karakter remaja sebagai bagian dari pertumbuhan spiritual dan emosional. Menurut Sumendap & Tumuju, remaja yang terbiasa menghadapi konflik dengan orang tua yang ketat membutuhkan ketahanan mental untuk tetap tenang, membuat keputusan yang bijaksana, dan mempertahankan integritas diri. Konselor pastoral mengajarkan keterampilan seperti pengendalian diri, penyelesaian masalah, dan pengambilan keputusan yang berlandaskan prinsip moral Kristen. Melalui bimbingan ini, remaja tidak hanya belajar menyesuaikan diri dengan aturan, tetapi juga menginternalisasi nilai-nilai seperti tanggung jawab, kesabaran, dan hormat, yang memperkuat kapasitas mereka menghadapi tekanan sosial dan keluarga (Sumendap & Tumuju, 2023: 100). Lebih jauh, Van Beek menekankan pentingnya pendekatan preventif dalam pastoral konseling. Dengan membekali remaja keterampilan emosional dan spiritual sebelum konflik meningkat, konselor membantu mereka mengurangi risiko stres berat, depresi, atau masalah hubungan interpersonal di masa depan. Konselor dapat menggunakan bimbingan doa, meditasi, dan refleksi nilai-nilai Alkitab untuk membentuk ketahanan spiritual, sekaligus memperkuat pemahaman bahwa tantangan dalam keluarga adalah bagian dari proses pembelajaran dan pertumbuhan iman (Van Beek, 2007: 10). Selain itu, pastoral konseling mengajarkan remaja untuk mengekspresikan diri secara kreatif dan sehat. Misalnya, jurnal rohani, diskusi kelompok remaja berbasis iman, atau kegiatan pelayanan dapat menjadi wadah untuk menyalurkan perasaan negatif akibat ketegasan orang tua. Strategi ini tidak hanya mengurangi stres, tetapi juga menumbuhkan empati, rasa tanggung jawab, dan kemampuan membangun hubungan yang sehat dengan orang lain (Palinggi, dkk., 2024: 122).

5.Pendekatan Preventif dan Edukasi Spiritual

Pendekatan pastoral konseling juga bersifat preventif. Konselor tidak hanya menangani masalah saat muncul, tetapi juga memberikan edukasi spiritual kepada remaja tentang bagaimana menghadapi konflik keluarga dengan cara yang sehat. Pendidikan ini mencakup pemahaman tentang nilai-nilai Alkitab, pengelolaan emosi, komunikasi yang efektif, dan pemahaman terhadap motivasi orang tua. Dengan kata lain, remaja dibekali alat untuk menghadapi masalah keluarga secara mandiri namun tetap dalam bingkai iman Kristen (Tomatala, 2003: 5).

Strategi preventif ini memungkinkan remaja menginternalisasi prinsip-prinsip iman sejak dini, sehingga mereka mampu melihat tantangan keluarga sebagai sarana pembelajaran spiritual. Konselor pastoral berperan sebagai mentor dan fasilitator, membimbing remaja untuk menemukan

PROPHETEIA Jurnal Teologi Sistrmatika **|| Copyright**: ©2025, Authors

makna, ketenangan batin, dan solusi kreatif yang selaras dengan nilai-nilai agama (Tubagus, 2020: 6).

Dengan demikian, pendekatan pastoral konseling menawarkan dua dimensi utama: pertama, pemahaman empatik yang memungkinkan remaja mengekspresikan perasaan mereka secara aman dan konstruktif; kedua, penguatan spiritual dan moral yang membekali remaja dengan ketenangan batin, kesabaran, dan kemampuan berkomunikasi yang sehat. Kombinasi kedua dimensi ini membangun kapasitas remaja untuk menghadapi tantangan orang tua yang ketat secara seimbang, sambil mempertahankan hubungan yang harmonis dengan keluarga dan pertumbuhan spiritual yang kokoh.

D. Kesimpulan

Berdasarkan kajian literatur dan analisis teori yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa pendekatan pastoral konseling memiliki peran yang signifikan dalam membantu remaja menghadapi orang tua yang ketat (strict parents). Konseling pastoral menekankan pendekatan holistik yang mengintegrasikan aspek psikologis, moral, dan spiritual, sehingga remaja tidak hanya dibantu untuk mengatasi masalah emosional, tetapi juga dibimbing dalam pertumbuhan karakter dan kedewasaan spiritual.

Prinsip-prinsip dasar konseling pastoral, seperti empati, penerimaan tanpa syarat, penguatan moral, dan bimbingan berbasis nilai-nilai Alkitab, memungkinkan konselor menciptakan hubungan yang suportif dan aman bagi remaja untuk mengekspresikan perasaan serta memahami konflik yang mereka alami. Pendekatan ini juga membantu remaja membangun keterampilan komunikasi yang efektif, mengelola stres, dan mengembangkan ketahanan mental yang kuat.

Selain itu, keterlibatan keluarga dalam proses konseling terbukti memperkuat hubungan harmonis antara orang tua dan remaja. Orang tua diberikan pemahaman tentang pentingnya keseimbangan antara disiplin dan kemandirian anak, sehingga tercipta lingkungan keluarga yang sehat dan mendukung pertumbuhan remaja secara optimal.

Dengan demikian, pastoral konseling bukan hanya menangani masalah psikologis remaja, tetapi juga menjadi sarana pembimbingan spiritual dan moral yang mendalam. Pendekatan ini dapat dijadikan model intervensi yang efektif untuk membangun kesejahteraan emosional, ketahanan mental, dan kedewasaan rohani remaja, khususnya dalam menghadapi pola asuh ketat dari orang tua.

Referensi

Bowen, G. A. (2017). Document analysis as a qualitative research method. Qualitative Research Journal, 9(2), 15–28.

Clinebell, H. J. (1976). Basic types of pastoral care and counseling. Nashville: Abingdon Press.

Creswell, J. W. (2014). Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches (4th ed.). Thousand Oaks, CA: SAGE.

Harisantoso, I. T. (2022). Masker: Pendekatan konseling pastoral di era pandemi. Jurnal Teologi Berita Hidup, 4(2), 556.

Hart, C. (2018). Doing a literature review: Releasing the research imagination (2nd ed.). London: SAGE.

Hiltner, S. (1958). The Christian education of adults: The history, principles, and practice of teaching adults. Nashville: Abingdon Press.

Intarti, E. R. (2016). Buku pengantar konseling pastoral. Yogyakarta: Buku Baik.

James, W. (1902). The varieties of religious experience. New York: Longmans, Green, & Co.

Layantara, N. H. (2022). Pastoral konseling keluarga berdasarkan Kolose 3:18-21. Yogyakarta: ANDI.

McMinn, M. R. (1996). Psychology, theology, and spirituality in Christian counseling. Wheaton, IL: Tyndale House.

Nugroho, A. (2017). Metodologi penelitian kepustakaan. Yogyakarta: Pustaka Akademia.

Pattison, S. (1988). A critique of pastoral care. London: SCM Press Ltd.

Riduwan. (2018). Metode dan teknik menyusun skripsi. Bandung: Alfabeta.

Santrock, J. W. (2019). Adolescence (17th ed.). New York: McGraw-Hill.

Sumendap, R. F., & Tumuju, T. (2023). Pastoral konseling bagi kesehatan mental: Studi kasus pastoral konseling preventif pada fenomena bunuh diri. POIMEN, 4(1), 100.

Tomatala, M. (2003). Konselor kompeten: Pengantar konseling terapi untuk pemulihan. Jakarta: YT Leadership Foundation.

Van Beek, A. (2007). Pendampingan pastoral. Jakarta: BPK Gunung Mulia.