TUALAGE
Jurnal Konseling, Psikospiritual dan Hipnoterapi
ISSN XXXX-XXXX
https://journal.gknpublisher.net/index.php/tualagejurnal

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

Eksplorasi Fotografi sebagai Sarana Konseling Pastoral Eksistensial: Integrasi Seni Visual untuk Pemulihan Emosional

Richi Kurnia Salenda, richisalenda@gmail.com
Institut Agama Kristen negeri Manado

Correspondence:
richisalenda@gmail.com

Publication:
Vol.2 No.1 Januari 2026
Page 8-15

Article History:
Submitted: 3 Januari 2026
Reviewed: 11 Januari 2026
Accepted: 31 Januari 2026

Keywords:
Fotografi, seni visual, pemulihan emosional, konseling pastoral. Photography, visual arts, emotional healing, pastoral counseling.

Copyright:
©2026, Authors.

License:

Abstract
In the context of modern existential crises—often triggered by emotional distress, social alienation, and profound loss—pastoral counseling offers a unique integration of psychological and spiritual dimensions. However, traditional verbal methods may fall short in addressing the deeply non-verbal and symbolic nature of human suffering. This article explores the integration of photography as a reflective and therapeutic medium within existential pastoral counseling. Drawing from existential theory and phototherapy practices, it highlights photography's potential to facilitate emotional healing, spiritual contemplation, and personal meaning-making. The visual nature of photography allows counselees to reinterpret life experiences through symbolic images, opening new paths for introspection, narrative reconstruction, and theological reflection. Through a contextual and theological framework, this study proposes an innovative model where visual arts—specifically photography—serve as tools for pastoral accompaniment, empowering individuals to encounter God's presence amidst suffering and renewal.

Abstrak
Dalam konteks krisis eksistensial modern—yang sering dipicu oleh tekanan emosional, keterasingan sosial, dan kehilangan yang mendalam—konseling pastoral menawarkan integrasi unik antara dimensi psikologis dan spiritual. Namun, metode verbal tradisional mungkin kurang efektif dalam menangani sifat penderitaan manusia yang sangat non-verbal dan simbolis. Artikel ini mengeksplorasi integrasi fotografi sebagai media reflektif dan terapeutik dalam konseling pastoral eksistensial. Dengan mengacu pada teori eksistensial dan praktik fototerapi, artikel ini menyoroti potensi fotografi untuk memfasilitasi penyembuhan emosional, kontemplasi spiritual, dan pencarian makna pribadi. Sifat visual fotografi memungkinkan klien untuk menafsirkan kembali pengalaman hidup melalui gambar simbolis, membuka jalan baru untuk introspeksi, rekonstruksi naratif, dan refleksi teologis. Melalui kerangka kontekstual dan teologis, studi ini mengusulkan model inovatif di mana seni visual—khususnya fotografi—berfungsi sebagai alat pendampingan pastoral, memberdayakan individu untuk mengalami kehadiran Tuhan di tengah penderitaan dan pembaruan.

A. Pendahuluan

Dalam kehidupan manusia modern, krisis eksistensial semakin sering muncul sebagai respons terhadap tekanan hidup, keterasingan sosial, serta pengalaman

kehilangan yang mendalam. Kondisi ini tidak hanya menimbulkan gejolak psikologis, tetapi juga mengguncang aspek spiritual individu, penderitaan, dan relasi dengan Tuhan. Menurut Frankl (2006), kehilangan makna hidup adalah salah satu bentuk penderitaan terdalam yang dialami manusia, yang dapat memicu depresi, apati, bahkan keputusasaan.

Di tengah kompleksitas pergumulan ini, pelayanan konseling pastoral hadir sebagai bentuk pendampingan yang bertujuan menyatukan dimensi psikologis dan spiritual, bukan hanya untuk menyembuhkan luka batin, tetapi juga untuk menolong individu menemukan makna rohaniah di balik pengalaman hidup mereka. Konseling pastoral tidak hanya berbicara tentang penguatan iman, melainkan juga tentang pengakuan terhadap realitas penderitaan sebagai bagian dari proses eksistensial manusia (Heriyanto, 2024).

Namun demikian, pendekatan konseling pastoral masih sering terbatas pada interaksi verbal. Sementara banyak pengalaman emosional dan spiritual bersifat non-verbal atau bahkan tak terucapkan. Trauma, kehilangan, dan luka batik seringkali sulit diungkapkan secara langsung melalui kata-kata. Dalam konteks ini, muncul kebutuhan akan pendekatan-pendekatan baru yang lebih reaktif dan holistik.

Seni visual, khususnya fotografi merupakan salah satu media yang potensial digunakan sebagai sarana refreltif dalam proses pemulihan emosional dan spiritual. Fotografi memiliki kemampuan untuk merekan momen, menangkap emosi, dan menyampaikan pesan yang mendalam melalui simbol visual. Dalam pendekatan *Phototherapy* yang dikembangkan oleh Weiser (1999), fotografi digunakan sebagai alat bantu terapi untuk menggali kesadaran diri, mengenali luka, dan memfasilitasi proses penyembuhan batin. Meskipun praktik ini masih lebih umum dalam konteks psikoterapi, potensinya dalam ranah konseling pastoral belum banyak dieksplorasi, terutama di Indonesia.

Fotografi tidak hanya berfungsi sebagai dokumentasi visual, tetapi juga dapat menjadi jendela refleksif terhadap pengalaman hidup seseorang. Ketika seseorang memandang atau memilih sebuah foto yang bermakna, ia sesungguhnya sedang melakukan proses interpretasi terhadap hidupnya sendiri. Dalam terang pendekatan eksistensial, hal ini menjadi sarana untuk mengangkat kembali pertanyaan-pertanyaan fundamental tentang identitas, relasi, tanggung jawab, dan makna penderitaan (May, 1994; Simanjuntak et al., 2023)

Pendekatan eksistensial dalam konseling pastoral bertolak dari pemahaman bahwa manusia tidak bisa menghindari penderitaan, tetapi dapat memilih bagaimana merespons dan memberi makna terhadap penderitaan tersebut. Integrasi antara pendekatan ini dengan seni visual seperti fotografi membuka ruang baru dalam praktik konseling pastoral: ruang di mana refleksi, kontemplasi, dan proses penyembuhan emosional terjadi melalui media yang visual, kreatif, dan simbolik. Dalam konteks ini, konselor pastoral tidak hanya berperan sebagai pendengar, tetapi juga sebagai fasilitator refleksi visual yang menolong konseli menafsirkan ulang kisah hidup mereka dalam terang iman dan kasih Allah.

Dengan demikian, penting untuk menggali dan mengambangkan model konseling pastoral yang mengintegrasikan pendekatan eksistensial dan seni fotografi sebagai sarana reflektif dan terapeutik. Penelitian dan pengembangan dalam ranah ini dapat memperkaya praktik pastoral yang lebih responsif terhadap kebutuhan zaman dan lebih dekat dengan pengalaman eksistensial umat.

TUALAGE: Jurnal Konseling Psikospiritual dan Hipnoterapi **|| Copyright**: ©2026, Authors

B. Deskripsi Teoretik

1. Konseling Pastoral

Konseling pastoral merupakan bentuk pelayanan yang mengintegrasikan pendekatan psikologis dengan prinsip-prinsip iman Kristen. Tujuannya tidak hanya membantu individu mengatasi masalah emosional, tetapi juga menolong mereka menemukan makna spiritual di tengah penderitaan dan pergumulan hidup. Menurut Benner (2003), konseling pastoral adalah pelayanan pendampingan yang menghargai keunikan setiap individu sebagai pribadi yang diciptakan menurut gambar Allah dan yang sedang bergumul menuju pemulihan holistik—psikologis, sosial, dan rohaniah.

Dalam konseling pastoral, penderitaan tidak dilihat semata-mata sebagai gejala psikopatologis, melainkan sebagai bagian dari dinamika iman dan eksistensi manusia di hadapan Allah (Heriyanto, 2024). Oleh karena itu, konselor pastoral bertugas bukan hanya memberi solusi praktis, tetapi juga memfasilitasi proses refleksi spiritual yang menolong individu menyadari kehadiran dan karya Allah dalam narasi hidup mereka.

2. Pendekatan Eksistensial dalam Konseling

Pendekatan eksistensial dalam konseling berakar pada pemikiran filsafat eksistensial yang dikembangkan oleh tokoh-tokoh seperti Søren Kierkegaard, Viktor Frankl, Rollo May, dan Irvin Yalom. Pendekatan ini menekankan pada pentingnya kebebasan, tanggung jawab, kesadaran diri, serta pencarian makna hidup sebagai aspek utama dalam pemulihan psikologis (Frankl, 2006; Yalom, 1980).

Dalam konteks konseling, pendekatan ini menolong individu untuk:

1. Mengenali dan menerima kondisi hidup yang absurd atau penuh penderitaan.
2. Menemukan makna pribadi dalam pengalaman tersebut.
3. Mengambil sikap aktif dan sadar terhadap pilihan-pilihan hidupnya.
4. Menjalin hubungan yang autentik dengan diri sendiri, sesama, dan Tuhan.

Menurut Frankl (2006), manusia selalu memiliki kebebasan batin untuk memilih respons terhadap penderitaan, dan dalam pilihan itulah makna ditemukan. Pendekatan ini sangat relevan dalam konseling pastoral karena membuka ruang untuk dialog yang mendalam tentang penderitaan, iman, dan harapan.

Dalam penerapannya secara pastoral, pendekatan eksistensial memberi perhatian khusus pada pengalaman spiritual konseli dalam menghadapi realitas hidup seperti kematian, kehilangan, keterasingan, dan kehampaan makna. Aspek ini menekankan bahwa pemulihan emosional tidak hanya dicapai melalui pemahaman rasional, tetapi juga melalui kesadaran rohani dan rekonstruksi makna dalam terang iman Kristen (Simanjuntak et al., 2023).

3. Fotografi sebagai Media Reflektif dan Terapeutik

TUALAGE: Jurnal Konseling Psikospiritual dan Hipnoterapi **|| Copyright**: ©2026, Authors

Fotografi sebagai seni visual memiliki kemampuan unik dalam merepresentasikan emosi, pengalaman, dan ingatan dalam bentuk simbolik. Sebagai media ekspresi non-verbal, fotografi mampu menjembatani kesenjangan antara perasaan terdalam dengan kesadaran reflektif seseorang. Dalam konteks psikoterapi, teknik ini dikenal melalui praktik phototherapy, yaitu penggunaan foto sebagai alat untuk membuka percakapan, mengenali emosi, dan menyusun ulang narasi hidup (Weiser, 1999).

Beberapa prinsip utama dalam penggunaan fotografi sebagai media terapeutik antara lain:

1. Representasi simbolik: Foto berfungsi sebagai representasi pengalaman emosional, spiritual, atau eksistensial.
2. Proyeksi makna pribadi: Individu memproyeksikan pemaknaan subjektif mereka terhadap gambar.
3. Refleksi naratif: Gambar memicu proses narasi ulang atas kisah hidup dan pengalaman masa lalu.
4. Kontemplasi spiritual: Dalam konteks pastoral, foto juga dapat menjadi sarana refleksi teologis tentang kehadiran Allah dalam hidup.

Dalam konseling pastoral, proses ini bisa memperkuat praktik spiritual guidance, di mana gambar digunakan untuk membimbing konseli merenungkan kehadiran dan karya Tuhan dalam hidup mereka. Hal ini sejalan dengan pandangan bahwa spiritualitas tidak hanya diungkapkan melalui liturgi atau doktrin, tetapi juga melalui pengalaman estetis dan visual yang mendalam (Griffith & Griffith, 2002).

C. Metode Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif deskriptif karena penelitian ini menghasilkan data deskriptif dalam bentuk kata-kata tertulis ataupun lisan, serta perilaku yang diamati baik itu individu atau kelompok juga menganalisis fungsi pastoral konseling dari tradisi lisan aimpalukka bagi pemuda di Talaud. Penelitian kualitatif adalah pengumpulan data pada suatu latar alamiah dengan tujuan menafsirkan fenomena yang terjadi (Suwendra, 2018, pp. 8-9).

D. Hasil dan Pembahasan

1. Integrasi Konseling Pastoral dan Kebutuhan Pemulihan Emosional

Dalam konteks kehidupan manusia modern yang semakin kompleks dan rentan terhadap tekanan emosional, kebutuhan akan pendampingan yang menyentuh dimensi psikologis sekaligus spiritual menjadi semakin mendesak. Konseling pastoral hadir sebagai respons terhadap realitas tersebut, menawarkan pelayanan yang tidak hanya bersifat terapeutik tetapi juga transformatif. Konseling pastoral tidak berupaya menggantikan terapi psikologis klinis, melainkan melengkapinya dengan pendekatan yang menekankan keutuhan manusia sebagai makhluk rohani yang memiliki relasi dengan Tuhan.

Pemulihan emosional dalam konseling pastoral bersifat holistik. Ia mencakup pemulihan batin, penguatan makna hidup, serta pembaruan iman. Penderitaan, luka

batin, dan krisis eksistensial tidak semata-mata dipahami sebagai patologi, melainkan sebagai bagian dari perjalanan iman yang dapat membawa seseorang pada pengenalan diri yang lebih dalam serta relasi yang lebih otentik dengan Tuhan. Dalam hal ini, konseling pastoral membantu individu untuk menafsirkan ulang penderitaannya dalam terang iman, serta menemukan harapan dan makna baru di tengah ketidakpastian hidup.

2. Pendekatan Eksistensial dalam Konseling Pastoral

Pendekatan eksistensial memandang bahwa manusia pada dasarnya adalah makhluk yang bebas, bertanggung jawab, dan sedang dalam proses terus-menerus untuk menemukan makna hidup. Viktor Frankl (2006), dalam logoterapinya, menekankan bahwa pencarian makna adalah motivasi utama dalam hidup manusia, bahkan dalam situasi penderitaan yang paling ekstrem sekalipun. Dalam konseling pastoral, pendekatan ini memiliki resonansi kuat karena iman Kristen juga menekankan pentingnya makna spiritual dalam penderitaan dan kehidupan.

Penerapan pendekatan eksistensial dalam konseling pastoral membantu konseli untuk menyadari keberadaan dirinya secara utuh—termasuk kelemahan, rasa takut, dan keterbatasan eksistensialnya. Ketika konseli diajak untuk menghadapi kenyataan akan penderitaan, kematian, keterasingan, dan kehampaan, mereka diberikan ruang untuk merenungkan kembali arah hidupnya dalam relasi dengan Allah. Dalam proses ini, konselor bertindak sebagai pendamping spiritual yang tidak hanya mendengarkan, tetapi juga menolong konseli membaca ulang pengalaman hidupnya sebagai bagian dari narasi ilahi yang lebih besar.

3. Potensi Fotografi sebagai Media Reflektif dan Terapeutik

Fotografi sebagai bentuk seni visual memiliki kemampuan untuk menangkap momen-momen kehidupan dalam bentuk yang simbolik dan subjektif. Lebih dari sekadar dokumentasi visual, fotografi dapat menjadi jendela menuju pengalaman batin, refleksi diri, dan pemaknaan ulang atas peristiwa-peristiwa yang dialami seseorang. Dalam konteks psikoterapi, teknik ini dikenal sebagai phototherapy, di mana foto digunakan untuk menstimulasi proses introspeksi, membuka ruang dialog emosional, serta mengkaji makna personal dari gambar yang dipilih atau diambil oleh individu (Weiser, 1999).

Dalam konseling pastoral, integrasi fotografi membuka peluang untuk menyentuh dimensi spiritual dan eksistensial konseli secara lebih mendalam. Foto yang merepresentasikan kehilangan, kehampaan, atau pengharapan dapat menjadi alat bantu untuk menggali makna penderitaan atau keberadaan Allah dalam situasi sulit. Sebagai contoh, seseorang yang sedang berduka dapat diajak untuk merefleksikan foto kenangan bersama orang yang telah meninggal, bukan sekadar sebagai bentuk nostalgia, tetapi sebagai momen spiritual untuk mengucap syukur, merelakan, dan menyadari penyertaan Tuhan yang terus hadir.

TUALAGE: Jurnal Konseling Psikospiritual dan Hipnoterapi **|| Copyright**: ©2026, Authors

Proses ini tidak hanya membantu konseli untuk mengungkapkan perasaannya, tetapi juga memberikan ruang bagi konseli untuk melihat ulang kehidupannya dari sudut pandang yang lebih luas—melibatkan iman, harapan, dan cinta kasih Tuhan.

4. Integrasi Fotografi dalam Praktik Konseling Pastoral Eksistensial

Penggunaan fotografi dalam praktik konseling pastoral eksistensial dapat dilakukan dengan berbagai pendekatan yang fleksibel, namun tetap terarah secara teologis dan psikologis. Konselor pastoral dapat mengajak konseli membawa foto pribadi atau memilih gambar dari koleksi tertentu yang menimbulkan resonansi emosional dan spiritual. Gambar tersebut kemudian dijadikan titik tolak percakapan reflektif dengan beberapa pertanyaan eksistensial, seperti:

1. Apa yang gambar ini wakili dalam hidup Anda?
2. Emosi atau kenangan apa yang muncul ketika Anda melihatnya?
3. Apa pesan rohani yang mungkin Tuhan ingin sampaikan melalui gambar ini?
4. Bagaimana pengalaman yang tergambar dalam foto ini mengubah pandangan Anda tentang hidup, penderitaan, atau iman?

Melalui pendekatan ini, konseli diajak untuk membangun narasi yang bersifat reflektif dan spiritual. Dalam kerangka eksistensial, narasi tersebut menjadi wadah untuk menyusun ulang makna hidup dan membangun identitas baru yang lebih kuat secara rohani.

Lebih lanjut, proses ini juga memberi ruang bagi konseli untuk mengalami Allah sebagai pribadi yang hadir secara nyata dalam sejarah hidup mereka. Dengan demikian, fotografi bukan hanya media ekspresi, tetapi juga menjadi sakramen visual—tanda kasih dan penyertaan Allah dalam hidup manusia.

5. Implikasi Praktis dan Etis

Dalam pelaksanaannya, integrasi fotografi dalam konseling pastoral juga memerlukan perhatian pada aspek etika dan kepekaan pastoral. Konselor perlu menjaga kerahasiaan foto yang dibagikan konseli, memahami konteks emosional yang mungkin muncul dari gambar, serta bersikap empatik dan tidak menghakimi. Selain itu, penting untuk memastikan bahwa proses refleksi tetap berakar pada nilai-nilai iman Kristen, sehingga narasi yang dibangun konseli bukan hanya bersifat personal, tetapi juga transformatif secara spiritual.

Di tengah masyarakat Indonesia yang semakin terbuka terhadap seni dan media visual, pendekatan ini memiliki potensi besar untuk menjangkau berbagai kalangan, termasuk anak muda dan jemaat urban. Gereja dan lembaga pelayanan pastoral dapat mengembangkan program pendampingan berbasis seni visual yang kontekstual dan menyentuh kebutuhan emosional umat masa kini.

TUALAGE: Jurnal Konseling Psikospiritual dan Hipnoterapi **|| Copyright**: ©2026, Authors

E. Kesimpulan

Perkembangan pendekatan dalam konseling pastoral menunjukkan pentingnya keterbukaan terhadap metode-metode baru yang kontekstual, relevan, dan mampu menjangkau kedalaman pengalaman manusia, khususnya dalam hal pemulihan emosional. Salah satu pendekatan inovatif yang menunjukkan potensi besar adalah integrasi fotografi sebagai media reflektif dan terapeutik.

Fotografi bukan hanya sekadar media visual, melainkan dapat menjadi jembatan untuk mengungkapkan dan memahami pengalaman eksistensial serta spiritual seseorang. Dalam kerangka konseling pastoral eksistensial, gambar mampu memfasilitasi konseli untuk menyelami makna dari penderitaan, kehilangan, atau keraguan, serta menemukan kembali arah dan pengharapan hidupnya dalam relasi dengan Tuhan.

Pendekatan ini juga menegaskan bahwa pemulihan emosional sejati bukan hanya terjadi di ranah psikologis, tetapi menyentuh dimensi spiritual yang terdalam. Ketika seseorang diajak merefleksikan pengalaman hidupnya melalui simbol visual seperti foto, ia didorong untuk melihat kehadiran Allah dalam peristiwa hidupnya, baik yang menyenangkan maupun menyakitkan. Dengan demikian, fotografi dapat menjadi alat bantu pastoral yang transformatif—mendorong proses kontemplasi, pengampunan diri, rekonsiliasi, dan pembaruan iman.

Berdasarkan temuan dan pembahasan yang telah dikaji, penulis memberikan beberapa saran sebagai berikut:

1. Bagi Praktisi Konseling Pastoral:

Diharapkan terbuka terhadap penggunaan media visual seperti fotografi dalam proses konseling. Pelatihan khusus mengenai interpretasi simbolik dan pendampingan reflektif berbasis gambar dapat memperkaya kompetensi konselor pastoral.

2. Bagi Lembaga Pendidikan Teologi dan Gereja:

Perlu dikembangkan kurikulum atau pelatihan praktis yang mengintegrasikan seni visual dalam pelayanan pastoral, terutama untuk menjangkau jemaat muda dan masyarakat urban yang lebih responsif terhadap komunikasi visual.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya:

Penelitian lebih lanjut dapat dilakukan untuk menguji efektivitas pendekatan ini secara kuantitatif maupun kualitatif, serta eksplorasi konteks budaya lokal Indonesia yang kaya akan simbol dan narasi visual yang dapat digunakan dalam konseling.

4. Bagi Konselor di Konteks Indonesia:

Perlu mempertimbangkan sensitivitas budaya, latar belakang teologis konseli, serta memperhatikan aspek etika dan kerahasiaan dalam menggunakan foto-foto pribadi sebagai materi konseling.

Melalui eksplorasi lebih lanjut, diharapkan pendekatan ini dapat berkontribusi nyata dalam pelayanan pastoral di Indonesia—menyediakan ruang aman dan penuh kasih di mana setiap individu dapat mengalami pemulihan dan pertumbuhan rohani yang mendalam.

Referensi

Benner, D. G. (2003). Strategic pastoral counseling: A short-term structured model (2nd ed.). Grand Rapids, MI: Baker Academic.

Frankl, V. E. (2006). Man's search for meaning. Boston, MA: Beacon Press.

Griffith, J. L., & Griffith, M. E. (2002). Encountering the sacred in psychotherapy: How to talk with people about their spiritual lives. New York, NY: The Guilford Press.

Heriyanto. (2024). Kontribusi psikologi dalam pelayanan pastoral konseling Kristen. Jurnal Konseling Teologis Indonesia, 12(1), 22–35.

Simanjuntak, S., Sihombing, M., & Pardede, J. (2023). Kompetensi konselor pastoral dalam menyikapi depresi. Jurnal Pelayanan Gerejawi, 9(2), 41–55.

Weiser, J. (1999). PhotoTherapy techniques: Exploring the secrets of personal snapshots and family albums. Vancouver, Canada: PhotoTherapy Centre.