

## PERAN KONSELING PASTORAL DALAM MENDAMPINGI REMAJA DAN DEWASA MUDA YANG BERGUMUL DENGAN IDENTITAS DIRI

Ita Marican Sinaga<sup>1</sup>, Rencan Charisma Putri Marbun<sup>2</sup>  
<sup>1,2</sup> Prodi Magiser Teologi Institut Agama Kristen Negeri Tarutung

### **Abstract**

*Adolescents and young adults are age groups in the process of searching for and forming their own identity, often characterized by emotional, spiritual, and social struggles. In this context, pastoral counseling plays a crucial role as a form of support that integrates psychological and spiritual approaches. This study aims to examine the role of pastoral counseling in helping individuals understand, accept, and develop a healthy and holistic self-identity. Using a qualitative case study approach, this paper explores the dynamics of identity struggles, effective forms of pastoral intervention, and their impact on clients' personal and spiritual growth. The results indicate that pastoral counseling can create a safe space for adolescents and young adults to express themselves, process life experiences, and find meaning in relationships with God and others. These findings emphasize the importance of the presence of empathetic, reflective, and faith-based pastoral counselors in the process of identity support.*

**Keywords:** *Pastoral Counseling, Adolescents and Adults, Self-Identity*

### **Abstrak**

Remaja dan dewasa muda merupakan kelompok usia yang berada dalam fase pencarian dan pembentukan identitas diri, yang kerap diwarnai oleh pergumulan emosional, spiritual, dan sosial. Dalam konteks ini, konseling pastoral memiliki peran penting sebagai bentuk pendampingan yang mengintegrasikan pendekatan psikologis dan spiritual. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji peran konseling pastoral dalam membantu individu memahami, menerima, dan mengembangkan identitas diri secara sehat dan utuh. Melalui metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus, jurnal ini mengeksplorasi dinamika pergumulan identitas, bentuk intervensi pastoral yang efektif, serta dampaknya terhadap pertumbuhan pribadi dan spiritual klien. Hasil penelitian menunjukkan bahwa konseling pastoral mampu menciptakan ruang aman bagi remaja dan dewasa muda untuk mengekspresikan diri, mengolah pengalaman hidup, dan menemukan makna dalam relasi dengan Tuhan dan sesama. Temuan ini menegaskan pentingnya kehadiran konselor pastoral yang empatik, reflektif, dan berbasis nilai-nilai iman dalam proses pendampingan identitas diri.

**Kata kunci:** Konseling Pastoral; Remaja dan Dewasa; Identitas Diri

## PENDAHULUAN

Pemuda merupakan tahap kehidupan yang dimulai saat seseorang berusia 17 tahun ke atas, di mana mereka menjalani hidup dengan banyak pertimbangan dan membuat keputusan penting. Pada masa ini, pemuda dihadapkan pada tanggung jawab untuk masa depan, karena mereka akan menjadi dasar bagi gereja saat menjalani perubahan yang lebih menekankan pada kehidupan yang diwarnai oleh kasih Tuhan. Pemuda memainkan peran vital dalam menciptakan kehidupan jemaat yang berorientasi pada kehidupan baru, dan kontribusi mereka dapat terlihat dari kemajuan yang dialami jemaat. Peranan sentral pemuda menjadi motivasi dalam pelayanan dan meninggalkan pengalaman-pengalaman buruk yang lalu, guna mengembangkan kehidupan baru bersama Tuhan melalui diri mereka sendiri, sehingga membuat pemuda lainnya juga berperan penting dalam perkembangan serta pertumbuhan jemaat.<sup>1</sup>

Berbicara mengenai generasi muda, mereka sering dianggap sebagai penerus dalam skala mikro, seperti keluarga, bangsa, negara, dan komunitas gereja. Kaum muda biasanya dipandang sebagai harapan karena mereka berperan sebagai agen perubahan dan penerus yang memiliki karakter kepemimpinan dan menjadi teladan di dalam masyarakat serta di lingkungan gereja. Generasi muda merupakan "kunci" untuk menjalankan praktik gereja saat ini dan di masa mendatang karena mereka akan melanjutkan tugas gereja yang sebelumnya dijalankan oleh orang dewasa yang mewarisi iman Kristen. Secara umum, pemuda diartikan sebagai para remaja laki-laki atau perempuan yang masih muda. Menurut Mulyana, pemuda adalah individu yang memiliki sifat dinamis, optimis, dan kesulitan untuk mengendalikan emosi mereka secara konsisten.<sup>2</sup>

Pemuda merupakan generasi penerus bagi sebuah gereja yang bertugas menjadi contoh baik di dalam gereja maupun masyarakat. Mereka diharapkan menjadi penggerak perubahan untuk kemajuan gereja di masa depan. Oleh karena itu, gereja memiliki tanggung jawab untuk mengundang dan mengajak pemuda-pemudi agar terlibat aktif dalam berbagai kegiatan gereja. Masa remaja dan awal dewasa adalah fase yang sangat krusial dalam kehidupan seseorang. Pada titik ini, individu mengalami perubahan dalam aspek fisik, emosional, sosial, dan spiritual yang membentuk identitas mereka. Erik Erikson menamai fase ini sebagai waktu krisis identitas, di

---

<sup>1</sup> Julio Eleazer Nendissa, "Pentingnya Partisipasi Pemuda Jemaat: Studi Kasus Pada Gereja Masehi Injili Minahasa Syaloom, Karombasan," *Teologi Pantekosta* 5 No. 1 (2022). 66-67

<sup>2</sup> Linda Darmawati Gea Noverlianus Harefa, Abdi Waruwu, "Gereja Tanpa Pemuda Dapatkah Bertumbuh," *Teologi* 4 no 1 (2023).

mana individu berusaha menemukan jawaban atas pertanyaan penting seperti "Siapa saya?" dan "Apa tujuan hidup saya?". Ketidakmampuan untuk menemukan jawaban atas pertanyaan ini bisa mengakibatkan kebingungan identitas, perasaan cemas, dan bahkan krisis eksistensial. Dalam jurnal mengenai peran konseling pastoral yang mendukung pertumbuhan rohani pemuda, B Hurlock mengemukakan bahwa masa muda merupakan pencarian stabilitas dan fase reproduktif yang seringkali diwarnai oleh masalah dan ketegangan emosional, komitmen, serta ketergantungan, perubahan dalam nilai-nilai hidup, dan penyesuaian diri.<sup>3</sup> Dalam lingkungan masyarakat modern yang dipenuhi dengan tekanan sosial, harapan budaya, dan arus informasi yang cepat, permasalahan identitas menjadi semakin rumit. Remaja dan dewasa muda sering merasa terjepit antara nilai-nilai keluarga, tuntutan dari lingkungan, dan keinginan untuk menemukan diri mereka yang sejati. Dalam konteks ini, peran konseling pastoral menjadi sangat penting. Konseling pastoral tidak hanya memberikan pendekatan psikologis, tetapi juga menyentuh aspek spiritual dan eksistensial individu, serta menyediakan ruang untuk refleksi dalam mencari makna hidup berdasarkan iman. Pendampingan pastoral yang penuh empati dan berfokus pada nilai-nilai spiritual dapat menjadi alat untuk membantu individu yang mengalami kesulitan dengan identitas mereka untuk memulihkan dan tumbuh secara utuh. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki secara mendalam bagaimana konseling pastoral dapat berkontribusi dalam mendukung remaja dan dewasa muda dalam proses pencarian serta pengembangan identitas diri yang sehat dan bermakna. Konseling pastoral hadir sebagai bentuk pendampingan yang mengintegrasikan pendekatan psikologis dan nilai-nilai spiritual. Berbeda dari konseling konvensional, konseling pastoral menempatkan aspek iman dan relasi dengan Tuhan sebagai bagian integral dari proses pemulihan dan pembentukan diri. Pendekatan ini memberikan ruang bagi individu untuk merefleksikan pengalaman hidup mereka dalam terang kasih dan pengampunan ilahi. Kebutuhan akan pendampingan spiritual yang relevan dan kontekstual menjadi semakin mendesak di tengah arus modernisasi dan globalisasi yang memengaruhi cara berpikir dan berperilaku generasi muda. Oleh karena itu, penelitian ini berupaya menggali secara mendalam bagaimana konseling pastoral dapat menjadi sarana efektif dalam membantu remaja dan dewasa muda menemukan identitas diri yang sehat dan bermakna.

---

<sup>3</sup> Sekolah Tinggi Teologi Kharisma Bandug, "PERAN PASTORAL KONSELING YANG BERDAMPAK BAGI PERTUMBUHAN ROHANI JEMAAT DEWASA MUDA," *Missio Ecclesiae* 12 No. 1 (2023): 3.

Dalam konteks Indonesia yang religious dan multicultural, pencarian identitas sering kali bersinggungan dengan nilai-nilai spiritual dan keagamaan. Gereja sebagai komunitas iman memiliki tanggung jawab untuk menyediakan ruang aman bagi proses pencarian tersebut melalui pastoral konseling yang tidak hanya menawarkan Solusi atas masalah psikologis, tetapi juga menghadirkan kehadiran Allah yang menyembuhkan dan membimbing pergumulan identitas, konseling pastoral dapat menjadi sarana yang efektif untuk membantu remaja dan dewasa muda mengenali jati diri mereka, mengatasi konflik batin, dan membangun kepercayaan diri yang sehat. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji secara mendalam bagaimana konseling pastoral berperan dalam mendampingi individu yang bergumul dengan identitas diri, serta mengidentifikasi strategi dan pendekatan yang relevan dalam praktik konseling pastoral.

## **KAJIAN TEORITIS**

### **TEORI IDENTITAS DIRI**

Konsep identitas diri pertama kali diperkenalkan oleh Erikson melalui teori perkembangan psikososial. Menurut Erikson, identitas adalah perasaan tentang diri yang konsisten dan berkelanjutan, yang terbentuk melalui interaksi antara individu dan lingkungan sosialnya.<sup>4</sup> Dalam buku John W Santrock Erikson menjelaskan bahwa identitas diri adalah perasaan yang subjektif tentang siapa kita, yang tetap ada dan berubah seiring waktu. Dalam berbagai situasi dan lokasi sosial, seseorang masih merasakan bahwa mereka adalah orang yang sama. Hal ini memungkinkan orang lain yang melihat konsistensi dalam karakter tersebut untuk memberikan tanggapan yang sesuai. Dengan demikian, identitas bagi individu dan orang lain dapat membantu memastikan perasaan subjektif itu.<sup>5</sup> Ia menyebut tahap ini sebagai “identity versus role confusion”, yang berarti seseorang sedang berusaha membentuk identitasnya sambil menghadapi kebingungan peran dalam masyarakat. James E. Marcia memperluas teori Erikson dengan mengelompokkan status identitas ke dalam empat jenis, yakni: difusi identitas, penutupan identitas, moratorium identitas, dan pencapaian identitas.<sup>6</sup> Konseling Pastoral adalah bentuk pelayanan yang dilakukan oleh pelayan gereja atau rohaniwan untuk membantu jemaat yang sedang mengalami pergumulan

---

<sup>4</sup> Erik.H. Erikson, *Identity: Youth and Crisis* (Company, 1968).

<sup>5</sup> Santrock Adolescence John W, “Perkembangan Remaja , Terj.Shinto B Adelar,” ed. Erlangga (Jakarta, n.d.), 340.

<sup>6</sup> James S Flemming, “Generasi Menurut Para Ahli,” *International Open University Indonesia* 3 No. 2 (2019).

hidup. Menurut Howard Clinebell, konseling pastoral merupakan bantuan yang diberikan dengan menggabungkan wawasan psikologi dan nilai-nilai spiritual.<sup>7</sup> Tujuannya bukan hanya untuk menyelesaikan masalah, tetapi juga untuk membantu individu mengalami pertumbuhan rohani dan emosional.

Dalam konteks remaja dan dewasa muda, kebingungan identitas dapat muncul dalam berbagai bentuk, seperti:

- **Krisis nilai:** ketidakjelasan mengenai prinsip moral dan spiritual yang menjadi pegangan hidup.
- **Kebingungan peran sosial:** kesulitan menentukan posisi dalam keluarga, pertemanan, atau masyarakat.
- **Krisis eksistensial:** perasaan hampa, tidak berarti, dan kehilangan arah hidup.

Erikson menegaskan bahwa krisis identitas bukanlah fenomena patologis semata, melainkan bagian dari dinamika perkembangan yang normal. Namun, apabila krisis ini tidak ditangani dengan baik, ia dapat berkembang menjadi masalah psikologis yang lebih serius, seperti depresi, kecemasan, atau bahkan keterasingan sosial.<sup>8</sup>

Dalam kerangka pastoral, teori Erikson memberikan landasan penting untuk memahami pergumulan remaja dan dewasa muda. Konseling pastoral dapat berperan sebagai pendamping yang menolong individu melewati fase krisis identitas dengan cara:

- Membantu mereka mengartikulasikan pertanyaan eksistensial secara jujur.
- Menawarkan perspektif iman yang memberi makna pada pengalaman hidup.
- Memberikan dukungan empatik agar individu tidak merasa sendirian dalam pergumulan identitasnya.

Dengan demikian, teori identitas Erikson tidak hanya relevan dalam ranah psikologi perkembangan, tetapi juga memiliki implikasi yang signifikan bagi praktik konseling pastoral, khususnya dalam mendampingi remaja dan dewasa muda yang bergumul dengan pencarian jati diri.

### **Konseling Pastoral Menurut Howard Clinebell**

Howard Clinebell, seorang tokoh penting dalam bidang konseling pastoral, mendefinisikan konseling pastoral sebagai suatu bentuk pelayanan yang bertujuan **menyembuhkan,**

---

<sup>7</sup> Howard Clinebell, *Basic Types of Pastoral Care and Counseling*, 1984.

<sup>8</sup> Ibid hlm, 135.

**menumbuhkan, dan membimbing**, dengan mengintegrasikan dimensi psikologi dan iman.<sup>9</sup> Definisi ini menegaskan bahwa konseling pastoral bukan sekadar terapi psikologis, melainkan sebuah pendekatan holistik yang memperhatikan aspek spiritualitas sebagai bagian integral dari proses konseling.

### 1. **Konseling Pastoral sebagai Pelayanan Penyembuhan (*Healing Ministry*)**

Clinebell menekankan bahwa salah satu fungsi utama konseling pastoral adalah **penyembuhan**. Penyembuhan di sini tidak hanya terbatas pada pemulihan kondisi mental atau emosional, tetapi juga mencakup pemulihan spiritual. Konseling pastoral berusaha menolong individu yang terluka secara batin, mengalami trauma, atau kehilangan makna hidup, dengan menghadirkan kasih dan pengharapan yang bersumber dari iman Kristen.

### 2. **Konseling Pastoral sebagai Pelayanan Pertumbuhan (*Growth Ministry*)**

Selain menyembuhkan, konseling pastoral juga berfungsi untuk **menumbuhkan**. Artinya, konseling pastoral tidak hanya berfokus pada masalah atau krisis, tetapi juga pada pengembangan potensi diri. Clinebell melihat konseling pastoral sebagai sarana untuk mendorong individu bertumbuh dalam kedewasaan psikologis dan spiritual, sehingga mereka mampu menjalani kehidupan dengan lebih sehat, produktif, dan bermakna.<sup>10</sup>

### 3. **Konseling Pastoral sebagai Pelayanan Bimbingan (*Guidance Ministry*)**

Fungsi ketiga adalah **membimbing**. Konseling pastoral berperan sebagai pendamping yang menolong individu mengambil keputusan yang bijak, menemukan arah hidup, serta mengintegrasikan nilai-nilai iman dalam setiap aspek kehidupannya. Dalam hal ini, konselor pastoral bukan sekadar “problem solver”, melainkan seorang pembimbing rohani yang menuntun individu untuk melihat hidupnya dalam terang relasi dengan Tuhan.<sup>11</sup>

### 4. **Integrasi Psikologi dan Iman**

Keunikan konseling pastoral menurut Clinebell terletak pada **integrasi psikologi dan iman**. Ia menegaskan bahwa konseling pastoral harus memanfaatkan pengetahuan psikologi modern untuk memahami dinamika kepribadian dan perilaku manusia, sekaligus mengakar pada iman Kristen sebagai sumber makna, pengharapan, dan transformasi. Dengan demikian, konseling pastoral

---

<sup>9</sup>Howard Clinebell, *Basic Types of Pastoral Care and Counseling* (Nashville: Abingdon Press, 1984), hlm. 42.

<sup>10</sup>Ibid hlm, 45.

<sup>11</sup> Stephen Pattison, *Pastoral Care and Counselling: Theory and Practice* (London: Routledge, 2000), hlm. 23.

menjadi jembatan antara ilmu pengetahuan dan spiritualitas, yang bersama-sama menolong individu mencapai keutuhan diri.

Dengan uraian ini, terlihat bahwa konseling pastoral menurut Clinebell memiliki dimensi yang sangat luas: ia bukan hanya terapi, tetapi juga pelayanan rohani yang menyentuh aspek penyembuhan, pertumbuhan, dan bimbingan.

### **Spiritualitas dan Identitas Menurut Emmanuel Lartey**

Emmanuel Lartey, seorang teolog pastoral yang menekankan pendekatan interkultural dalam konseling, berargumen bahwa **identitas sejati manusia tidak dapat dilepaskan dari dimensi spiritual**. Hal ini berangkat dari pemahaman bahwa manusia bukan sekadar makhluk biologis atau psikologis, melainkan makhluk relasional yang menemukan dirinya dalam hubungan dengan Allah dan sesama.<sup>12</sup>

#### **1. Identitas sebagai Relasi dengan Allah**

Menurut Lartey, identitas manusia bersifat relasional. Artinya, seseorang tidak dapat memahami dirinya secara utuh hanya melalui introspeksi psikologis atau interaksi sosial, melainkan melalui kesadaran akan keberadaannya di hadapan Allah. Relasi dengan Allah menjadi fondasi yang memberi makna terdalam bagi eksistensi manusia. Dengan kata lain, identitas sejati bukan sekadar “siapa aku” dalam perspektif dunia, tetapi “siapa aku” dalam terang kasih dan panggilan Allah.<sup>13</sup>

#### **2. Spiritualitas sebagai Dimensi Integral Identitas**

Spiritualitas, dalam pandangan Lartey, bukanlah aspek tambahan atau sekunder, melainkan dimensi integral dari identitas manusia. Ia menegaskan bahwa setiap individu membawa kerinduan eksistensial untuk menemukan makna, tujuan, dan arah hidup. Kerinduan ini hanya dapat dipenuhi melalui keterhubungan dengan sumber transenden, yaitu Allah.<sup>14</sup> Oleh karena itu, krisis identitas yang dialami remaja dan dewasa muda seringkali tidak hanya bersifat psikologis, tetapi juga spiritual.

#### **3. Implikasi Pastoral**

Dalam praktik konseling pastoral, pemahaman Lartey ini memiliki implikasi penting:

---

<sup>12</sup> Emmanuel Lartey, *In Living Color: An Intercultural Approach to Pastoral Care and Counseling* (London: Jessica Kingsley Publishers, 2003), hlm. 67.

<sup>13</sup> Ibid hlm, 70.

<sup>14</sup> Stephen Pattison, *Pastoral Care and Counselling: Theory and Practice* (London: Routledge, 2000), hlm. 45.

- **Pendampingan holistik:** Konselor pastoral tidak hanya menolong individu memahami dinamika psikologisnya, tetapi juga mengarahkan mereka pada refleksi spiritual.
- **Integrasi iman:** Pergumulan identitas dipahami sebagai bagian dari perjalanan iman, sehingga konseling pastoral menolong individu melihat krisis identitas sebagai kesempatan untuk bertumbuh dalam relasi dengan Allah.
- **Makna relasional:** Konseling pastoral menekankan bahwa identitas sejati ditemukan dalam relasi yang sehat dengan Allah, diri sendiri, dan sesama.

#### **4. Relevansi bagi Remaja dan Dewasa Muda**

Dalam konteks remaja dan dewasa muda, teori Lartey sangat relevan. Masa ini ditandai dengan pencarian jati diri, yang seringkali menimbulkan kebingungan dan krisis eksistensial. Konseling pastoral yang berlandaskan spiritualitas dapat menolong mereka menemukan bahwa identitas sejati bukanlah hasil pencapaian sosial semata, melainkan kesadaran akan keberadaan mereka sebagai ciptaan Allah yang dikasihi.

Dengan demikian, Lartey menegaskan bahwa **identitas sejati manusia tidak dapat dipahami tanpa spiritualitas**, karena manusia menemukan dirinya dalam relasi dengan Allah. Hal ini memperluas perspektif konseling pastoral: ia bukan hanya sarana pemulihan psikologis, tetapi juga jalan menuju penemuan makna hidup yang berakar pada iman.

#### **METODE PENELITIAN**

Metode memuat jenis penelitian dan metode penelitian yang dipakai dalam penelitian, misalnya kuantitatif, kualitatif, mix-method, penelitian pengembangan (RnD), analisis, studi pustaka, dll.

#### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

##### **Dinamika Pergumulan Identitas**

Masa remaja dan dewasa muda merupakan periode transisi yang kompleks, ditandai oleh pencarian jati diri, pembentukan nilai-nilai pribadi, dan penyesuaian terhadap tuntutan sosial. Dalam tahap ini, individu sering kali mengalami kebingungan identitas, terutama ketika nilai-nilai internal mereka bertentangan dengan ekspektasi eksternal. Erikson menyebut fase ini sebagai

“identity versus role confusion,” di mana individu berjuang untuk menemukan siapa dirinya dalam dunia yang terus berubah.<sup>15</sup>

Kebingungan identitas dapat muncul dalam berbagai bentuk, seperti ketidakpastian arah hidup, konflik nilai, dan perasaan tidak diterima. Media sosial dan tekanan budaya turut memperkuat krisis ini, karena individu cenderung membandingkan diri dengan orang lain dan merasa tidak cukup baik. Dalam konteks ini, konseling pastoral hadir sebagai ruang reflektif yang memungkinkan individu untuk mengeksplorasi identitas mereka secara utuh—baik secara psikologis maupun spiritual.

### **Pergumulan Identitas Remaja dan Dewasa Muda**

Masa remaja dan dewasa muda merupakan periode perkembangan yang sarat dengan dinamika psikologis, sosial, dan spiritual. Pada tahap ini, individu dihadapkan pada berbagai tekanan yang signifikan, baik dari dalam diri maupun dari lingkungan eksternal. **Ekspektasi keluarga** seringkali menjadi sumber tekanan utama, di mana remaja dan dewasa muda dituntut untuk memenuhi standar akademik, moral, atau bahkan karier yang ditetapkan oleh orang tua. Ketidakmampuan memenuhi ekspektasi tersebut dapat menimbulkan rasa bersalah, rendah diri, dan kebingungan identitas.<sup>16</sup>

Selain itu, **pengaruh teman sebaya** memainkan peran yang besar dalam pembentukan identitas. Remaja cenderung mencari penerimaan sosial, sehingga mereka mudah terpengaruh oleh norma kelompok. Fenomena ini dapat menimbulkan dilema antara mempertahankan keaslian diri atau menyesuaikan diri dengan tekanan kelompok. Ketika individu gagal menemukan keseimbangan, kebingungan identitas semakin menguat.<sup>17</sup>

Arus **budaya populer** dan **media digital** memperparah pergumulan ini. Platform media sosial memperkuat fenomena *social comparison*, yaitu kecenderungan membandingkan diri dengan orang lain berdasarkan pencapaian, penampilan, atau gaya hidup. Perbandingan yang tidak sehat ini seringkali menimbulkan krisis harga diri, perasaan tidak cukup, dan bahkan depresi.<sup>18</sup> Identitas

---

<sup>15</sup> Gamal Thabroni, “Teori Perkembangan Erikson: 8 Tahapan Dan Rinciannya,” in *Serupa Id*, n.d.

<sup>16</sup> Erik H. Erikson, *Identity: Youth and Crisis* (New York: W.W. Norton, 1968), hlm. 128.

<sup>17</sup> James E. Marcia, *Development and Validation of Ego-Identity Status* (Journal of Personality and Social Psychology, 1966), hlm. 551–558.

<sup>18</sup> Jean M. Twenge, *iGen: Why Today's Super-Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy—and Completely Unprepared for Adulthood* (New York: Atria Books, 2017), hlm. 102.

diri yang seharusnya terbentuk secara otentik justru menjadi rapuh karena bergantung pada validasi eksternal berupa “likes” atau komentar.

Dalam situasi yang kompleks ini, **konseling pastoral** hadir sebagai ruang aman (*safe space*) bagi remaja dan dewasa muda. Konseling pastoral memberikan kesempatan bagi mereka untuk mengartikulasikan kegelisahan, mengungkapkan pertanyaan eksistensial, dan merefleksikan pengalaman hidup dalam terang iman. Dengan pendekatan empatik dan integrasi nilai spiritual, konseling pastoral menolong individu untuk:

- Menyadari bahwa krisis identitas adalah bagian dari proses pertumbuhan, bukan kegagalan.
- Menghubungkan pengalaman hidup dengan nilai iman, sehingga pergumulan identitas dipahami sebagai bagian dari perjalanan rohani.
- Menemukan makna dan arah hidup yang berakar pada relasi dengan Allah, bukan semata pada pengakuan sosial.

Dengan demikian, konseling pastoral berfungsi bukan hanya sebagai terapi psikologis, tetapi juga sebagai sarana transformatif yang menolong remaja dan dewasa muda menemukan identitas sejati mereka dalam relasi dengan Allah.

### **Peran Konseling Pastoral**

Konseling pastoral berfungsi sebagai pendampingan yang mengintegrasikan pendekatan psikologis dengan nilai-nilai iman. Melalui relasi yang empatik dan penerimaan tanpa syarat, konselor pastoral membantu konseli memahami pergumulan mereka dalam terang kasih Allah. Pendekatan ini tidak hanya berfokus pada penyelesaian masalah, tetapi juga pada pemulihan makna hidup dan penguatan identitas rohani.

Salah satu metode yang efektif dalam konseling pastoral adalah penggunaan narasi biblikal. Kisah-kisah tokoh Alkitab seperti Musa, Daud, dan Ayub sering dijadikan bahan refleksi untuk membantu konseling melihat bahwa pergumulan mereka bukanlah hal yang asing dalam sejarah iman. Narasi ini memberi harapan dan menunjukkan bahwa Tuhan tetap bekerja di tengah kelemahan manusia.<sup>19</sup> Selain itu, praktik spiritual seperti doa, pembacaan Alkitab, dan refleksi iman menjadi bagian integral dalam proses konseling. Spiritualitas membantu konseling

---

<sup>19</sup> Donald Capss, *Pastoral Care and Hermeneutics* (Philadelphia: Fortres Press, 1984).

menemukan bahwa identitas sejati mereka tidak ditentukan oleh penilaian dunia, melainkan oleh relasi mereka dengan Tuhan yang menerima dan mengasihi tanpa syarat.<sup>20</sup>

### **1. Pendengar Empatik**

Salah satu peran mendasar konselor pastoral adalah menjadi **pendengar empatik**. Dalam konteks pergumulan identitas, remaja dan dewasa muda seringkali membutuhkan ruang aman untuk mengungkapkan kegelisahan, keraguan, dan pertanyaan eksistensial mereka. Konselor pastoral hadir bukan sebagai hakim yang menilai, melainkan sebagai pendamping yang menerima dengan penuh kasih. Sikap empatik ini memungkinkan individu merasa dihargai, sehingga mereka berani membuka diri dan mengartikulasikan pengalaman terdalamnya.<sup>21</sup> Empati pastoral tidak hanya bersifat psikologis, tetapi juga spiritual, karena konselor menghadirkan kasih Allah melalui kehadiran yang penuh penerimaan.

### **2. Pembimbing Rohani**

Selain mendengarkan, konselor pastoral berperan sebagai **pembimbing rohani**. Pergumulan identitas seringkali menimbulkan krisis eksistensial, di mana individu mempertanyakan makna hidup dan tujuan keberadaannya. Konseling pastoral menolong mereka melihat krisis tersebut bukan sebagai kegagalan, melainkan sebagai bagian dari perjalanan rohani menuju kedewasaan iman.<sup>22</sup> Dalam praktiknya, konselor pastoral dapat mengarahkan individu untuk merefleksikan teks Alkitab, doa, dan tradisi iman sebagai sumber penguatan. Dengan demikian, krisis identitas dipahami dalam kerangka relasi dengan Allah, yang memberi makna dan arah hidup.

### **3. Fasilitator Pertumbuhan**

Peran lain yang tak kalah penting adalah sebagai **fasilitator pertumbuhan**. Konseling pastoral tidak hanya berfokus pada pemulihan luka batin, tetapi juga mendorong individu untuk bertumbuh dalam keutuhan diri. Pertumbuhan ini mencakup aspek psikologis (kematangan emosi), sosial (relasi yang sehat), dan spiritual (kedewasaan iman). Konselor pastoral membantu remaja dan

---

<sup>20</sup> “William R. Miller Dan Kathleen A. Jackson, *Practical Psychology for Pastors* (Englewood Cliffs: Prentice Hall, 1995), 103.” n.d.

<sup>21</sup> Howard Clinebell, *Basic Types of Pastoral Care and Counseling* (Nashville: Abingdon Press, 1984), hlm. 42.

<sup>22</sup> Emmanuel Lartey, *In Living Color: An Intercultural Approach to Pastoral Care and Counseling* (London: Jessica Kingsley Publishers, 2003), hlm. 70.

dewasa muda menemukan makna hidup, tujuan, serta nilai yang sesuai dengan iman Kristen.<sup>23</sup> Dengan demikian, konseling pastoral berfungsi sebagai sarana transformatif yang menolong individu membentuk identitas diri yang autentik dan utuh.

Dengan uraian ini, terlihat bahwa konseling pastoral memiliki peran yang menyeluruh: ia mendengarkan dengan empati, membimbing secara rohani, dan memfasilitasi pertumbuhan personal serta spiritual. Peran-peran ini menjadikan konseling pastoral relevan dan signifikan dalam mendampingi remaja dan dewasa muda yang bergumul dengan identitas diri.

#### **IV. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil kajian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa konseling pastoral memiliki peran yang sangat penting dalam membantu remaja dan dewasa muda yang sedang mengalami pergumulan identitas diri. Masa remaja dan awal kedewasaan adalah fase yang penuh tantangan, di mana seseorang mulai mempertanyakan siapa dirinya, apa tujuan hidupnya, dan bagaimana ia harus menjalani hidupnya di tengah berbagai tekanan sosial, keluarga, dan budaya. Konseling pastoral hadir sebagai bentuk pendampingan yang tidak hanya fokus pada aspek psikologis, tetapi juga memberikan ruang bagi pertumbuhan spiritual. Melalui pendekatan yang empatik, reflektif, dan berbasis iman, konseling pastoral membantu konseli untuk mengenal dirinya lebih dalam, menerima kelemahan dan kelebihan, serta menemukan makna hidup dalam terang kasih Tuhan. Selain itu, konseling pastoral juga menjadi sarana yang efektif untuk membangun kembali harapan dan arah hidup, terutama bagi mereka yang merasa kehilangan tujuan atau mengalami krisis eksistensial. Dengan menggabungkan nilai-nilai Alkitab, doa, dan relasi yang mendukung, konseling pastoral mampu menjadi tempat yang aman dan membangun bagi generasi muda yang sedang mencari jati dirinya. Namun, agar pelayanan ini semakin maksimal, dibutuhkan peningkatan kapasitas konselor pastoral, kerja sama dengan tenaga profesional, serta dukungan dari gereja dalam menciptakan budaya yang terbuka terhadap konseling. Dengan begitu, gereja dapat menjadi tempat yang benar-benar peduli dan relevan bagi pergumulan generasi muda masa kini.

Konseling pastoral terbukti memiliki peran yang sangat vital dalam mendampingi remaja dan dewasa muda yang bergumul dengan identitas diri. Pergumulan identitas pada masa perkembangan ini tidak hanya menyangkut aspek psikologis, tetapi juga dimensi sosial dan spiritual. Oleh karena itu, pendekatan konseling pastoral yang empatik, berakar pada refleksi iman,

---

<sup>23</sup> Stephen Pattison, *Pastoral Care and Counselling: Theory and Practice* (London: Routledge, 2000), hlm. 45.

serta mengintegrasikan psikologi dan spiritualitas menjadi sarana yang efektif untuk menolong individu menemukan jati diri yang autentik.

Melalui konseling pastoral, remaja dan dewasa muda diajak untuk:

- Mengartikulasikan kegelisahan eksistensial mereka tanpa rasa takut dihakimi.
- Melihat krisis identitas sebagai bagian dari perjalanan rohani yang dapat memperdalam iman.
- Menemukan makna hidup, tujuan, dan nilai yang berakar pada relasi dengan Allah.

Dengan demikian, konseling pastoral bukan hanya berfungsi sebagai proses penyembuhan atas luka batin dan kebingungan identitas, tetapi juga sebagai pendampingan transformatif yang menuntun individu menuju pertumbuhan iman, kedewasaan personal, dan keutuhan diri. Dalam kerangka ini, konseling pastoral menjadi jembatan antara ilmu psikologi modern dan tradisi iman Kristen, sehingga mampu menjawab kebutuhan holistik manusia sebagai makhluk relasional yang mencari makna dalam hubungan dengan Allah dan sesama.<sup>24</sup>

## DAFTAR PUSTAKA

- Donald Capss. *Pastoral Care and Hermeneutics*. Philadelphia: Fortres Press, 1984.
- Erik.H. Erikson. *Identity: Youth and Crisis*. Company, 1968.
- Flemming, James S. “Generasi Menurut Para Ahli.” *International Open University Indonesia* 3 No. 2 (2019).
- Gamal Thabroni. “Teori Perkembangan Erikson: 8 Tahapan Dan Rinciannya.” In *Serupa Id*, n.d.
- Howard Clinebell. *Basic Types of Pastoral Care and Counseling*, 1984.
- John W, Santrock Adolescence. “Perkembangan Remaja , Terj.Shinto B Adelar.” edited by Erlangga, 340. Jakarta, n.d.
- Julio Eleazer Nendissa. “Pentingnya Partisipasi Pemuda Jemaat: Studi Kasus Pada Gereja Masehi Injili Minahasa Syaloom, Karombasan.” *Teologi Pantekosta* 5 No. 1 (2022).
- Noverlianus Harefa, Abdi Waruwu, Linda Darmawati Gea. “Gereja Tanpa Pemuda Dapatkah Bertumbuh.” *Teologi* 4 no 1 (2023).
- Jean M. Twenge, *iGen: Why Today’s Super-Connected Kids Are Growing Up Less Rebellious, More Tolerant, Less Happy—and Completely Unprepared for Adulthood* (New York: Atria Books, 2017), hlm. 102.
- Sekolah Tinggi Teologi Kharisma Bandug. “PERAN PASTORAL KONSELING YANG BERDAMPAK BAGI PERTUMBUHAN ROHANI JEMAAT DEWASA MUDA.” *Missio Ecclesiae* 12 No. 1 (2023): 3.
- “William R. Miller Dan Kathleen A. Jackson, *Practical Psychology for Pastors* (Englewood Cliffs: Prentice Hall, 1995), 103.,”

---

<sup>24</sup> Emmanuel Lartey, *In Living Color: An Intercultural Approach to Pastoral Care and Counseling* (London: Jessica Kingsley Publishers, 2003), hlm. 67-70.

