



Merengkuh Kerapuhan: Pendampingan Dan Konseling Pastoral Terhadap Pemuda Sandwich Generation Yang Mengalami Gangguan Kecemasan Di Jemaat GMIM Imanuel Toraget Wilayah Langowan Dua

Nadia Pranakinsa Lumintang¹

Universitas Kristen Indonesia Tomohon, Email nadialumintang03@gmail.com

Maria Elisa Tulangouw²

Universitas Kristen Indonesia Tomohon, Email mariatulangow@gmail.com

ABSTRAK

Artikel ini mengangkat realitas pemuda di Jemaat GMIM Imanuel Toraget yang hidup dalam tekanan sebagai sandwich generation, yaitu generasi yang harus menanggung beban ganda dalam memenuhi kebutuhan orang tua, saudara, dan diri sendiri. Tekanan ekonomi, tanggung jawab keluarga, serta kurangnya dukungan emosional dan spiritual menimbulkan gangguan kecemasan yang berdampak pada keseimbangan hidup dan keterlibatan dalam kehidupan bergereja. Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan faktor-faktor penyebab munculnya kecemasan pada pemuda sandwich generation, mendeskripsikan respon pelayanan gereja terhadap pergumulan mereka, serta mengeksplorasi bentuk pendampingan dan konseling pastoral yang tepat dan kontekstual. Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif deskriptif melalui wawancara, observasi, dan refleksi teologis. Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi dasar bagi gereja dalam mengembangkan pelayanan pastoral yang empatik, relevan, dan menolong pemuda membangun ketahanan iman di tengah tekanan hidup yang kompleks.

Kata kunci: Pendampingan dan konseling pastoral, pemuda, sandwich Generation, gangguan kecemasan..

ABSTRACT

This article highlights the reality of young people in the GMIM Imanuel Toraget congregation who live under pressure as the sandwich generation, a group bearing a double burden in meeting the needs of their parents, siblings, and themselves. Economic pressures, family responsibilities, and the lack of emotional and spiritual support cause anxiety that affects their life balance and participation in church life. The purpose of this study is to explain the factors causing anxiety among sandwich generation youth, describe the church's response to their struggles, and explore appropriate and contextual forms of pastoral care and counseling. This research employs a qualitative descriptive method through interviews, observations, and theological reflection. The results are expected to provide a foundation for the church to develop empathetic and relevant pastoral ministry that helps young people build faith resilience amid life's complex pressures.

Keywords: Pastoral care and counseling, youth, sandwich Generation, anxiety disorder..

A. Pendahuluan

Pemuda memiliki peran penting sebagai generasi penerus yang akan melanjutkan berbagai tanggung jawab dan peran di masa depan. Untuk dapat berkembang secara optimal, mereka memerlukan dukungan dari lingkungan yang sejahtera, terutama keluarga, di mana kebutuhan dasar seperti sandang, pangan, dan papan dapat terpenuhi secara layak.

Dalam lingkup keluarga, orang tua memegang tanggung jawab utama untuk memenuhi kebutuhan finansial keluarga, termasuk kebutuhan anak-anaknya. Namun, fakta menunjukkan bahwa banyak orang tua yang bergantung kepada anaknya, dan sebaliknya, tidak sedikit anak yang tetap bergantung pada orang tua meskipun telah dewasa.

Di jemaat GMIM Imanuel Toraget terdapat 14 kolom dengan 184 anggota pemuda, saya mendapati 6 informan yang mengalami gangguan kecemasan karena tergolong sebagai "SANDWICH GENERATION" dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) : "generasi roti lapis", yang berada dalam posisi terjepit karena harus menanggung beban ganda: memenuhi kebutuhan untuk orang tua, saudara kandung, keponakan, dan diri sendiri. Keenam pemuda ini diantaranya, 2 orang umur 28 tahun, dua orang umur 21 tahun, satu umur 29 tahun, dan satu lagi umur 25 tahun. Pemuda umur 28 tahun bekerja di Sulawesi Tengah, ia memiliki orang tua yang bekerja sebagai petani dan adik yang sementara berkuliah, penghasilan orang tuanya hanya mampu mencukupi kebutuhan rumah sehari-hari seperti makan dan minum, sedangkan tagihan listrik, air, dan biaya kuliah, kost, dan uang saku adiknya di penuhi olehnya. Ia terkadang mengalami kesulitan karena harus memenuhi kebutuhan-kebutuhan tersebut bersamaan dengan membayar cicilan motor untuk menunjang pekerjaannya, sampai ia harus meminta bantuan pinjaman kepada temannya agar semua kebutuhan dapat terpenuhi. Ia bekerja lembur hingga tidak ada waktu istirahat dan memikirkan kondisi kesehatannya, saat sakitpun ia memilih menutupi itu dari keluarganya. Dan lingkungan pekerjaannya yang tidak sehat membuat ia merasakan tekanan dari berbagai sisi. Adapun pemuda umur 21 tahun, ia berkuliah sambil bekerja di toko swalayan, ia memiliki ayah yang bekerja sebagai kuli bangunan dan ibu sebagai ibu rumah tangga dan juga kakak dan keponakannya yang tinggal bersama karena telah bercerai. Kakaknya tidak bekerja sehingga ia harus bekerja keras dan membagi waktu dengan pendidikannya untuk membantu mencukupi kebutuhan dalam rumah, serta mengambil peran "ibu kedua" dari keponakannya, sampai tidak memiliki waktu yang cukup untuk dirinya dan masa mudanya. Tetapi ada juga pemuda umur 25 tahun dengan penghasilan pas-pasan sebagai karyawan toko, namun ia harus membantu mencukupi kebutuhan seperti makanan dan minuman serta kebutuhan rumah dari tiga keluarga sekaligus yaitu keluarganya

sendiri dan keluarga dari kakaknya serta tantenya yang tinggal di satu atap. Ia sering merasa tidak mampu sampai pernah berpikir "jika semua bersandar padaku, lalu aku bersandar kemana?". Ketika ia sedang bersama teman-temannya pun ia sering termenung kehilangan fokus pikiran. Dan juga tiga informan lainnya yang memiliki situasi yang hampir sama, yang bekerja untuk menopang kebutuhan rumah tangga, orang tua yang sudah lanjut usia, dan biaya pendidikan adik yang sedang bersekolah dan kuliah. Keenam informan ini mengalami tekanan psikologis yang kompleks, karena tekanan dari berbagai sisi, ketidakpastian ekonomi, beban keluarga, dan kurangnya dukungan emosional yang membuat mereka mengalami "GANGGUAN KECEMASAN", seperti sulit tidur, rasa panik, depresi ringan, kurangnya rasa percaya diri, dan ketakutan akan masa depan. Mereka tidak hanya kehilangan waktu pribadi seperti jalan-jalan, bergaul dengan pasangan, dan tema-temannya, tapi juga kehilangan keseimbangan hidup yang sehat. Dengan demikian sebagian dari mereka mulai menarik diri dari persekutuan Gereja karena merasa tidak punya waktu untuk ada dalam persekutuan karena bekerja, dan karena merasa bahwa Gereja tidak cukup memahami kondisi nyata yang mereka alami.

Gereja sebagai tubuh Kristus dipanggil untuk hadir secara nyata, bukan hanya dalam pelayanan liturgis, tetapi juga dalam bentuk pendampingan pastoral yang menyentuh aspek kehidupan sehari-hari dari sandwich generation yang dapat menjadi tempat yang aman untuk berbagi, tempat untuk dipulihkan, dan tempat untuk dikuatkan. Namun pada kenyataannya banyak ditemui termasuk dalam jemaat GMIM Imanuel Toraget kurangnya perhatian Gereja terkait masalah ini, banyak pelayan khusus yang mungkin tidak menyadari besarnya tantangan yang dihadapi generasi ini sehingga pelayanan yang diberikan tidak sesuai dengan kebutuhan mereka.

Dalam situasi seperti ini, Pendampingan dan konseling pastoral memiliki peran penting dalam proses pemulihan gangguan kecemasan para pemuda yang tergolong dalam sandwich generation ini. Melalui pendekatan pastoral yang berbasis kasih, pemuda-pemudi ini dapat dipulihkan, dimampukan untuk menyadari bahwa mereka tidak sendiri, serta diberi kekuatan untuk tetap melangkah dalam terang firman Tuhan. Selain itu, melalui pendampingan yang konsisten, para pemuda dapat dibantu dalam menemukan kembali ritme hidup yang seimbang, memaknai kehidupan, mendapatkan pencerahan rohani, serta merasa diterima dan dihargai oleh komunitas iman mereka. Dengan adanya pendampingan dan konseling ini mereka tidak hanya bertahan dalam tekanan hidup, tetapi juga dapat mengalami pertumbuhan spiritual dan iman-iman kristiani dan pemulihan mental yang menyeluruh.

Oleh karena itu, peneliti ingin mengangkat kenyataan yang seringkali tersembunyi di balik senyum para pemuda di Gereja, yakni beban hidup yang berat

sebagai bagian dari sandwich generation. Dengan tujuan untuk menegaskan pentingnya pendampingan dan konseling pastoral dalam merespon realitas tersebut, agar Gereja tidak hanya hadir dalam ibadah, tetapi juga dalam penderitaan dan pergumulan nyata di jemaat GMIM Imanuel Toraget, khususnya generasi muda yang sedang bertahan di tengah badai kehidupan.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan tujuan untuk mendapatkan pemahaman yang mendalam mengenai realitas, makna, serta pengalaman pendampingan dan konseling pastoral terhadap pemuda sandwich Generation yang mengalami gangguan kecemasan di jemaat GMIM IMANUEL toraget wilayah langowan dua. Metode ini memungkinkan peneliti untuk mengeksplorasi nilai-nilai, reaksi emosional, dan dinamika hubungan dalam pendampingan pastoral, baik dari segi kontekstual maupun spiritual. Penelitian ini bertujuan untuk memahami bagaimana pendampingan pastoral dijalankan kepada pemuda sandwich Generation dan bagaimana kehadiran kasih yang nyata melalui orang-tua dan kakak beradik dapat membantu pemuda tersebut merasa diterima, dikuatkan, dan dicintai. Penelitian ini juga ingin menggambarkan bahwa di tengah kecemasan, selalu ada ruang untuk tumbuh bersama dalam harapan dan kasih yang memulihkan.

C. Hasil Dan Pembahasan

Pendampingan Dan Konseling merupakan dua hal yang tidak bisa dipisahkan, keduanya harus selalu di sandingkan, karena keduanya harus berjalan seiring dalam setiap pelayanan pastoral. Begitupun pelayanan tidak cukup hanya dengan kata-kata, tetapi juga harus diwujudkan lewat tindakan nyata. Pelayanan mulut dan pelayanan tangan harus berjalan bersama, sebab keduanya saling melengkapi dan tidak bias dipisahkan dalam mewujudkan pelayanan pengembalaan bagi jemaat.

1. PENDAMPINGAN PASTORAL

Pendampingan Pastoral adalah gabungan dua katal yang mempunyai makna pelayanan yaitu kata pendampingan dan pastoral. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia Pendampingan (akar katanya : damping) yang berarti dekat, akrab, atau melekat; orang yang mendampingi. Mendampingi merupakan suatu kegiatan menolong orang lain yang perlu didampingi, orang yang melakukan kegiatan "mendampingi" disebut sebagai "pendamping" antara orang yang didampingi dan pendamping terjadi suatu interaksi sejajar dan atau relasi timbal balik. Maka dengan demikian, istilah pendampingan yang memiliki

arti kegiatan kemitraan, bahu-membahu, menemani, membagi atau berbagi, dengan tujuan saling menumbuhkan dan mengutuhkan. Ketika Pendampingan dan Pastoral digabungkan maka artinya pastoral merupakan sifat dari pekerjaan pendampingan itu, yang pada prinsipnya merupakan penyuburan kasih akan Allah dan sesama. Sehingga dapat dikatakan istilah Pendampingan Pastoral adalah salah satu pelayanan gerejawi yang kontekstual seiring perkembangannya wawasan dan kesadaran akan pentingnya pendampingan dalam suatu organisasi bergereja. Dengan begitu pendampingan pastoral bagi warga gereja dapat termotivasi untuk berkarya ditengah dunia, begitupun dengan keluarga Kristen dalam tugas mendidik dan mengajar anak-anaknya. Pendampingan pastoral bersifat preventif dan edukatif jangka panjang (Long Life Education), yang bertujuan mencegah orang-orang yang didampingi agar tidak terjerumus dalam permasalahan hidup.

Menurut Howard Clinebell, pendampingan pastoral adalah sarana pelayanan gereja yang berfungsi sebagai bentuk pertolongan dan penyembuhan, baik secara pribadi maupun kelompok, agar setiap orang dapat bertumbuh dalam kehidupannya di tengah masyarakat. Pendampingan ini merupakan tindakan sadar dan terarah untuk menolong mereka yang sedang menghadapi masalah, penderitaan, atau pergumulan hidup, sehingga kesulitan tersebut tidak menjadi penghalang bagi pertumbuhan pribadi maupun iman. Melalui proses yang menyentuh langsung inti persoalan, pendampingan membantu individu memahami dan menghadapi masalahnya dengan lebih baik. Namun, karena berhubungan dengan perasaan seseorang tidaklah mudah, empati menjadi unsur penting agar pendampingan dapat menjalin kedekatan yang membuat orang yang didampingi merasa aman untuk terbuka, sehingga proses penyembuhan dan pertumbuhan dapat berlangsung secara utuh.¹

Menurut J.D.Engel, pendampingan pastoral adalah panggilan bagi seluruh orang percaya, bukan hanya bagi para pelayan khusus atau rohaniawan. Engel menegaskan bahwa pendampingan harus dipahami sebagai proses yang menumbuhkan dan saling memperkaya, dimana pendamping dan yang didampingi berjalan bersama dalam pengalaman hidup, saling mendengarkan, serta belajar satu sama lain. Melalui proses tersebut, keduanya mengalami pertumbuhan dalam kedewasaan iman, kedalaman spiritualitas, dan kemampuan menghadapi realitas kehidupan dengan iman yang teguh. Engel ingin menekankan bahwa pendampingan pastoral bukanlah hubungan yang hierarkis, tetapi relasi sejajar yang berakar pada kasih kristus yang memulihkan dan meneguhkan.

Pada intinya, pendampingan pastoral dapat dimaknai sebagai suatu bentuk kegiatan dimana seseorang hadir untuk menyertai dan mendampingi orang lain yang sedang membutuhkan pertolongan. Mereka yang didampingi umumnya adalah individu yang sedang menghadapi pergumulan, tekanan, atau persoalan dalam kehidupan. Dalam posesnya, antara pendamping dan yang didampingi terjalin hubungan interaktif yang saling terbuka. Namun, pendampingant tidak berperan sebagai "guru" yang menggurui atau "penasihat" yang memaksakan pendapatnya. Sebaliknya, pendampingan berfungsi sebagai

¹ J.D. Engel, Pastoral Dan Kebutuhan Dasar Konseling (Jakarta: BPK Gunung Mulia 2016), hlm 3,4,dan 5

teman perjalanan yang mau mendengarkan dengan empati dan memberi ruang bagi orang yang didampingi untuk menemukan sendiri jalan keluarnya. Pendampingan hanya membantu mengarahkan dan menuntun agar individu tersebut mampu memahami dan mengatasi persoalannya secara mandiri.²

2. KONSELING PASTORAL

Konseling pastoral adalah sebuah percakapan yang bersifat menyembuhkan antara seorang konselor dalam hal ini pendeta atau pelayan Tuhan dengan orang yang membutuhkan bimbingan. Dalam proses ini, konselor berusaha menuntun dan membantu konseli agar menemukan suasana hati yang tenang, memahami dirinya, serta mengalami pemulihan dalam terang iman kepada Tuhan.

Pelayanan konseling sendiri merupakan bagian yang sangat penting dalam tugas seorang hamba Tuhan. Seorang pelayan Tuhan akan kehilangan makna panggilannya jika mengabaikan pelayanan ini. Namun, kemampuan melakukan konseling tidak otomatis dimiliki hanya karena seseorang berbakat dalam menggembalakan jemaat atau pernah belajar teologi dan Alkitab. Pengetahuan teologi dan Alkitab memang menjadi dasar penting, tetapi tidak sama dengan ketrampilan dalam konseling. Seperti halnya bidang pelayanan lain, konseling membutuhkan latihan, kedisiplinan, dan kepekaan. Hamba Tuhan perlu terus belajar dan mengembangkan kemampuannya agar dapat menolong jemaat dengan bijaksana dan penuh kasih, sehingga melalui pelayanan konseling, kasih dan penyertaan Allah sungguh-sungguh dapat dirasakan oleh mereka yang dilayani.

Pastoral konseling adalah bentuk terapi rohani dan psikologis (psiko-terapi pastoral) yang berfokus pada proses pemulihan dan pembangunan kembali kehidupan batin seseorang. Tujuan utamanya ialah membantu individu menemukan keseimbangan emosional dan spiritual melalui pemdampingan yang berlandaskan iman Kristen. Dalam praktiknya, konselor pastoral adalah orang yang memberikan pendampingan, bimbingan, dan pertolongan rohani, sementara konseli adalah pihak yang menerima pelayanan tersebut.

Melalui hubungan yang saling percaya dan terbuka, konselor menolong konseli untuk menyadari pergumulan hidupnya, memahami makna dibalik penderitaannya, serta mengalami pembaruan hidup dalam terang kasih dan anugerah Allah. Konseling pastoral pada dasarnya terdiri dari dua bentuk utama, yaitu konseling pastoral jangka pendek dan konseling pastoral jangka panjang, yang keduanya disesuaikan dengan kondisi serta kebutuhan konseli.

Konseling Pastoral Jangka Pendek (Formal dan Informal)

Konseling jenis ini dilakukan dalam waktu yang relatif singkat dan dapat bersifat formal maupun informal, tergantung pada situasi dan kesiapan konseli. Dalam pelaksanaan

² Kamus Besar Bahasa Indonesia, Jakarta: Balai Pustaka, 1993. Hlm 207

pendampingan ini, gembala atau konselor pastoral berperan untuk membangkitkan kekuatan batiniah (inner resources) atau potensi spiritual yang ada dalam diri konseli. Tujuannya adalah menolong konseli agar mampu menghadapi kesulitan emosional atau gangguan batin yang tidak stabil, bahkan yang mungkin tidak disadarinya.

Melalui konseling ini, pelayan membantu konseli untuk melihat realitas hidup secara lebih konstruktif dan realistis, sehingga ia dapat menemukan cara berpikir yang lebih sehat dan menemukan pengharapan baru di tengah pergumulan hidupnya.

2. Konseling Pastoral Jangka Panjang

Konseling jangka panjang dilakukan secara lebih mendalam dan terstruktur, terutama bagi mereka yang mengalami gangguan emosional atau kejiwaan yang berat dan berkelanjutan. Dalam situasi ini, konseli sering kali tidak mampu menggerakkan kekuatan batin atau sumber daya rohaninya sendiri untuk mengatasi tekanan hidup yang dialaminya.

Karena itu, proses konseling ini memerlukan bantuan penyembuhan yang lebih intensif, baik melalui psikoterapi pastoral yang dilakukan oleh konselor rohani terlatih maupun kerja sama dengan ahli psikoterapi sekuler. Tujuannya adalah membantu konseli mengalami proses pemulihan yang membangun kembali kehidupan batin dan spiritualnya secara utuh di hadapan Allah.³

3. PASTORAL

kata pastoral secara etimologis bersumber dari bahasa latin pascere yang berarti "mengembalakan". Istilah pastor juga bermakna merawat, memelihara, dan memperhatikan. Oleh karena itu, sikap pastoral seharusnya menjiwai seluruh aspek pelayanan umat Kristen. Sebagai orang-orang yang telah lebih dahulu mengalami kasih dan pemeliharaan Allah, setiap orang percaya dipanggil untuk turut mengambil bagian dalam karya pemeliharaan itu. Dalam karya pastoral, perlu disadari bahwa manusia hanyalah alat yang dipercayakan oleh Allah untuk merawat sesama, sebagaimana, sebagaimana Allah sendiri telah lebih dahulu merawat umat-Nya.

4. PENDAMPINGAN DAN KONSELING PASTORAL

Pendampingan dan konseling pastoral itulah "penggembalaan", yang digunakan dalam Gereja-gereja di Indonesia termasuk GMIM. Dalam tata gereja GMIM tahun 2021 penggembalaan berfungsi untuk memelihara panggilan dan pengakuan serta kehidupan bergereja, agar tetap setia pada panggilan dan pengakuan gereja yang bersumber dari kasih dan pelayanan Yesus Kristus.

Pendampingan menjadi dasar yang kuat bagi pemahaman tentang konseling pastoral, ibarat menanam pohon, konseling pastoral hanya dapat tumbuh dengan baik di tanah yang subur pendampingan. Dengan kata lain, seseorang dapat melakukan pendampingan tanpa harus melakukan konseling pastoral, tetapi konseling pastoral tidak mungkin terlaksana tanpa adanya pendampingan terlebih dahulu.

³ E.P Gintings, Hlm 13-14

Pendampingan pastoral atau konseling pastoral merupakan suatu hubungan timbal balik yang saling menguntungkan antar pelayan Tuhan seperti Pendeta atau Penginjil dengan orang yang membutuhkan bimbingan. Dalam hubungan ini, konselor berupaya menuntun konseli melalui percakapan yang mendalam agar konseli dapat mengenali dan memahami dirinya sendiri, situasi hidupnya, serta tanggung jawabnya dihadapan Allah. Tujuannya adalah agar konseli mampu menemukan cara untuk mengatasi persoalan hidup dengan memanfaatkan potensi, kekuatan, dan kemampuan yang telah Tuhan anugerahkan kepadanya. Konseling pastoral juga berperan penting dalam menolong gereja untuk menjadi komunitas yang hidup bukan sekedar tempat ibadah yang pasif. Melalui pelayanan konseling, gereja dipanggil menjadi tempat yang memberi penghiburan, pemulihan, dan kehidupan rohani yang sehat. Konseling berfungsi sebagai sarana pembaruan yang membawa pendamaian, menyembuhkan keterasingan seseorang dari dirinya sendiri, keluarganya, sesama warga jemaat, dan terutama dari hubungan dengan Allah.

Maka disimpulkan bahwa pendampingan dan konseling pastoral merupakan bentuk nyata dari pelayanan kasih yang dilakukan oleh seorang gembala atau pelayan Tuhan untuk menolong dan membimbing individu agar mampu bertumbuh secara rohan dan emosional, serta memperoleh kekuatan dalam menghadapi setiap persoalan hidup dengan iman dan pengharapan kepada Allah.

Fungsi-fungsi Pendampingan dan Konseling Pastoral

Saya memilih 2 tokoh yaitu Art Van Beek dan gurunya Howard Clinebell:

Menurut Art Van Beek

Pendampingan pastoral memiliki beragam fungsi yang saling terhubung dan membentuk satu kesatuan utuh dalam menolong seseorang menghadapi berbagai persoalan hidup. Proses ini dimulai dengan fungsi membimbing, di mana pendamping berperan membantu individu mengenali situasinya, mempertimbangkan berbagai pilihan, serta mengambil keputusan yang tepat dan membangun bagi masa depannya. Bimbingan yang diberikan ini sering kali membuka jalan bagi fungsi mendamaikan, karena dalam perjalanan hidup, konflik dan ketegangan dengan sesama kerap menimbulkan luka batin yang menghambat pertumbuhan pribadi. Dalam kondisi tersebut, pendamping pastoral hadir sebagai perantara yang membawa pemulihan dan rekonsiliasi, memulihkan hubungan yang rusak, serta menuntun individu menemukan kembali kedamaian. Kedamaian yang mulai dirasakan ini kemudian diperkuat melalui fungsi menopang, di mana pendamping memberikan dukungan nyata baik lewat kehadiran, kata-kata penghiburan, maupun empati tulus sehingga individu yang sedang dalam krisis merasa dikuatkan untuk bertahan dan melangkah maju. Dari situ, pendampingan berlanjut pada fungsi menyembuhkan, sebab kasih dan kepedulian yang ditunjukkan pendamping membuka ruang bagi proses pemulihan batin, menumbuhkan rasa aman, diterima, dan dicintai. Setelah luka batin berangsur pulih, pendamping pastoral juga menjalankan fungsi mengasuh, yaitu menuntun individu untuk terus bertumbuh dan berkembang dalam iman, karakter, serta kedewasaan spiritual. Semua

fungsi tersebut akhirnya berpadu dalam fungsi mengutuhkan, di mana pendampingan pastoral membawa seseorang kembali kepada keutuhan dirinya baik secara spiritual, emosional, maupun sosial sehingga ia dapat hidup damai, seimbang, dan selaras dalam kasih Allah.

Menurut Howard Clinebell Konseling pastoral memiliki enam fungsi utama:

1. Penyembuhan (Healing)

Konseling pastoral menolong individu untuk pulih dari luka batin, penderitaan emosional, dan dosa melalui kasih Allah yang menyembuhkan. Tujuannya adalah memulihkan keseimbangan spiritual dan psikologis seseorang.

2. Pemeliharaan (Sustaining)

Fungsi ini berperan untuk menguatkan seseorang yang sedang mengalami penderitaan berat atau kondisi yang sulit diubah. Pendeta hadir sebagai penyokong agar konseli tetap memiliki keteguhan iman dan pengharapan.

3. Penuntunan (Guiding)

Konselor pastoral membimbing konseli dalam memahami kehendak Allah dan mengambil keputusan yang tepat secara moral dan spiritual, sehingga kehidupannya semakin diarahkan sesuai nilai-nilai Kristiani.

4. Pendamaian (Reconciling)

Melalui fungsi ini, pelayanan pastoral menolong seseorang untuk berdamai baik dengan Allah, sesama, maupun dirinya sendiri sehingga relasi yang rusak dapat dipulihkan dalam kasih Kristus.

5. Pemeliharaan/Pertumbuhan (Nurturing)

Fungsi ini berorientasi pada pembentukan iman dan karakter Kristen. Konseling pastoral bukan hanya menyembuhkan, tetapi juga membantu konseli bertumbuh secara rohani menuju kedewasaan iman.

6. Pemberdayaan (Empowering)

Pendeta menolong individu menemukan potensi dan karunia yang Allah berikan agar ia dapat hidup lebih bermakna serta melayani sesama dengan penuh tanggung jawab⁴

Bentuk-bentuk pelayanan pastoral menurut abineno

1. Percakapan

Bentuk utama dari pelayanan pastoral ialah percakapan pribadi antara pelayan dan anggota jemaat, Inisiatif percakapan sering kali berasal dari anggota jemaat sendiri, terutama dalam konteks kebutuhan rohani atau pergumulan hidup. Percakapan ini dapat berlangsung dalam berbagai situasi, seperti kunjungan rumah tangga, pertemuan pribadi, atau saat pelayanan konseling. Tujuan utama dari percakapan pastoral adalah

⁴ Art Van Beek, Pendampingan pastoral, Jakarta : BPK Gunung Mulia, 2011, 13-15

menghadirkan kasih, empati, dan pemahaman, bukan sekadar memberikan nasihat.

2. Percakapan Pastoral

Percakapan pastoral memerlukan waktu, perhatian, dan kepekaan rohani, seorang pelayan tidak boleh bersikap dingin, kaku, atau mekanis, tetapi harus memiliki hati yang terbuka dan digerakkan oleh kasih Kristus. Dalam proses ini, pendeta perlu menumbuhkan rasa percaya dan penerimaan sehingga jemaat merasa aman untuk berbagi beban hidupnya.

Pendampingan pastoral tidak hanya dilakukan melalui kata-kata, tetapi juga melalui sikap dan tindakan nyata yang mencerminkan kasih Kristus.

3. Kunjungan Rumah Tangga

Kunjungan rumah tangga merupakan bentuk pelayanan gerejawi yang resmi, dilakukan oleh pendeta, penatua, atau diaken atas nama gereja dan Kristus. Tujuan kunjungan ialah untuk memelihara dan memperkuat hubungan antara jemaat dan gereja. Melalui kunjungan ini, pelayan berusaha memahami keadaan anggota jemaat baik dalam suka maupun duka serta memberi penguatan rohani dalam menghadapi pergumulan hidup. Kegiatan ini mencerminkan tanggung jawab gembala yang mengenal, memelihara, dan menolong domba-dombanya

4. Tempat Penampungan

Dalam konteks pelayanan perkotaan, gereja sering dihadapkan pada kebutuhan penampungan sementara bagi jemaat yang mengalami kesulitan. Tempat penampungan ini diharapkan menjadi ruang dengan suasana pastoral, di mana jemaat dapat beristirahat, berdialog, dan memperoleh kekuatan iman. Tujuan utamanya ialah membantu jemaat menemukan cara menghadapi masalah mereka sebagai orang percaya. Selain itu, pelayanan ini juga mencakup dukungan spiritual dan material bagi mereka yang menghadapi situasi berat.

5. Pelayanan Pastoral melalui Surat

Sejak zaman Rasul Paulus, surat telah menjadi sarana komunikasi penting dalam pelayanan pastoral, Surat memungkinkan pelayan untuk menyampaikan perhatian, hiburan, dan nasihat dengan cara yang pribadi dan menyentuh. Dalam era modern, ketika hambatan komunikasi telah berkurang, surat (atau pesan tertulis digital) tetap relevan sebagai media pelayanan. Melalui tulisan, pelayan dapat meneguhkan iman dan memberi dorongan rohani kepada jemaat yang tidak dapat dijangkau secara langsung.

6. Pelayanan Pastoral melalui Telepon

Telepon merupakan alat komunikasi yang cepat dan efisien dalam menjangkau jemaat yang membutuhkan pertolongan segera, Pastor atau pelayan perlu menyediakan waktu khusus untuk menerima panggilan pastoral agar jemaat merasa diperhatikan. Kelalaian dalam merespons panggilan dapat menimbulkan kekecewaan dan hilangnya kepercayaan jemaat terhadap pelayan. Pelayanan melalui telepon juga memungkinkan

pendampingan awal sebelum dilakukan pertemuan tatap muka atau kunjungan langsung.⁵

5. PEMUDA

Pengertian Pemuda

Pemuda adalah generasi penerus dan agen perubahan yang menjadi harapan bagi bangsa dan Gereja dimana pemuda memiliki semangat, idealisme, keberanian, dan peran aktif dalam berbagai aspek kehidupan. Bila dilihat secara fisik pemuda sedang mengalami perkembangan dan secara psikis sedang mengalami perkembangan emosional. Dalam buku tata Gereja GMIM Tahun 2021 dijelaskan bahwa pemuda yang adalah anggota GMIM: Berusia 17 tahun sampai dengan 30 tahun 364 hari dan belum menikah/ berumah tangga.

Pemuda Kristen adalah seorang kristen yang hari-hari hidupnya harus mencerminkan apa yang Yesus Kristus teladankan. Dengan kata lain pemuda kristen harus berani menempatkan dirinya sebagai garda terdepan dalam mewujudkan kedamaian, kesejahteraan, keadilan, kebenaran, keutuhan ciptaan yang berdasarkan kasih, dan pemuda Kristen harus menjadi pelopor terwujudnya "Shaloom Allah" di tengah tantangan zaman ini.⁶

Psikologi Perkembangan Pemuda

Menurut Erik Erikson, masa pemuda (sekitar usia 18-25 tahun) adalah tahap penting dalam perkembangan psikososial yang berfokus pada pembentukan identitas diri. Pada tahap ini, individu berusaha mengenali siapa dirinya, nilai-nilai yang dianut, serta arah hidup yang ingin dijalani. Keberhasilan akan menghasilkan identitas yang kuat dan kemampuan untuk berkomitmen, sementara kegagalan dapat menyebabkan kebingungan peran dan ketidakpastian dalam mengambil keputusan penting. Lingkungan sosial seperti keluarga, teman sebaya, dan budaya turut berperan besar dalam proses ini.

Pemuda Sebagai Generasi Penerus Gereja

Gereja adalah persekutuan umat percaya yang dipanggil untuk berkumpul sebagai satu kesatuan (dalam bahasa Yunani: Ekklesia) (Hadiwijono, 2015, hlm. 362). Sebagai lembaga keagamaan, gereja tidak hanya berfungsi sebagai tempat umat mendengar dan menerima kabar keselamatan dari Allah, tetapi juga sebagai wadah bagi manusia untuk menanggapi panggilan Allah dengan mempersembahkan diri dalam pelayanan serta menyebarkan kabar keselamatan itu ke seluruh dunia. Peran pemuda sebagai generasi penerus gereja tidak dapat dipisahkan dari kehidupan gereja itu sendiri. Pemuda merupakan pilar yang menjadi tumpuan harapan bagi kemajuan dan keberlangsungan gereja. Dalam konteks pembangunan dan pelaksanaan misi gereja, pemuda berperan penting sebagai penggerak utama atau "motor" pelayanan. Tanpa keterlibatan aktif mereka dalam berbagai bidang pelayanan, gereja akan kehilangan salah satu tahapan penting dalam proses

⁵ Abineno J.L.Ch, hlm 87-99

⁶ Badan Pekerja Majelis Sinode Gereja Masehi Injili di Minahasa, Tata Gereja 2021 (Tomohon, Percetakan/offset Sinode Gmim 2021)

pertumbuhannya, yaitu minimnya partisipasi pemuda dalam memahami dinamika serta kebutuhan gereja pada masa kini dan masa yang akan datang.

SANDWICH GENERATION

Istilah "sandwich generation" telah menjadi semakin umum di Amerika Serikat selama dua dekade terakhir. Dalam arti kolektif, istilah ini digunakan untuk menggambarkan generasi paruh baya yang memiliki orang tua lanjut usia dan anak-anak yang masih menjadi tanggungan. Dalam arti individual, istilah ini merujuk pada orang-orang yang "terjepit" di antara tuntutan merawat orang tua yang menua dan sekaligus mendukung anak-anak yang masih membutuhkan bantuan. Generasi sandwich bukanlah fenomena yang benar-benar baru. Secara historis, orang tua yang sudah tua atau sakit memang dirawat oleh anak-anak mereka, sering kali di dalam rumah si anak. Namun, perhatian terhadap generasi sandwich akhir-akhir ini kemungkinan berakar pada berbagai tren demografis: Usia harapan hidup meningkat, sehingga lebih banyak orang paruh baya memiliki orang tua yang masih hidup. Perempuan cenderung memiliki anak di usia yang lebih tua, sehingga pada saat orang tua mereka sudah sangat lanjut usia, anak-anak mereka sendiri masih muda dan masih membutuhkan dukungan.

Dukungan terhadap anak-anak mungkin berlangsung lebih lama dibandingkan generasi sebelumnya sering kali hingga usia awal atau pertengahan 20-an karena mereka masih kuliah atau baru mulai membangun rumah tangga sendiri. Orang tua bisa memberikan bantuan keuangan kepada anak-anak mereka yang tinggal terpisah, misalnya untuk biaya kuliah, pembelian rumah, atau sebagai hadiah. Mereka juga bisa membantu mengasuh cucu atau menjalankan urusan rumah tangga. Sebaliknya, anak-anak dewasa juga dapat membantu orang tua lanjut usia mereka, baik dalam bentuk perawatan pribadi, menjalankan keperluan, atau dukungan finansial, meskipun tidak tinggal bersama.⁷

Istilah generasi sandwich pertama kali diperkenalkan oleh seorang profesor sekaligus direktur praktikum Universitas Kentucky, Lexington, Amerika Serikat (USA) bernama Dorothy A. Miller yang memperkenalkan istilah generasi sandwich dalam jurnal berjudul "The 'Sandwich' Generation: Adult Children of the Aging." (1981) Dalam jurnal tersebut ia mendeskripsikan generasi sandwich sebagai generasi orang dewasa yang harus menanggung biaya hidup generasi yang ada di atas dan genererasi di bawahnya. Generasi sandwich merupakan orang-orang (umumnya berusia middle aged) yang memiliki peran ganda, yaitu bertanggung jawab terhadap anaknya yang 18 masih tinggal bersama dirumah dan juga bertanggung jawab atas orang tua serta mertuanya. Posisi seperti terjepit atau yang berada di antara dua generasi ini yang membuat seseorang diibaratkan seperti sandwich.⁸

⁷ American Psychological Association. *The Sandwich Generation: Rising Financial Burdens for Middle-Aged Americans*. Washington, DC: APA, 2018.

⁸ Miller, Dorothy. "The 'Sandwich' Generation: Adult Children of the Aging." *Social Work* 25, no. 5 (1981): 419–423.

GANGGUAN KECEMASAN

Gangguan kecemasan (anxiety disorder) adalah kondisi kesehatan mental yang ditandai dengan rasa cemas atau takut yang berlebihan dan berlangsung terus-menerus, sehingga mengganggu aktivitas sehari-hari. Perasaan ini biasanya tidak sebanding dengan situasi nyata dan bisa disertai gejala fisik seperti detak jantung cepat, napas pendek, gemetar, atau keringat berlebihan.

Menurut American Psychiatric Association (APA): "Gangguan kecemasan melibatkan respons rasa takut atau kekhawatiran yang berlebihan dan sering kali disertai dengan gangguan perilaku. Gangguan ini berbeda dari kecemasan normal karena terjadi secara terus-menerus, intens, dan dapat mengganggu fungsi sosial, pekerjaan, atau aspek kehidupan lainnya."

Kecemasan merupakan hal yang umum dialami oleh banyak orang dalam kehidupan sehari-hari. Hampir semua orang pernah merasa khawatir dalam berbagai situasi. Misalnya, seorang ibu hamil sering merasa gelisah menjelang persalinan dan mencemaskan kondisi bayinya apakah akan lahir sehat dan sempurna. Anak-anak sekolah merasa tertekan menghadapi ujian karena takut tidak naik kelas. Pemuda pun memiliki kekhawatiran akan masa depan mereka, mulai dari kesulitan mencari pasangan hidup yang tepat hingga persaingan di dunia kerja yang semakin ketat. Saat seseorang memasuki usia dewasa dan berkeluarga, muncul kekhawatiran lain seperti kestabilan keuangan, kebutuhan pangan, tempat tinggal, dan biaya pendidikan anak. Ketika usia bertambah tua, perhatian beralih pada kondisi kesehatan dan kekhawatiran akan kematian. Segala bentuk kecemasan ini memperlihatkan bahwa manusia menyadari keterbatasan dirinya dan merasa tidak mampu mengatasi berbagai persoalan hidup seorang diri. Oleh karena itu, manusia pun mencari pertolongan.⁹

6. TUJUAN PENDAMPINGAN PASTORAL

Pendampingan pastoral merupakan wujud konkret dari karya kasih Allah yang dinyatakan melalui gereja kepada manusia, khususnya mereka yang tengah berada dalam pergumulan dan penderitaan hidup. Esensi dari pelayanan ini terletak pada kehadiran yang membawa penguatan, hiburan, dan pemulihan secara spiritual melalui relasi yang penuh empati dan cinta kasih. Sebagaimana dikemukakan oleh W.P. Simandjuntak, salah satu tujuan utama pendampingan pastoral adalah menolong individu untuk kembali menemukan makna kehidupannya di tengah situasi sulit yang ia alami, serta membimbingnya menuju pemulihan relasi dengan Allah, dengan dirinya sendiri, dan dengan orang lain di sekitarnya.¹⁰ Pendampingan pastoral tidak serta-merta ditujukan untuk menyelesaikan masalah secara cepat, melainkan untuk menyertai seseorang dalam proses penyembuhan batin dan pemulihan iman melalui kehadiran yang setia dan mendalam.

⁹ American Psychiatric Association. *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*. 5th ed. Arlington, VA: American Psychiatric Publishing, 2013.

¹⁰ Yakub B Susabda, *Konseling Pastoral*, (Jakarta: BPK Gunung Mulia 2014), hlm 6

Sementara itu, Paulus Wijaya menekankan bahwa pendampingan pastoral bertujuan untuk *membebas* individu dari perasaan terasing, tertolak, dan tidak bermakna.¹¹ Melalui pendampingan yang bersifat personal, reflektif, dan relasional, individu didorong untuk menyadari keberadaannya sebagai ciptaan Allah yang dikasihi, sehingga mampu memulihkan identitas dan martabatnya yang selama ini mungkin terluka. Tujuan ini sangat relevan khususnya dalam konteks pelayanan kepada anak-anak berkebutuhan khusus, yang sering kali mengalami stigma dan penolakan dalam masyarakat.

Dalam buku *Dasar-Dasar Teologi Pastoral*, E. Gultom menyatakan bahwa tujuan pendampingan pastoral mencakup empat aspek pokok: (1) *menyembuhkan luka batin dan spiritual*; (2) *memelihara iman dan harapan di tengah krisis*; (3) *membimbing dalam pengambilan keputusan berdasarkan nilai-nilai Kristiani*; dan (4) mendamaikan relasi yang rusak, baik dengan Tuhan maupun sesama.¹² Tujuan ini sejalan dengan kerangka pelayanan pastoral yang dikembangkan oleh Clebsch dan Jaekle: healing, sustaining, guiding, dan reconciling.

Lebih lanjut, Yosef Sutrisnaatmaka menambahkan bahwa pendampingan pastoral juga bertujuan untuk *membangun komunitas yang inklusif dan berbelas kasih*, di mana setiap orang termasuk mereka yang disabilitas merasa diterima dan diakui sebagai bagian utuh dari tubuh Kristus.¹³ Tujuan ini menjadikan pendampingan pastoral tidak hanya bersifat personal tetapi juga sosial dan transformatif, yang memulihkan individu sekaligus membangun budaya gereja yang lebih terbuka dan empatik.

Dengan demikian, pendampingan pastoral memiliki tujuan yang menyentuh berbagai dimensi kehidupan manusia: spiritual, emosional, sosial, dan eksistensial. Melalui kehadiran yang penuh kasih, pendamping pastoral berperan sebagai jembatan yang menghubungkan individu dengan sumber kehidupan, yaitu Allah sendiri, serta membantu mereka menapaki kembali jalan hidup dengan harapan yang baru.

Fungsi-Fungsi Pendampingan Pastoral Menurut William A. Clebsch dan Charles R. Jaekle

William A. Clebsch dan Charles R. Jaekle mengemukakan bahwa pendampingan pastoral memiliki empat fungsi utama yang berakar pada pemahaman iman Kristen terhadap keutuhan manusia. Keempat fungsi tersebut adalah:

- Healing (Penyembuhan)

Fungsi ini merujuk pada upaya untuk menyembuhkan luka-luka batin, trauma emosional, dan penderitaan spiritual yang dialami oleh individu. Penyembuhan ini tidak hanya bersifat psikologis, tetapi juga mencakup pemulihan relasi dengan Allah dan sesama dalam terang kasih Kristus.

¹¹ Paulus Wijaya, *Pastoral yang Membebas* (Kalam Hidup, 2014), 54–55.

¹² E. Gultom, *Dasar-Dasar Teologi Pastoral* (BPK Gunung Mulia, 2002), 39–41.

¹³ Yosef Sutrisnaatmaka, *Pastoral Inklusif: Gereja yang Merengkuh yang Lemah* (Dioma Press, 2021), 37.

- Sustaining (Pemeliharaan)

Fungsi ini berperan dalam menopang seseorang yang sedang mengalami penderitaan berat atau situasi sulit yang tidak bisa segera diubah. Dalam konteks ini, pendampingan pastoral memberikan kekuatan rohani dan penghiburan agar individu dapat tetap bertahan dengan iman dan harapan.

- Guiding (Pembimbingan)

Fungsi pembimbingan adalah memberikan arah, nasihat, dan pertimbangan etis dalam proses pengambilan keputusan hidup. Melalui relasi yang bersifat pribadi, pendampingan pastoral membantu individu menemukan kehendak Allah dan hidup sesuai nilai-nilai Injil.

- Reconciling (Pendamaian)

Fungsi ini bertujuan untuk memulihkan hubungan yang rusak antara individu dengan Tuhan, sesama, maupun dirinya sendiri. Pendampingan pastoral menjadi sarana perdamaian yang membawa individu ke dalam rekonsiliasi yang sejati melalui pengampunan dan kasih Allah.¹⁴

Keempat fungsi ini bersifat saling melengkapi dan menjadi fondasi teologis dari pelayanan pastoral yang holistik.¹⁵ Dalam konteks pendidikan dan pelayanan terhadap anak-anak berkebutuhan khusus, pendekatan ini sangat relevan untuk mengatasi luka psikologis, kecemasan, krisis identitas, dan kesepian yang sering mereka alami.¹⁶ karakter dan penguatan jiwa di tengah realitas hidup yang tidak selalu mudah mereka hadapi.

Lingkungan sekolah juga dibentuk sebagai ruang yang aman dan penuh kasih. Iklim sekolah yang ramah, tidak diskriminatif, serta sarat dengan penghargaan terhadap keberagaman dan keunikan tiap anak menjadi dasar penting dalam pelayanan pastoral yang inklusif. Anak-anak didorong untuk saling menghargai dan merasa nyaman dalam mengekspresikan diri, sehingga mereka tidak hanya belajar secara intelektual, tetapi juga bertumbuh secara emosional dan sosial.

Tidak kalah penting, guru dan staf sekolah secara aktif memberikan bimbingan moral dan motivasi kepada anak-anak. Dalam banyak kesempatan, mereka mendorong anak-anak untuk tetap semangat menjalani kehidupan meskipun di tengah keterbatasan. Nilai-nilai seperti ketekunan, kejujuran, rasa syukur, dan percaya kepada Tuhan ditanamkan melalui percakapan sehari-hari, nasihat pribadi, maupun dalam kelas pembinaan karakter. Bimbingan ini menjadi semacam pelita yang menuntun anak-anak untuk tidak menyerah dan tetap melihat harapan dalam hidup mereka.

Melalui pendekatan-pendekatan tersebut, SLB Agca Center Manado menghadirkan

¹⁴ William A. Clebsch Charles R. Jaekle, *Pastoral Care in Historical Perspective* (Harper & Row, 1964), 4–5.

¹⁵ Charles R. Jaekle, *Pastoral Care in Historical Perspective*, 25.

model pendampingan pastoral yang tidak hanya menyentuh aspek spiritual secara formal, tetapi juga menjelma dalam relasi yang hidup dan menyentuh kebutuhan mendalam anak-anak. Pendampingan ini menjadi bagian dari misi kasih yang mewujudkan dalam tindakan nyata, memberikan kekuatan baru bagi anak-anak untuk menjalani hidup dengan martabat dan iman yang terus bertumbuh.

D. Kesimpulan

Pendampingan dan konseling pastoral bagi pemuda sandwich generation di Jemaat GMIM Imanuel Toraget menunjukkan bahwa kecemasan yang mereka alami bukan sekadar gejala psikologis, melainkan gema dari tekanan hidup yang datang dari dua arah: kewajiban kepada orang tua dan tuntutan untuk membangun masa depan sendiri. Dalam ruang sempit di antara dua beban itulah mereka sering merasa rapuh, seperti jembatan kayu yang harus menopang lebih dari yang tampak. Kerentanan ini perlu dipahami sebagai bagian dari pengalaman manusiawi yang wajar, bukan kelemahan moral.

Pelayanan gereja memiliki peran strategis dalam merengkuh kerapuhan tersebut. Pendampingan pastoral, ketika dilakukan dengan empati, kehadiran penuh, dan pemahaman teologis yang matang, menjadi ruang aman di mana para pemuda dapat menata ulang napas batinnya. Konseling pastoral membantu mereka melihat bahwa Tuhan tidak menuntut mereka menjadi Atlas yang memanggul dunia, tetapi mendampingi mereka dalam pergumulan sehari-hari menguatkan langkah, memberi perspektif, serta membuka ruang untuk pemulihan yang menyentuh tubuh, jiwa, dan relasi.

Melalui proses pendampingan yang berkelanjutan, gereja dapat menolong pemuda sandwich generation menemukan kembali harapan yang mungkin sempat patah di tengah tekanan. Kecemasan yang dulu mengaburkan pandangan kini dapat dipahami, ditata, bahkan diolah menjadi kedewasaan baru. Pada akhirnya, merengkuh kerapuhan justru menjadi jalan bagi mereka untuk bertumbuh bukan hanya sebagai individu yang kuat, tetapi sebagai bagian dari komunitas yang saling menopang, menghadirkan terang Kristus dalam keseharian yang sering terasa berat.

Referensi

- American Psychiatric Association. Diagnostic and Statistical Manual
- American Psychological Association. The Sandwich Generation: Rising Financial Burdens for Middle-Aged Americans. Washington, DC: APA, 2018.
- Art Van Beek, Pendampingan pastoral, Jakarta : BPK Gunung Mulia, 2011.
- Badan Pekerja Majelis Sinode Gereja Masehi Injili di Minahasa, Tata Gereja 2021 (Tomohon, Percetakan/offset Sinode Gmim 2021)
- Charles F. Pfeiffer dan Everett F. Harrison (ed.), The Wycliffe Bible
- Charles R. Jaekle, Pastoral Care in Historical Perspective, 25.
- Clinebell, Howard. Basic Types of Pastoral Care and Counseling. 2nd ed. Nashville: Abingdon Press, 1984.
- Clinebell, Howard. Basic Types of Pastoral Care and Counseling. 2nd ed.
- Commentary: Tafsiran Alkitab Wycliffe (Malang: Gandum Mas, 2009)
- E.P Gintings, Gembala Dan Pendampingan Pastoral, (Yogyakarta Yayasan Andi 2002)
- Erik, H. Erikson Identitas dan Siklus Hidup Manusia, trans. Agus Cremers (Jakarta: Gramedia, 1989)
- Gerkin, Charles V. An Introduction to Pastoral Care. Nashville: Abingdon Press, 1997.
- Gultom, E. Dasar-Dasar Teologi Pastoral. Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2002.
- Gunawan, Heri. Pendidikan Inklusif: Konsep dan Aplikasinya dalam Konteks Indonesia. Bandung: Alfabeta, 2017.
- Howard Clinebell, Tipe-Tipe Dasar Pendampingan Dan Konseling Pastoral, (Yogyakarta, Kanisius, 2002)
- J.D. Engel, Pastoral Dan Kebutuhan Dasar Konseling (Jakarta: BPK Gunung Mulia 2016)
- Kamus Besar Bahasa Indonesia, Jakarta: Balai Pustaka, 1993.
- Lartey, Emmanuel Y. In Living Color: An Intercultural Approach to Pastoral Care and Counseling. London: Jessica Kingsley Publishers, 2005.
- Lebang Audy Haryanto, Spritualitas Pemuda dan Kesiapannya menjadi Presbiter di Gereja Protestan di Indonesia Bagian Barat (GPIB) Jemaat "Immanuel" Makassar, (Jurnal UKSW Salatiga Jawa Tengah, 2020)

- Louw, Daniel. *Cura Vitae: Illness and the Healing of Life in Pastoral Care and Counseling*. Cape Town: Lux Verbi, 2008.
- Miller, Dorothy. "The 'Sandwich' Generation: Adult Children of the Aging." *Social Work* 25, no. 5 (1981)
- Moleong, Lexy J. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Edisi revisi. Bandung: Remaja Rosdakarya, 2017.
- Oden, Thomas C. *Pastoral Theology: Essentials of Ministry*. San Francisco: HarperSanFrancisco, 1983.
- of Mental Disorders. 5th ed. Arlington, VA: American Psychiatric Publishing, 2013.
- Patton, John. *Pastoral Care: An Essential Guide*. Nashville: Abingdon Press, 2005.
- Santrock, John W. *Life-Span Development*. 15th ed. New York: McGraw-Hill Education, 2019.
- Simandjuntak, W.P. *Teologi Pastoral Kontekstual*. Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2009.
- Sutrisnaatmaka, Yosef. *Pastoral Inklusif: Gereja yang Merengkuh yang Lemah*. Malang: Dioma Press, 2021.