



https://ejournalgkn.web.id/index.php/atohemajurnal/	Diterima pada tanggal	3 Januari 2024
Vol.1 No 1 Januari 2024, pp 21-33	Disetujui pada tanggal	10 Januari 2024

UPAYA PASTORAL KONSELING BAGI PEMUDA YANG MENGALAMI TRUST ISSUE AKIBAT KONFLIK SAAT BERPACARAN

Amartya Lovelin Lanongbuka

Institut Agama Kristen Negeri Manado, Email: martyalanongbuka2020@gmail.com

Subaedah Luma

Institut Agama Kristen Negeri Manado, Email: subaedahluma@iagnmanado.ac.id

ABSTRAK

Trust issue merupakan suatu keadaan dimana seseorang menjadi pribadi yang tidak mudah percaya dengan orang lain. Trust issue dapat menimbulkan hal yang bisa tidak mengenakan pribadi yang mengalaminya di kemudian hari, seperti menimbulkan kekecewaan dan kehilangan momen-momen penting dalam hidup. Masalah Trust issue kebanyakan muncul dikalangan anak muda yang sudah berpacaran dan memiliki dampak negatif terhadap kelangsungan hidup anak muda tersebut baik secara psikologi dan sosialnya. Untuk itu tujuan dari penelitian ini adalah mendeskripsikan dampak trust issue yang dialami anak muda dan upaya pastoral konseling dalam masalah trust issue dikalangan anak muda.

Metode yang dipakai dalam penelitian ini adalah metode penelitian deskriptif, dengan pengumpulan data melalui obsevasi dan wawancara terhadap beberapa anak muda yang ada di Kampung Bira. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa trust issue yang dialami oleh subjek adalah takut membangun hubungan yang baru, selalu berprasangka negatif terhadap pasangan dan juga orang disekitar baik teman maupun keluarga, dan ada juga yang sampai takut untuk menikah. Untuk itu pastoral konseling merupakan salah satu upaya pelayanan yang bisa membantu subjek megalami perubahan yang positif dan keluar dari permasalahannya, serta mengalami penyembuhan secara holistik.

Kata Kunci: Trust Issue, Anak Muda, Pastoral, Konseling

ABSTRACT

Trust issue is a situation where a person becomes a person who does not easily trust other people. Trust issues can cause things that can be detrimental to the

person who experiences them in the future, such as causing disappointment and missing important moments in life. Trust issues mostly arise among young people who are already dating and have a negative impact on the survival of these young people both psychologically and socially. For this reason, the aim of this research is to describe the impact of trust issues experienced by young people and pastoral counseling efforts regarding trust issues among young people.

The method used in this research is a descriptive research method, with data collection through observation and interviews with several young people in Bira Village. The results of this research show that the trust issues experienced by the subjects are fear of building new relationships, always having negative prejudices towards partners and also people around them, both friends and family, and some are afraid to get married. For this reason, pastoral counseling is a service effort that can help subjects experience positive changes and get out of their problems, and experience holistic healing.

Keywords: Trust Issues, Young People, Pastoral, Counseling

A. PENDAHULUAN

Masa pemuda atau masa dewasa awal adalah masa yang diakui paling menyenangkan dijalani oleh banyak orang, sebab masa muda disebut-sebut sebagai fase terpenting dalam kehidupan. Pada masa ini seorang pemuda berada di puncak kehidupan yang penuh dengan semangat dan juga gairah dalam menjalani hidupnya. Sehingga banyak orang yang sedang menjalani masa transisi dari usia remaja ke dewasa awal justru tidak sabar untuk masuk sampai ke fase tersebut. Dalam fase dewasa awal ini seseorang mulai menyesuaikan diri dengan segala pola hidup yang baru serta pengalaman-pengalaman yang akan datang.¹ Semua orang yang mengalami transisi menuju kedewasaan antara usia 18 sampai 25 tahun, hal ini dikenal sebagai masa dewasa awal atau *emerging adulthood*.² Dari suatu penelitian yang dilakukan kepada 100 responden dewasa awal menyatakan bahwa masa dewasa awal atau masa pemuda telah mulai memilih dan mencari pasangan hidup. Pada usia ini, hubungan percintaan dan pacaran merupakan salah satu hal yang harus dipenuhi dan harus dilakukan upaya adaptasi pada setiap individu.³ Maka tidaklah heran bahwa di zaman sekarang kebanyakan anak muda sudah menjalani hubungan berpacaran .

Memiliki pacar atau kekasih di zaman sekarang khususnya pada masa dewasa awal justru menjadi hal yang dianggap suatu keharusan oleh kebanyakan kalangan muda. Bahkan ada yang menjadikan status berpacaran itu sebagai suatu ukuran dirinya mendapat kebahagiaan selama menjalani masa muda. Pacar memiliki adalah

¹ Mentari G, *Sripsi: Gambaran Prefensi pemilihan pasangan pada dewasa awal pengguna situs online dating*, (Medan: Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara, 2019).

² Arnett, J.J. (Ed), (*The Oxford handbook of emerging adulthood*. (Oxford University Press, 2015).

³ Putu N Dinanty, 'PODPUAN: EPISODE KEKERASAN DALAM BERPACARAN NASKAH AKADEMIK', (Skripsi, Universitas Multimedia Nusantara, 2012), diakses dari https://kc.umh.ac.id/15171/1/HALAMAN-1_AWAL.pdf.

sinonim dari kata kekasih yang memiliki pengertian “menjalinkan hubungan cinta kasih dengan lawan jenis, tetapi belum terikat perkawinan.”⁴ Dalam pengertian lain juga menyebutkan bahwa pacaran dipandang sebagai masa mencari pasangan, mengeksplorasi dan memahami kepribadian masing-masing individu yang berbeda.⁵ Untuk itu bagi sebagian orang berpacaran dijadikan salah satu alternatif untuk menentukan dan menemukan pasangan hidup.

Ketika menjalani hubungan berpacaran tentunya sebagai pasangan ingin menciptakan suasana yang bahagia dan penuh cinta terus menerus. Karena menurut Crapo dan Bradford menggambarkan pacaran sebagai rasa cinta yang bergejolak pada diri seseorang.⁶ Ini berarti pasangan yang berpacaran memiliki rasa emosional yang begitu spesial serta berbeda dari hubungan biasanya. Tetapi dengan kenyataan yang ada dalam hubungan berpacaran juga ada yang gagal mempertahankan gambaran bahwa dalam berpacaran cinta dan kebahagiaan itu akan terus ada. Hal ini terjadi karena munculnya konflik interpersonal yang tidak terselesaikan. Konflik terjadi karena adanya motif, tujuan, kepercayaan, pendapat atau sikap seseorang yang mengganggu atau bertentangan dengan orang lain.⁷ Konflik yang terjadi selama berpacaran tentu dapat mengakibatkan rusaknya bahkan berakhirnya hubungan interpersonal antara keduanya. Hubungan yang rusak karena konflik ditandai dengan munculnya perasaan negatif terhadap pihak lain, permusuhan, ketidakpuasan dan gangguan komunikasi.⁸ Namun, berdasarkan fakta yang ada salah satu pemicu terjadinya konflik interpersonal selama berpacaran adalah hilangnya nilai kepercayaan.

Seperti hubungan pada umumnya baik hubungan bersama teman maupun keluarga, nilai kepercayaan atau *trust* itu sangatlah penting. *Trust* merupakan salah satu isu paling umum pada setiap pasangan. Jika tidak adanya *trust*, maka dapat menyulitkan seseorang untuk membangun hubungan yang benar-benar intim serta bahagia. Untuk itu ketika *trust* itu hilang maka sangat berpengaruh pada kestabilan suatu hubungan sehingga pada akhirnya hubungan tersebut tidak bisa saja berakhir. Bahkan tidak hanya berdampak pada hubungan yang dijalani, masalah hilangnya kepercayaan justru berdampak pada kepribadian seseorang yang mengakibatkan munculnya masalah *trust issue* yang cukup serius.

Trust issue merupakan suatu keadaan dimana seseorang menjadi pribadi yang tidak mudah percaya dengan orang lain.⁹ *Trust Issue* secara umum diakibatkan

⁴ Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, ‘Pacar’, 2016c, diakses dari <https://kbbi.kemendikbud.go.id/entri/pacar>.

⁵ Muhammad, H & Irwansya, ‘Penggunaan Media Sosial Facebook bagi Remaja Laki- Laki dalam Menjalinkan Hubungan Pacaran’. *Translitera: Jurnal Kajian Komunikasi Dan Studi Media*. 10 (1), 2021, h. 129-139.

⁶ Crapo, J. S & Bradford K, “Multidimensional family development theory: Areconceptualization of family development”, *Journal of Family Theory & Review*, Vol. 12 Nomor 2, 2021, hal. 203.

⁷ Miler, Rowland S, *Intimate Relationship (6thed)*. (New York: McGraw Hill, 2012).

⁸ Ratna Devy W & Putu Nugrahaeni W, ‘Hubungan Antara Trust dengan Konflik Pada Dewasa Awal yang Menjalani Hubungan Pacaran Jarak Jauh’, *Jurnal Psikologi Udayana*, Vol. 3 Nomor 1, 2016, h. 11.

⁹ J Welander, ‘Trust issues: Welfare workers’ relationship to their organization’, *In Doctoral dissertation, Malardalen University*, Vol. 1, Issue 1, 2017.

karena orang itu mendapat perlakuan yang tidak menyenangkan seperti dikucilkan, dimanfaatkan oleh orang yang dipercayai, mendapat perlakuan tidak baik dari keluarga, mengalami perundungan, broken home, sekaligus pernah ada di suatu hubungan atau lingkungan yang *toxic*.¹⁰ Seseorang yang mengalami *trust issue* menunjukkan tanda –tanda dalam dirinya seperti; 1. Memiliki rasa curiga yang berlebihan, 2. Merasa cemburu dan takut ditinggalkan, 3. Sulit memberi maaf dan melupakan kesalahan orang lain, 4. Kesulitan dalam bergaul, dan 5. Menjadi orang yang selalu *overthinking* (Santi, 2019)¹¹. Untuk itu masalah kepercayaan ini tidak bisa dianggap sepele sebab dapat menimbulkan hal yang bisa tidak mengenakan pribadi yang mengalaminya di kemudian hari, seperti menimbulkan kekecewaan dan kehilangan momen-momen penting dalam hidup.

Melihat fenomena yang ada sekarang ini, masalah *trust issue* pada anak muda menjadi trend dikalangan anak muda yang sudah berpacaran. Berdasarkan pengamatan dari peneliti, hal ini pun terjadi beberapa pemuda yang ada di Kampung Bira, Kabupaten Kepulauan Sangihe. Mereka mengalami *trust issue* setelah tidak bisa menyelesaikan konflik interpersonal selama berpacaran. Sehingga *trust issue* yang mereka alami berdampak pada kondisi psikologi dan sosial para anak muda tersebut, dan salah satu dampak umum yang dialami oleh para anak muda yang ada di Kampung Bira adalah takut untuk membangun suatu kepercayaan kepada orang lain. Jika ditinjau dari fungsi pastoral masalah *trust issue* merupakan salah satu masalah pastoral yang perlu ditangani oleh pihak gereja baik itu pendeta ataupun profesional konselor sebagai bentuk tanggung jawab pelayanan bagi jemaat. Sebab pelayanan pastoral tidak hanya dilakukan kepada seseorang yang mengalami sakit secara fisik tetapi pelayanan pastoral adalah suatu pelayanan yang mengacu pada semua aspek pada diri manusia baik fisik, mental, spiritual, dan sosial. Pelayanan konseling pastoral adalah suatu pelayanan yang dilaksanakan dengan tujuan menolong konseli/jemaat lewat percakapan secara intens, dimana konselor mendampingi dan mengarahkan konseli dalam menemukan solusi atas permasalahannya (Tu’u, 2007:20).¹² Pastoral konseling berperan dalam suatu krisis dan kemalangan hidup, baik itu individu maupun keluarga, bahkan dalam krisis perubahan sosial dalam masyarakat.¹³ Secara umum tujuan dari pastoral konseling adalah memberikan dukungan emosional, bimbingan moral, dan bantuan spiritual kepada individu yang mengalami kesulitan atau krisis dalam kehidupan mereka.

Pelayanan pastoral memiliki manfaat atau fungsi yang jika dilakukan secara tepat maka dapat menciptakan suatu perubahan bagi konselinya. Fungsi pastoral terdiri dari fungsi menyembuhkan, menopang, membimbing, memperbaiki hubungan

¹⁰Handaningtias, U. R., Praceka, P. A., & Andryani, I. A, ‘Publik Discourse Regarding Polri sesuai prosedur Hashtag as a Trust Issue’. *Journal of social and political Sciences*, 5(4), 2022, hh. 126-134.

¹¹Santi Berlinawati, ‘Tanda-Tanda Bahwa Anda Memiliki Trust Issue’ dan Bagaimana Mengatasinya, diakses dari <http://journal.sociolla.com/lifestyle/tanda-memiliki-trust-issue>, pada 12Desember 2023.

¹²Tulus Tu’u, *Dasar-dasar Konseling Pastoral*, (Yogyakarta: ANDI, 2007), h. 20.

¹³Engel, Daan Jacob, *Pastoral dan Kebutuhan Dasar Konseling*, Jakarta: BPK GunungMulia, 2016.

mengasuh/memelihara, memberdayakan dan mentransformasi.¹⁴ Untuk itu pastoral konseling adalah salah satu upaya yang tepat untuk membantu seseorang yang mengalami masalah trust issue, sebab dengan adanya pelayanan pastoral konseling diharapkan dapat membantu pemuda yang mengalami trust issue untuk keluar dari masalahnya lewat pemulihan secara holistik. Tujuan dari penelitian saya ini adalah mendeskripsikan apa dampak yang diterima oleh pemuda mengalami *trust issue* akibat konflik berpacaran dan bagaimana upaya pastoral konseling dalam mengatasi masalah *trust issue* di kalangan anak muda.

B. METODOLOGI

Seperti umumnya semua penelitian ilmiah bertujuan untuk dilaksanakan dengan menggunakan metode penelitian. Oleh karena itu penelitian merupakan kegiatan ilmiah yang sangat penting bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan pemecahan suatu masalah (Djam'an Satori & Aan Komairah, 2014:1).

1. Metode dan Pendekatan Penelitian

Dalam penelitian ini, metode yang nanti akan digunakan adalah metode penelitian deskriptif. Penelitian deskriptif adalah penelitian dengan metode untuk menggambarkan suatu hasil penelitian. Sesuai dengan namanya, jenis penelitian deskriptif memiliki tujuan untuk memberikan deskripsi penjelasan, juga validasi mengenai fenomena yang tengah diteliti.¹⁵ Dengan menggunakan pendekatan penelitian kualitatif dimana dalam penelitian ini melibatkan peneliti dalam peristiwa atau situasi yang diteliti.¹⁶ Penelitian kualitatif memiliki dua tujuan, yaitu mendeskripsikan dan menjelaskan (describe and explore) dan mendeskripsikan dan mengungkapkan (describe and Explain). Bisa dikatakan bahwa tujuan utama dari penelitian kualitatif adalah untuk dapat menjelaskan dan mendeskripsikan makna dan konsep, yang pada akhirnya menjadi sebuah teori yang jelas.¹⁷

Dalam penelitian ini objek penelitian adalah situasi sosial yang terdiri dari tiga elemen utama, yaitu: tempat, pelaku/orang dan aktivitas/kegiatan.¹⁸ Yang menjadi objek penelitian yang pertama adalah tempat penelitian yaitu Kampung Bira, Kabupaten Kepulauan Sangihe, objek kedua adalah pelaku/orang yaitu para pemuda yang sudah berpacaran, dan objek ketiga yaitu aktivitas pelaku/orang yang diteliti.

¹⁴Totok S. Wiryasaputra, *Konseling Pastoral di Era Milenial*, (Yogyakarta: SevenBooks, 2019), h. 189.

¹⁵Ramadhan, Muhammad, *Metode Penelitian*, (Surabaya: Cipta Media Nusantara, 2021), h.7.

¹⁶Kris H Timotius, *Pengantar Metodologi Penelitian*, (Yogyakarta: ANDI, 2017), hh. 6-7.

¹⁷Albi Anggito dan Johan Setiawan, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, (Sukabumi: CV Jejak, 2018), h. 14.

¹⁸Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, (Bandung: Alfabeta, 2011), h. 297.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Pastoral Konseling

Istilah “Pastoral” asal katanya adalah pastor dari bahasa Latin, yang berarti gembala dan poimen dalam bahasa Yunani. Sebagai kata Sifat kata benda gembala adalah kata kerja pastoral karena fungsinya. Oleh sebab itu penggembalaan juga di kenal dengan poimenika atau pastoralia.¹⁹ Untuk itulah istilah pastoral merupakan suatu aktivitas atau kegiatan Layanan yang dirancang untuk membantu orang atau umat, baik secara individu maupun kelompok, serta mereka yang mungkin atau mungkin tidak bergumul dengan masalah kehidupan.²⁰

Sedangkan "Konseling" (counseling) memiliki arti "nasihat".
Konseling merupakan “bimbingan yang diberikan oleh seorang ahli melalui metode psikologis”. Konseling memiliki asal kata dari bahasa Inggris yaitu “Counseling”, sedangkan kata dasarnya ialah counsel. Kalau dalam KBBI “nasihat” memiliki arti “ajaran yang baik”.²¹ Oleh karena itu, kata “konseling” dipahami sebagai hubungan dua arah antara konselor dan konseli, dimanakonselor berusaha membantu atau membantu konseli yang membutuhkan konseling dalam suasana percakapan yang ideal di mana konseli dapat melakukannya, untuk mengenali dirinya, memaknai hidupnya, dan mencapai tujuannya.²²

Berdasarkan pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa pastoral konseling adalah hubungan dua arah antara pendeta sebagai konselor Pastoral dengan umat sebagai konseli. Konseling pastoral juga sering dikaitkan dengan penggembalaan. Konselor memberikan bimbingan kepada konseli dalam ruang percakapan yang ideal, yang mengarahkan konseli untuk memahami hal yang terjadi pada dirinya, agar konseli bisa memahami kehidupan mereka dengan mengandalkan kekuatan dan kemampuan dari Tuhan.

2. Fungsi Pastoral

Totok S. Wiryasaputra mengemukakan ada enam fungsi pastoral yaitu sebagai berikut:²³

- a. Menyembuhkan: Fungsi ini merupakan fungsi yang dipakai oleh konselor ketika ada keadaan dari seorang konseli yang keadaannya harus dikembalikan ke kondisi semula atau normal atau mendekati kondisi semula.
- b. Menopang: Fungsi ini digunakan untuk membantu subjek menerima

¹⁹ Dr. Yohan Brek, *Budaya Masamper Lifestyle Masyarakat Nusa Utara*, (PurwokertoSelatan: Cv. Pena Persada Redaksi, 2022), hh. 84-85.

²⁰Tulus Tu'u, *Dasar-dasar Konseling Pastoral*, (Yogyakarta: ANDI, 2007),h.17.

²¹ “Konseling”; KBBI. Versi 1.3. CD-ROM

²² Niko Hosea Layantara, *Penggunaan Hipnoterapi Di Dalam Konseling Pastoral*, (Yogyakarta: Lumela, 2019), h. 7.

²³ Totok S. Wiryasaputra, *Konseling Pastoral di Era Milenial*, (Yogyakarta: SevenBooks, 2019), hh. 190-193.

- keadaan hidup yang baru, berdiri di atas kedua kaki sendiri, tumbuh secara utuh dan utuh, serta berfungsi secara optimal.
- c. Membimbing: Fungsi ini dilakukan ketika subjek sudah siap secara mental, seperti ketika mereka dapat berpikir jernih dan fokus pada pengambilan keputusan.
 - d. Memperbaiki Hubungan: Fungsi ini dirancang untuk mendukung klien ketika mereka mengalami konflik internal dengan pihak lain yang mengakibatkan putus atau retaknya hubungan. Dalam hal ini, konseli bertindak sebagai mediator.
 - e. Memberdayakan: Fungsi ini digunakan untuk membantu subjek untuk membantu dirinya sendiri ketika menghadapi kesulitan di kemudian hari.
 - f. Mentransformasi: Fungsi ini digunakan ketika orang yang dikendalikan telah pulih, masalah telah diselesaikan dan seefektif mungkin untuk orang lain dan orang-orang di sekitarnya.

3. Pendekatan Pastoral Konseling

Pendekatan merupakan suatu langkah atau jalan yang digunakan sebagai alat untuk mendekati, mengamati, meneliti, mengatasi serta yang terakhir membantu memecahkan masalah. Adapun teknik-teknik pendekatan yang telah ditawarkan oleh para ahli atau para penemunya untuk dapat membuat seorang konselor lebih mudah dalam menangani persoalan yang dialami oleh konselinya yaitu sebagai berikut:²⁴

- a. Pendekatan Psikoanalisis: Pendekatan ini merupakan bagian dari pendekatan terhadap semua pemikiran dan perilaku saat ini yang didorong oleh energi psikis (dunia bawah sadar) dan pengalaman konflik psikoseksual di awal perkembangan kehidupannya.
- b. Pendekatan Eksistensial: Pendekatan ini berfokus pada kondisi terpenting kehidupan manusia. Pendekatan ini adalah tentang apresiasi nilai, kreativitas, kebebasan (pilihan dan tanggung jawab), keaslian, ketakutan eksistensial (serta rasa bersalah dan kegembiraan eksistensial), keberadaan dan makna hidup.
- c. Pendekatan Rasional Emotif: Menurut ahli pendekatan ini yaitu Albert Ellis, manusia menjadi korban indoktrinasi agar bisa berpikir secara irasional tentang dirinya dari masa kanak-kanaknya. Ketika orang tidak memiliki cara berpikir yang sehat maka ia akan memperlihatkan perilaku yang akan merugikan dirinya. Dalam pendekatan ini, manusia sejatinya merupakan korban dari bentuk berpikir yang tidak benar atau irasional.
- d. Pendekatan Client-Centered: Pendekatan ini adalah salah satu pendekatan yang berpusat pada klien itu sendiri, pendekatan ini bisa dibilang sangat optimis serta non-deterministik. Dimana manusia mampu untuk

²⁴Totok S. Wiryasaputra, *Konseling Pastoral di Era Milenial*, (Yogyakarta: Seven Books, 2019), hh. 203-224.

merealisasikan dirinya dengan utuh. Untuk itu dalam proses hubungan konseling, konseli bisa mengalami apa yang tidak disadari sebelumnya.

- e. Pendekatan Gestalt: Pendekatan ini memiliki tujuan dimana seorang individu bisa berjuang agar menjadi utuh serta berintegritas dalam tata pemikiran (kognitif), tata rasa (afektif), serta tingkah laku (behavioral). Karena manusia sendiri mempunyai suatu kemampuan untuk bisa memahami keadaan masa lalunya sehingga itu mempengaruhi perilakunya pada masa sekarang.
- f. Pendekatan Adlerian: Pendekatan ini memfokuskan pada pemikiran bahwa manusia dimotivasi untuk kepentingan sosial. Dimana manusia berjuang agar bisa mencapai cita-cita serta berusaha agar melakukantugas hidup.
- g. Pendekatan Analisis Transaksional: Dasar pemikiran pendekatan ini ialah, dimana bahwa setiap orang memiliki suatu kebebasan diri serta mampu memilih. Apapun yang akan menjadi keputusannya di masa lalu bisa lagi diputuskan atau dirubah pada masa sekarang.
- h. Pendekatan Behavioral: Pendekatan ini memfokuskan pada tingkah laku klien sebagai hasil dari proses belajar. Karena tingkah laku manusia tidak bisa ditentukan oleh proses di masa lalu. Oleh karena itulah, pendekatan ini memfokuskan diri pada tingkah laku manusia yang kelihatan atau tampak.
- i. Pendekatan Realitas: Yaitu dimana manusia sendiri yang bertanggung jawab atas kehidupannya dan bebas menentukan pilihan dirinya sendiri. Yang menjadi fokus dari pendekatan ini ialah kepada sesuatu yang sedang dilakukan atau dikerjakan oleh konseli.

4. Bentuk-bentuk Konseling Pastoral

Secara garis besar seorang ahli konseling yaitu Gerry R. Colins membagi berbagai bentuk konseling pastoral yang disesuaikan berdasarkan kebutuhan konseling, dan dapat dipakai satu atau lebih.²⁵ *Supportive Counseling*, yaitu bentuk konseling yang menolong konseli untuk bisa menyadari masalah-masalahnya secara lebih jelas dengan sendiri, dan menumbuhkan rasa percaya diri agar dapat menghandel permasalahannya masa sekarang terlebih permasalahan yang akan datang di dikemudian hari.²⁶

Confrontational Counseling, memiliki arti bahwa konselor menghadapkan konseli kepada permasalahan-permasalahannya sendiri.²⁷

- 1) *Educative Counseling*, bentuk konseling ini meliputi suatu pengajaran dengan maksud memperbaiki sikap atau tingkah laku yang tidak efektif serta menolong konseli untuk bisa belajar tingkah laku yang baik, berhubungan dengan pendidikan.²⁸

²⁵ Yohan Brek, *Budaya Masamper Lifestyle Masyarakat Nusa Utara*, (Porwokerto: Cv.Pena Persada Redaksi, 2022), h. 167.

²⁶ E. P Gintings, *Gembala & Pastoral Klinis*, (Bandung: Bina Media Informasi, 2007), h. 126.

²⁷ *Ibid.*, h.127.

²⁸ *Ibid.*, h. 127-128

- 2) *Spiritual Counseling*, setiap konseling pastoral memang merupakan spiritual counseling, yang mana sebagai murid Tuhan Yesus seorang konselor dipanggil serta diberi perintah untuk menjadikan keseluruhan murid-Nya dan membantu atau menolong yang lemah. Konseling pastoral haruslah peka kepada kebutuhan-kebutuhan spiritual dari konseli. Akan tetapi konseling juga tidaklah harus selalu dengan berdoa dan membaca firman Tuhan sebelum konseli terlihat benar-benar butuh.²⁹
- 3) *Group Counseling*, konseling pastoral ini termasuk dalam kelompok keluarga yang merupakan praktik pelayanan pastoral masa kini. Bentuk konseling ini bisa dilaksanakan melalui mimbar atau juga berita gereja atau lebih baik juga bila dibuat undangan khusus maupun pribadi. *Group counseling* ini bisa dikategorikan berdasarkan status ataupun berdasarkan topik tertentu yang berkaitan dengan persoalan khusus.
- 4) *Informal Counseling*, bentuk konseling ini dapat dilaksanakan di tempat mana saja, seperti rumah tangga, rumah sakit atau di halaman gereja maupun di jalan. Konseling informal di kategorikan sebagai konseling yang satu-satunya konseling paling sederhana, namun efektif banyak menolong orang yang mengalami suatu permasalahan.
- 5) *Preventive Counseling* bentuk konseling ini memiliki sifat antisipatif, maksudnya bukan dengan tujuan membebaskan atau menolong orang dari persoalannya, namun bentuk konseling ini mencoba memberikan pandangan mengenai masalah yang mungkin akan datang di masa depan contohnya konseling pranikah. Pemberian konseling ini bisa melalui mimbar gereja, kursus, ceramah dan lain sebagainya.

5. Dampak Trust Issue

Trust issue menjadi salah satu masalah yang timbul akibat konflik dari berpacaran, sehingga menjadi masalah cukup serius bagi kalangan anak muda yang mengalaminya karena berdampak pada psikologi dan keadaan sosial anak muda tersebut. *Trust issue* disebabkan oleh pengalaman buruk yang dialami seseorang menciptakan kesan tersendiri dalam diri orang tersebut, dan menimbulkan prasangka-prasangka negatif yang mana orang lain memiliki perilaku yang sama dengan orang yang menyakitinya (Sultan Maulana, 2023). *Trust Issue* mengacu pada sejauh mana orang cenderung tidak mempercayai pasangannya dan orang lain yang dekat dengannya. Sehingga kondisi ini dapat terwujud dalam berbagai bentuk sikap dan perilaku.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan kepada beberapa subjek, mendapatkan hasil bahwa *trust issue* muncul karena selama berpacaran para pemuda tersebut sering mendapatkan perlakuan yang tidak adil dari pasangan mereka seperti diselingkuhi, sering dibohongi, dan mempunyai pasangan yang kasar baik secara

²⁹ E. P Gintings, *Gembala & Pastoral Klinis*, (Bandung: Bina Media Informasi, 2007), h.128.

verbal maupun non verbal. Dari pengalaman pacaran ini membuat para pemuda tersebut menjadi trauma dan mengalami *trust issue*. Dampak *trust issue* yang dialami oleh para pemuda yang ada di kampung Bira adalah takut membangun hubungan yang baru, selalu berprasangka negatif terhadap pasangan, bahkan ada juga yang sampai takut untuk menikah. Tidak hanya soal mencari pasangan, tetapi *trust issue* yang dialami oleh pemuda tersebut juga berdampak pada hubungan antar sesama baik teman maupun lingkungan keluarga. Hanya karena satu orang yang merusak nilai kepercayaan justru berakibat hilangnya kepercayaan kepada setiap orang yang ada disekitarnya. Sama halnya yang hasil wawancara yang telah dilakukan peneliti, dari penelitian yang sebelumnya oleh Devi dan Indryawati mendapati bahwa *trust issue* berdampak pada kepribadian seseorang menjadi tidak percaya diri, kehilangan kesempatan mengenal orang baru, serta lebih fatalnya lagi bisa memicu perilaku yang abusive atau melakukan kekerasan kepada orang lain.³⁰

Hal ini memperlihatkan dampak dari *trust issue* sendiri dapat memberikan kerugian terhadap kelangsungan hidup di masa depan dari seseorang yang mengalaminya. Masalah *trust issue* ternyata dapat mengambil sebuah keakraban, kedekatan, maupun hubungan persahabatan yang sejati dengan orang sekitar. Yang lebih parahnya, *trust issue* yang dialami seseorang juga dapat mempengaruhi kesehatan fisik dan mental sehingga menyebabkan masalah yang lebih besar dalam jangka panjang.

6. Upaya Pastoral Konseling Mengatasi Masalah Trust Issue

Pelayanan pastoral konseling merupakan bagian penting dari pelayanan penggembalaan.³¹ Gintings pun mengemukakan hal yang sama bahwa, Pelayanan pastoral konseling menolong orang dalam mengatasi masalah dan krisis kehidupan ke arah pertumbuhan secara maksimal dengan metode-metode yang mengembangkan hal-hal yang membangun dalam perilaku mereka sesuai dengan taraf perasaan-perasaan dan sikap-sikap mereka dalam mengambil keputusan-keputusan, memikul tanggung jawab dan memperbaiki perilaku mereka yang merugikan diri sendiri maupun orang lain.³²

Untuk itu, peran pastoral konseling sangat penting dalam mengatasi masalah *trust issue* yang menyebabkan seseorang tidak mempercayai siapapun akibat trauma masa lalu. Sebab *trust issue* yang parah dapat mengisolasi seseorang secara emosional dan sosial, sehingga mempengaruhi kualitas hidup mereka. Ada beberapa hal yang secara umum bisa dilakukan oleh konselor untuk dapat membantu individu mengatasi *trust issue*, sebagai berikut:

Membangun hubungan yang aman dan terpercaya: Konselor pastoral menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung di mana individu merasa

³⁰ Devi, E & Indryawati, R, 'Trust Dan Self-Disclosure Pada Remaja Putri Instagram', *Jurnal Psikologi*, Vol. 13 Nomor 2, 2020.

³¹ Daniel Ronda, *Pengantar Konseling Pastoral: Teori Dan Kasus Praktis Dalam Jemaat*, (Bandung: Kalam Hidup, 2018), h. 22.

³² E.P. Gintings, *Konseling Pastoral*. (Bandung: Jurnal Info Media, 2009), h. 21.

nyaman untuk berbagi pengalaman, perasaan, dan ketakutan mereka. Dengan membangun hubungan yang terpercaya dengan konselor, individu dapat mulai membangun kembali kepercayaan mereka pada orang lain.

Mengidentifikasi akar masalah: Konselor pastoral membantu individu mengidentifikasi akar dari trust issue mereka. Ini bisa melibatkan eksplorasi pengalaman masa lalu, trauma, atau pengkhianatan yang mungkin telah mempengaruhi persepsi individu tentang kepercayaan.

Membantu memperbaiki pola pikir negatif: Konselor pastoral bekerja dengan individu untuk menggantikan pola pikir negatif dengan pola pikir yang lebih sehat. Ini melibatkan mengidentifikasi dan mengubah pola pikir yang meragukan dan mencurigakan terhadap orang lain.

Mendorong pembangunan kepercayaan diri: Konselor pastoral membantu individu memperkuat kepercayaan pada diri sendiri. Ini melibatkan membangun pemahaman yang lebih baik tentang nilai dan potensi mereka sebagai individu yang berharga.

Menyediakan dukungan spiritual: Konselor pastoral menggunakan prinsip-prinsip agama dan spiritualitas untuk membantu individu memperkuat hubungan mereka dengan Tuhan atau keyakinan mereka. Ini dapat melibatkan doa, meditasi, atau refleksi spiritual yang membantu kedamaian dan kepercayaan dalam diri mereka sendiri.

7. Rekomendasi Bentuk, Teknik dan Pendekatan Pastoral Konseling

Pada bagian ini peneliti hendak merekomendasikan bentuk konseling, pendekatan dan teknik konseling yang bisa digunakan dalam masalah *trust issue* yang dialami para subjek. Setiap pelayanan pastoral konseling, seorang konselor harus didukung dengan penggunaan teknik, pendekatan dan bentuk-bentuk konseling pastoral agar layanan konseling dapat berjalan dengan baik dan terarah.³³ Untuk itu bentuk konseling pastoral yang bisa dilakukan dalam masalah ini adalah *Supportive Counseling*, yaitu bentuk konseling dimana konselor pastoral yang *supportive* memberikan perhatian, dorongan yang lebih peka mencoba dengan lemah lembut menyadarkan konseli terhadap tantangan kehidupan dan membimbing konseli pada pertumbuhan iman dan kematangan emosi sehingga problema dapat diatasi dengan mudah.³⁴

Selanjutnya pendekatan konseling pastoral merupakan teknik yang harus dipakai agar memudahkan seorang konselor untuk mencapai tujuan akhir dari pelaksanaan konseling pastoral, yaitu membantu mengarahkan konseli sampai pada pemecahan masalahnya sendiri. Oleh karena itu peneliti melihat bahwa pendekatan yang bisa digunakan dalam masalah *trust issue* ini adalah pendekatan *client-centered* dan pendekatan kognitif.

³³Brek, Yohan, *Budaya Masamper Lifestyle Masyarakat Nusa Utara*, (Porwokerto: Cv.Pena Persada Redaksi, 2022), h. 167.

³⁴ Brek, Yohan, *Budaya Masamper Lifestyle Masyarakat Nusa Utara*, (Porwokerto: Cv. Pena Persada Redaksi, 2022), hh. 167-168.

Pendekatan client-centered atau terpusat pada klien adalah pendekatan dalam konseling yang menempatkan klien sebagai pusat perhatian. Dalam konteks *trust issue*, pendekatan client-centered membantu konselor untuk menciptakan lingkungan yang aman, mendukung, dan bebas penilaian. Ini membantu individu merasa nyaman untuk berbagi pengalaman, perasaan, dan ketakutan mereka terkait dengan *trust issue*. Dalam lingkungan yang aman ini, individu dapat merasa didengar, dihargai, dan diterima. Dengan menggunakan sikap Empati yang mendalam terhadap pengalaman dan perasaan individu yang mengalami *trust issue*. Hal ini membantu individu merasa didengar dan dipahami, yang pada gilirannya dapat membantu mereka memperkuat hubungan dengan konselor dan membangun kepercayaan.

Kemudian dengan pendekatan kognitif adalah pendekatan yang berfokus pada pemahaman dan perubahan pola pikir atau pikiran yang tidak sehat atau negatif. Dalam konteks *trust issue*, teknik kognitif dapat membantu individu mengidentifikasi pikiran-pikiran negatif atau tidak akurat yang terkait dengan kepercayaan dengan orang lain. Dengan menggunakan teknik restrukturisasi kognitif konselor membantu konseli mengidentifikasi pikiran-pikiran negatif atau tidak sehat yang muncul dalam pikiran individu dan menggantinya dengan pikiran yang lebih realistis, positif, atau sehat. Konselor membantu individu yang mengalami *trust issue* untuk mengenali dan menantang pikiran-pikiran negatif tersebut dengan mencari bukti-bukti yang mendukung pikiran tersebut.

D. PENUTUP

Pelayanan pastoral konseling adalah salah satu upaya yang dapat menolong anak muda untuk menemukan solusi atas permasalahan *trust issue* yang di alami, dengan memberikan pelayanan secara holistik terhadap diri konselinya. Sementara itu adapun upaya pastoral yang bisa dilakukan untuk mengatasi permasalahan *trust issue* dikalangan anak muda yaitu membangun hubungan yang aman dan terpercaya, mengidentifikasi akar masalah, membantu memperbaiki pola pikir negatif, mendorong pembangunan kepercayaan diri, dan tentunya menyediakan dukungan spiritual. Dalam kasus inipun direkomendasikan menggunakan teknik pendekatan pastoral konseling yaitu dengan pendekatan cliend-centered, yaitu pada prosesnya konselor membangun kepercayaan konseli dengan memberikan rasa aman dan nyaman serta menunjukkan sikap empati yang mendalam. Kemudian dengan pendekatan kognitif pada prosesnya menggunakan teknik restrukturisasi kognitif.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggito, Albi dan Johan Setiawan, *Metodologi Penelitian Kualitatif*, Sukabumi:CV Jejak, 2018.
- Arnett, J.J. (Ed), *The Oxford handbook of emerging adulthood*. Oxford University Press, 2015.
- Badan Pengembangan dan Pembinaan Bahasa Kementrian Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, 'Pacar', 2016c, diakses dari <https://kbbi.kemendikbud.go.id/entri/pacar>.
- Berlinawati, S., *Tanda-Tanda Bahwa Anda Memiliki 'Trust Issue' dan Bagaimana*

- Mengatasinya, 2019, diakses dari <http://journal.sociolla.com/lifestyle/tanda-memiliki-trust-issue>, pada 12 Desember 2023.
- Brek, Yohan, *Budaya Masamper Lifestyle Masyarakat Nusa Utara*, Porwokerto: Cv. Pena Persada Redaksi, 2022.
- Crapo, J. S & Bradford K, "Multidimensional family development theory: A reconceptualization of family development". *Journal of Family Theory & Review*. Vol. 12 Nomor 2, 2021.
- Devi, E & Indyawati, R, Trust Dan Self-Disclosure Pada Remaja Putri Instagram, *Jurnal Psikologi*, Vol. 13 Nomor 2, 2020.
- Dinanty N. P., PODPUAN: EPISODE KEKERASAN DALAM BERPACARAN NASKAH AKADEMIK, (Skripsi, Universitas Multimedia Nusantara, 2012), diakses dari https://kc.umn.ac.id/15171/1/HALAMAN_AWAL.pdf.
- Gintings, E.P. Konseling Pastoral. Bandung: Jurnal INfo Media, 2009.
- Handaningtias, U. R., Praceka, P. A., & Andryani, I. A., 'Publik Discourse Regarding Polrisesuai prosedur Hashtag as a Trust Issue', *Journal of social and political Sciences*, 5(4), 2022, hh. 126-134. Diakses dari <https://doi.org/10.31014/1ior.1991.05.04.385>.
- Jacob, Daan Engel, *Pastoral dan Kebutuhan Dasar Konseling*, Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2016.
- Mentari, G, *Sripsi: Gambaran Prefensi pemilihan pasangan pada dewasa awal pengguna situs online dating*, Medan: Fakultas Psikologi Universitas Sumatera Utara, 2019.
- Miler, Rowland S, *Intimate Relationship (6thed)*. New York: McGraw Hill, 2012.
- Muhammad, H & Irwansya, 'Penggunaan Media Sosial Facebook bagi Remaja Laki-Laki dalam Menjalinkan Hubungan Pacaran', *Translitera: Jurnal Kajian Komunikasi Dan Studi Media*, Vol. 10 Nomor 1, 2021, h. 129-139.
- Ratna Devy W & Putu Nugrahaeni W, 'Hubungan Antara Trust dengan Konflik Pada Dewasa Awal yang Menjalinkan Hubungan Pacaran Jarak Jauh', *Jurnal Psikologi Udayana*, Vol. 3 Nomor. 1, 2016, h. 11.
- Ramadhan, Muhammad, *Metode Penelitian*, Surabaya: Cipta Media Nusantara, 2021.
- Ronda, Daniel. *Pengantar Konseling Pastoral: Teori Dan Kasus Praktis Dalam Jemaat*. Bandung: Kalam Hidup, 2018.
- Satori, Djam'an dan Aan Komariah, *Metode Penelitian Kualitatif*, Bandung: Alfabeta, 2014.
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, Bandung: Alfabeta, 2011.
- Timotius, H. Kris, *Pengantar Metodologi Penelitian*, Yogyakarta: ANDI, 2017.
- Tu'u, Tulus, *Dasar-Dasar Konseling Kristen*, Yogyakarta: ANDI, 2007.
- Welander, J, 'Trust issues: Welfare workers' relationship to their organization'. *In Doctoral dissertation, Malardalen University*, Vol. 1 Issue 1, 2021.
- Wiryasaputra, Totok S, *Konseling Pastoral di Era Milenial*, Yogyakarta: Seven Books, 20019.