

## PERAN PASTORAL DALAM MEMPERBAIKI HUBUNGAN KELUARGA: WAKTU BERSAMA YANG TERBAIKAN

**Dwi Novika Montjai<sup>1</sup>**

Institut Agama Kristen Negeri Manado, [dwinovikamontjai@gmail.com](mailto:dwinovikamontjai@gmail.com)

**Jaineke Chinly Lumika<sup>2</sup>**

Institut Agama Kristen Negeri Manado, [chinlylumika15@gmail.com](mailto:chinlylumika15@gmail.com)

**Joan Elisa Hamel<sup>3</sup>**

Institut Agama Kristen Negeri Manado, [jojoelisa13@gmail.com](mailto:jojoelisa13@gmail.com)

**Senkia Kurnia Senduk<sup>4</sup>**

Institut Agama Kristen Negeri Manado, [senkiasenduk09@gmail.com](mailto:senkiasenduk09@gmail.com)

### Abstrak

Keluarga sebagai unit sosial primer memiliki peran penting dalam membentuk karakter dan perkembangan psikososial anak. Di era modern, banyak keluarga mengalami tantangan melemahnya kelekatan emosional akibat berkurangnya waktu berkualitas antara orang tua dan anak. Artikel ini mengkaji fenomena tersebut dengan fokus pada penyebab utama berkurangnya waktu berkualitas, dampaknya terhadap hubungan orang tua-anak, serta peran pendampingan pastoral sebagai solusi untuk memperbaiki dan memperkuat kelekatan emosional keluarga. Penelitian kualitatif ini mengkaji peran pendampingan pastoral sebagai solusi melalui fungsi membimbing, mendamaikan, menopang, menyembuhkan, mengasuh, dan menguatkan. Strategi pastoral seperti pelayanan preventif, pemberdayaan komunitas, kunjungan pastoral, dan doa penyembuhan emosional efektif memperkuat hubungan keluarga dan ketahanan keluarga modern. Optimalisasi waktu berkualitas dan pendampingan pastoral menjadi kunci membangun keluarga harmonis dan sehat.

**Kata Kunci:** Pastoral, Keluarga, Waktu Berkualitas, Pendampingan..

### Abstract

The family as the primary social unit has an important role in shaping the character and psychosocial development of children. In the modern era, many families experience the challenge of weakening emotional attachment due to reduced quality time between parents and children. This article examines this phenomenon with a focus on the main causes of reduced quality time, its impact on parent-child relationships, and the role of pastoral care as a solution to improve and strengthen family emotional attachment. This qualitative research examines the role of pastoral care as a solution through the functions of guiding, reconciling, supporting, healing, nurturing, and strengthening. Pastoral strategies such as preventive services, community empowerment, pastoral visits, and emotional healing prayer are effective in strengthening family relationships and resilience of modern families. Optimizing quality time and pastoral care are the keys to building harmonious and healthy families.

**Keywords:** Pastoral, Family, Quality Time, Mentoring



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

## A. Pendahuluan

Keutuhan atau ketahanan dalam keluarga merupakan kondisi yang sangat diharapkan oleh setiap individu, karena keluarga merupakan unit terkecil sekaligus dasar utama dalam pembentukan kehidupan sosial masyarakat. Bagi seorang anak, keluarga adalah lingkungan pertama dan paling penting dalam proses tumbuh kembangnya. Oleh karena itu, keluarga sering disebut sebagai "sekolah pertama" yang menyediakan ruang bagi anak untuk memperoleh pengetahuan dan pengalaman awal. Di sisi lain, orang tua berperan sebagai "guru pertama" yang mengajarkan berbagai nilai penting, terutama mengenai doa, kebajikan, dan kasih sayang.

Dalam kehidupan manusia, keluarga merupakan unit sosial terkecil yang berperan sebagai fondasi utama pembentukan karakter dan perkembangan psikososial anak. Secara etimologis, kata "keluarga" berasal dari bahasa Sansekerta yang mengandung makna ikatan dan pengabdian antaranggota. Dalam keluarga, orang tua memiliki tanggung jawab besar untuk membimbing dan membentuk perkembangan fisik, mental, dan moral anak-anaknya. Namun, perkembangan zaman yang semakin cepat dan kompleks membawa tantangan baru bagi keluarga modern. Salah satunya adalah berkurangnya waktu berkualitas yang dihabiskan bersama antara orang tua dan anak.

Waktu berkualitas bukan hanya sekadar waktu bersama secara fisik, melainkan waktu yang diisi dengan perhatian penuh, komunikasi efektif, dan interaksi bermakna yang memperkuat ikatan emosional. Fenomena ini menyebabkan banyak anak mencari kelekatan emosional di luar keluarga, terutama pada teman sebaya. Fenomena tersebut dikenal sebagai peer orientation, yang dapat berdampak negatif terhadap perkembangan psikososial anak dan keharmonisan keluarga<sup>1</sup>.

## B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi pustaka. Data dikumpulkan dari jurnal ilmiah, buku akademik, dan laporan penelitian terkait waktu berkualitas, hubungan keluarga, dan pendampingan pastoral. Analisis data dilakukan secara deskriptif dan kritis untuk menghubungkan teori dengan fenomena keluarga modern. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi pustaka (*library research*) dan analisis deskriptif. Pendekatan kualitatif dipilih karena penelitian ini bertujuan untuk memahami fenomena berkurangnya waktu berkualitas dalam keluarga modern dan peran pendampingan pastoral secara mendalam, bukan untuk mengukur variabel secara kuantitatif.<sup>2</sup>

## C. Hasil dan Pembahasan

### Pengertian Waktu Berkualitas (Quality Time)

Pada dasarnya meluangkan waktu merupakan kegiatan menyempatkan waktu untuk tujuan tertentu ditengah kesibukan. Waktu yang berkualitas atau quality time merupakan waktu disaat seseorang menerima perhatian penuh dari seseorang dengan tujuan untuk memperkuat hubungan

---

<sup>1</sup>Laurensius Laka, "Pastoral Keluarga Dalam Upaya Membangun Family Resiliency," *Jurnal Kateketik Dan Pastoral* 4 (2019): h. 24.

<sup>2</sup> L. J Moleong, *Penelitian Kualitatif, Remaja Rosdakarya* (Bandung, 2017), h. 6-8.

<https://ejournalgkn.web.id/index.php/jurnaltentiro>

Vol.2 No 1 Mei 2025, pp 8-17



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/) mereka. Contoh dari waktu yang berkualitas adalah meluangkan waktu bersama keluarga. Meluangkan waktu bersama keluarga dapat dilakukan dengan bertemu satu sama lain, berkumpul didalam rumah, berbincang-bincang antar anggota keluarga, bermain dan lainnya. Meluangkan waktu senggang orangtua merupakan bentuk kepedulian terhadap anaknya. Semakin tinggi intensitas quality time antara orang tua dan anak, semakin banyak aktivitas yang dapat dilakukan bersama. Meluangkan waktu dengan kegiatan yang berguna dan dilakukan dengan intensif atau sering dengan orang tua maka, orang tua juga akan menjadi contoh yang baik bagi anak. Dengan adanya intensitas quality time yang tinggi dan melakukan aktivitas yang berguna seperti membaca, buku akan lebih sering menjadi model bagi anak.<sup>3</sup>

### **Kurangnya Waktu Berkualitas dengan Keluarga**

Salah satu krisis mendalam yang terjadi dalam kehidupan keluarga modern adalah hilangnya kelekatan emosional antara orang tua dan anak. Hal ini bukan disebabkan oleh kurangnya kasih sayang, tetapi lebih karena kurangnya waktu berkualitas yang dihabiskan bersama secara konsisten. Kehadiran fisik orang tua tidak selalu menjamin terbentuknya ikatan emosional yang kuat jika tidak disertai dengan interaksi yang bermakna. Konsep '*peer orientation*', yaitu kecenderungan anak untuk mencari kelekatan dan identitas melalui teman sebaya alih-alih orang tua. Fenomena ini terjadi ketika anak tidak mendapatkan perhatian, kehadiran, dan keterlibatan emosional dari orang tuanya. Sebagai akibatnya, anak-anak menjadi lebih rentan terhadap tekanan sosial, kehilangan arah, dan sulit menerima arahan dari orang tua karena mereka tidak lagi menjadi figur otoritas utama dalam hidup anak.

Kurangnya waktu berkualitas membuat hubungan dalam keluarga menjadi superfisial. Interaksi yang seharusnya menjadi tempat anak belajar nilai, keamanan emosional, dan empati justru digantikan oleh hubungan dangkal yang dibentuk di luar rumah. Anak-anak yang tidak merasakan kelekatan dari orang tua akan mencari pengganti yang mungkin tidak membentuk mereka secara positif. Dalam banyak kasus, anak-anak ini akan mengalami kesulitan dalam pengendalian diri, memiliki harga diri rendah, dan lebih mudah mengalami kecemasan serta depresi. Waktu berkualitas dalam konteks ini tidak harus panjang, tetapi harus penuh perhatian dan koneksi emosional. Sebuah percakapan yang hangat, waktu bermain bersama, atau sekadar mendengarkan anak bercerita tanpa distraksi, dapat memperkuat kelekatan emosional yang sangat dibutuhkan. Orang tua harus secara sadar dan konsisten membangun kembali hubungan tersebut, bahkan jika itu berarti mengurangi beberapa kesibukan lain yang kurang prioritas.<sup>4</sup>

### **Penyebab Kurangnya Waktu Berkualitas**

#### **1. Pergeseran Kelekatan ke Teman Sebaya (*Peer Orientation*)**

Anak-anak secara alami membutuhkan figur kelekatan seseorang yang menjadi sumber rasa aman, arahan, dan identitas. Dalam kondisi ideal, figur ini adalah orang tua. Namun, ketika orang tua terlalu sibuk atau tidak memberikan kehadiran emosional yang konsisten, anak-anak mulai mencari kelekatan dari luar, terutama dari teman sebaya. Fenomena ini disebut *peer orientation*. Anak yang melekat secara emosional

---

<sup>3</sup> Purwati S., "Pengaruh Kelekatan Orang Tua Terhadap Kesejahteraan Psikologis Remaja Dimoderasi Oleh Dukungan Sosial," *Universitas Muhammad Malang*, 2024, h. 1-3.

<sup>4</sup> Gordon & Gabor Mate Neufeld, *Hold on to Your Kids: Why Parents Need to Matter More Than Peers*. (Amerika: Ballantine Books, 2006), h. 10.

<https://ejournalgkn.web.id/index.php/jurnaltentiro>

Vol.2 No 1 Mei 2025, pp 8-17



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/) kepada teman-temannya akan lebih memprioritaskan pendapat, nilai, dan pengaruh dari kelompok tersebut ketimbang dari orang tuanya. Akibatnya, hubungan dalam keluarga menjadi renggang, dan waktu bersama yang ada pun kehilangan kualitas karena tidak dibangun di atas ikatan emosional yang kuat.

## 2. Tuntutan Gaya Hidup Modern

Gaya hidup modern mengurangi kesempatan interaksi orang tua dan anak. Orang tua bekerja lebih lama, anak-anak disibukkan dengan sekolah, les, dan kegiatan lain yang seringkali tidak melibatkan keluarga. Bahkan ketika mereka berada di rumah, perhatian orang tua sering terbagi antara pekerjaan, ponsel, atau distraksi digital lainnya. Interaksi yang terjadi menjadi dangkal dan mekanis, bukan interaksi yang membangun hubungan emosional.

## 3. Ketidaksadaran akan Pentingnya Kelekatan

Banyak orang tua tidak menyadari bahwa kelekatan emosional adalah prasyarat bagi otoritas, pengaruh, dan pendidikan nilai kepada anak. Mereka mungkin beranggapan bahwa cukup dengan memberikan fasilitas, pendidikan, atau kedisiplinan, maka tugas sebagai orang tua telah terpenuhi. Padahal, tanpa hubungan emosional yang kuat, anak tidak akan membuka diri terhadap arahan atau nilai-nilai yang diberikan.

## 4. Pengaruh Budaya Individualisme

Budaya modern juga cenderung mendorong anak-anak untuk "mandiri" sejak dini, yang secara tidak sadar mendorong jarak emosional antara anak dan orang tua. Konsep "anak harus bisa mengandalkan dirinya sendiri" sering kali menyesatkan, karena kelekatan adalah kebutuhan biologis dan psikologis yang tidak bisa digantikan oleh kemandirian semu di usia yang terlalu dini. Penelitian ini menegaskan bahwa keluarga sebagai unit sosial terkecil memiliki peranan fundamental dalam pembentukan karakter dan perkembangan psikososial anak. Namun, perkembangan zaman yang semakin kompleks dan dinamis membawa tantangan besar bagi keluarga modern, terutama dalam hal berkurangnya waktu berkualitas antara orang tua dan anak. Waktu berkualitas yang dimaksud bukan sekadar durasi waktu bersama secara fisik, melainkan waktu yang diisi dengan perhatian penuh, komunikasi efektif, dan interaksi bermakna yang memperkuat ikatan emosional.<sup>5</sup>

## Definisi Pastoral Konseling

Istilah pendampingan pastoral merupakan gabungan dari dua kata, yaitu pendampingan dan pastoral, yang secara keseluruhan merujuk pada suatu bentuk pelayanan. Kata pendampingan sendiri berasal dari kata kerja mendampingi, yang berarti tindakan membantu atau menemani seseorang yang membutuhkan dukungan atau bimbingan. Secara lebih luas, pendampingan diartikan sebagai suatu bentuk kemitraan atau kerja sama yang melibatkan saling membantu, berbagi, dan menemani dengan tujuan untuk saling menguatkan dan mengembangkan satu sama lain.<sup>6</sup>

---

<sup>5</sup>Wolipop. 2023. Mengenal Quality Time: Pengertian dan Cara Mengekspresikannya. Diakses dari <https://wolipop.detik.com/love/d-6673420/mengenal-quality-time-pengertian-dan-cara-mengekspresikannya> diakses 30 April 2025.

<sup>6</sup>Benny C. Dan Rencan C. Marbun Hutabarat, "Pendampingan Pastoral Konseling Terhadap Orang Tua Yang Mengalami Kemiskinan," *Jurnal Teologi Injili Dan Pendidikan Agama* 3 (2025): h. 1.

<https://ejournalgkn.web.id/index.php/jurnaltentiro>



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)

Sementara itu, kata pastoral berasal dari bahasa Latin pastor yang berarti gembala atau pelayan. Dalam tradisi gereja, istilah ini mengacu pada tugas seorang pendeta yang berperan sebagai gembala bagi jemaatnya, layaknya gembala yang menjaga dan merawat domba-dombanya. Konsep ini berkaitan erat dengan gambaran Yesus Kristus sebagai "gembala sejati" atau Gembala yang baik sebagaimana disebutkan dalam Injil Yohanes pasal 10. Dalam praktiknya, istilah pastor juga berarti merawat, memelihara, dan menjaga kesejahteraan umat yang dipercayakan kepadanya. Istilah pastoral, yang diturunkan dari kata "pastor" dan istilah Yunani "*poimen*" yang berarti gembala, menggambarkan tindakan seorang gembala. Dalam konteks gerejawi, ini adalah pelayanan terencana yang ditujukan untuk membantu anggota jemaat atau konseli, baik secara pribadi maupun kolektif, dalam menghadapi tantangan hidup mereka.<sup>7</sup>

Konseling memiliki fleksibilitas tempat pelaksanaan. Dalam ranah pastoral, terdapat fokus khusus yang disebut konseling pastoral, yang secara alkitabiah terhubung erat dengan konsep penggembalaan. Praktiknya melibatkan uluran tangan bagi jemaat yang mengalami kesulitan—mereka yang terluka, menyimpang, atau putus asa seperti yang diilustrasikan dalam Mazmur 23:3, sehingga proses ini menjadi esensial. Nelson dan Jones (2005) mendefinisikan konseling pastoral sebagai pembentukan relasi yang berkualitas, di mana "kondisi inti" seperti pemahaman dan penerapan empati, rasa hormat, penerimaan kondisi anggota jemaat, serta pendengaran aktif memegang peranan penting. Pemahaman ini krusial karena efektivitas konseling sangat bergantung pada kualitas hubungan dengan konseli.

Pastoral konseling, yang berkembang sejak tahun 1974 dengan gagasan tentang perawatan seorang gembala, merupakan aplikasi prinsip ini dalam konteks keagamaan. Lebih dari sekadar memberikan arahan, pastoral konseling bertujuan untuk merawat dan mensejahterakan seluruh anggota jemaat, sebagaimana seorang gembala memelihara domba-dombanya. Jadi, pelayanan pastoral adalah sebuah proses penjangkauan yang terstruktur oleh gereja dengan maksud untuk menolong anggota jemaat yang sedang bergelut dengan berbagai problematika atau ujian hidup, baik secara personal maupun komunal.<sup>8</sup>

Ditinjau dari asal katanya, "konseling" berasal dari bahasa Latin "*consilium*" yang berarti "dengan" atau "bersama" dalam konteks pemahaman, serta dari bahasa Anglo-Saxon "sellan" yang berarti "menyerahkan" atau "menyampaikan." Dalam konteks praktis, Wagito menjelaskan konseling sebagai bantuan yang diberikan melalui wawancara untuk membantu individu menyelesaikan masalahnya dan mencapai kesejahteraan. Tolbert menambahkan bahwa konseling adalah hubungan pribadi secara langsung antara dua individu, di mana konselor menggunakan keterampilan khususnya untuk memberikan bantuan.<sup>9</sup> Konseling memfasilitasi konseli untuk memahami potensi diri, kondisi terkini, dan peluang masa depan yang dapat diciptakannya demi kesejahteraan diri dan lingkungannya. Lebih jauh, konseli mengembangkan kemampuan memecahkan masalah dan mengenali kebutuhan yang akan datang.

Dengan mempertimbangkan uraian tentang bimbingan dan konseling, BK dapat dirumuskan sebagai rangkaian kegiatan bantuan terstruktur yang dilakukan oleh seorang ahli konseling melalui pertemuan langsung, baik secara pribadi maupun dengan beberapa orang,

---

<sup>7</sup> Yohan Brek, *Budaya Masamper Lifestyle Masyarakat Nusa Utara* (Jawa Tengah: CV Pena Persada, 2022), h. 85.

<sup>8</sup> dkk Stimson Hutagalung, Bartholomeus D, Naenggolan Alwyn Cesarianto Hendriks, "KONSELING PASTORAL," *Yayasan Kita Menulis* 1 (2021): h. 192.

<sup>9</sup> Ati Kusmawati, *Modul Konseling* (Jakarta: Universitas Muhamadiyah, 2019), h. 4.

<https://ejournalgkn.web.id/index.php/jurnaltentiro>



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/) dengan tujuan memberikan pengetahuan yang memperkaya dalam mengatasi masalah konseli secara terus-menerus dan sistematis.<sup>10</sup>

Pastoral konseling melibatkan interaksi timbal balik antara hamba Tuhan sebagai konselor dan konselinya. Konselor berupaya membimbing konseli dalam percakapan konseling yang ideal agar konseli dapat mengenali dan memahami diri, situasi, serta masalah yang dihadapi, sehingga mampu menemukan solusinya. Intinya, pastoral konseling adalah proses bantuan yang diberikan oleh pendeta atau konselor kepada individu atau keluarga yang membutuhkan, dengan fondasi Alkitab yang diintegrasikan dengan teknik dan model pendekatan konseling yang relevan.<sup>11</sup>

## **Fungsi Pastoral Konseling**

Menurut Aart Van Beek, ada enam fungsi pendampingan pastoral:

1. Fungsi Membimbing  
Fungsi membimbing Fungsi membimbing penting dalam kegiatan menolong dan mendampingi seseorang. Orang yang didampingi, ditolong untuk memilih atau mengambil keputusan tentang apa yang akan ditempuh atau apa yang menjadi masa depannya. Pendampingan mengemukakan beberapa kemungkinan yang bertanggung jawab dengan segala resikonya, sambil membimbing orang ke arah pemilihan yang berguna.
2. Fungsi mendamaikan atau memperbaiki hubungan  
Kebutuhan akan relasi yang harmonis dengan sesama adalah esensial bagi kehidupan dan rasa aman manusia sebagai makhluk sosial. Kerusakan dalam hubungan dapat menyebabkan penderitaan emosional yang signifikan. Di sinilah pendampingan pastoral berfungsi sebagai jembatan untuk memperbaiki dan memulihkan hubungan yang terganggu. Penting bagi pendamping untuk menjaga netralitas dan bertindak sebagai penengah yang arif.
3. Fungsi Menopang  
Ketika seseorang tiba-tiba terpuruk dalam krisis yang mendalam, kita mungkin merasa terbatas dalam memberikan pertolongan konkret. Namun, fungsi menopang dalam pendampingan justru terletak pada kehadiran kita. Dengan berada di sisi mereka, memberikan sapaan yang menenangkan, dan menunjukkan sikap terbuka, kita memberikan sokongan emosional yang signifikan dan membantu mengurangi beban penderitaan mereka.
4. Fungsi Menyembuhkan  
Fungsi menyembuhkan dalam konteks pendampingan pastoral merujuk pada upaya memfasilitasi pemulihan kondisi emosional, psikologis, dan bahkan fisik seseorang melalui interaksi yang terapeutik. Inti dari fungsi ini adalah menciptakan atmosfer yang penuh kasih sayang, di mana pendamping bersedia mendengarkan dengan empati setiap keluh kesah yang terpendam, serta menunjukkan kepedulian yang mendalam. Rasa aman dan kelegaan yang timbul dari interaksi ini menjadi fondasi bagi proses penyembuhan yang sesungguhnya, terutama bagi mereka yang sedang

---

<sup>10</sup> *Ibid.* h. 4

<sup>11</sup> Jelitha Saputri, "Pastoral Konseling Sebagai Strategi Penggembalaan Untuk Menuju Gereja Yang Bertumbuh Pastoral Konseling Sebagai Strategi Penggembalaan Untuk Menuju Gereja Yang Bertumbuh," *Rumah OSF* 1 (2020): h. 5, <https://doi.org/https://doi.org/10.31219/osf.io/ndj5f>.

<https://ejournalgkn.web.id/index.php/jurnaltentiro>



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/) berduka atau mengalami luka batin mendalam akibat kehilangan atau pengasingan, yang seringkali bermanifestasi sebagai gejala psikosomatis. Pendekatan pendampingan mendorong penderita untuk mengekspresikan emosi-emosi yang tertekan dan membimbing mereka untuk memperkuat hubungan spiritualnya dengan Tuhan melalui praktik doa dan perenungan firman Tuhan, yang diyakini memiliki kekuatan untuk memulihkan kesehatan jiwa dan raga secara holistik.

#### 5. Fungsi Mengasuh

Fungsi mengasuh dalam pendampingan pastoral mengakui bahwa kehidupan adalah proses perkembangan yang berkelanjutan. Sebagaimana seorang anak mengalami transformasi dalam berbagai aspek kehidupannya menuju kedewasaan, demikian pula individu yang membutuhkan pendampingan memiliki potensi untuk bertumbuh dan berkembang. Peran pendamping di sini adalah mengidentifikasi potensi-potensi tersembunyi dalam diri individu tersebut dan menciptakan lingkungan yang kondusif untuk perkembangannya. Pengasuhan dalam konteks ini berarti membimbing dan mendukung individu melalui proses pendampingan pastoral agar potensi mereka dapat berkembang menjadi kekuatan yang dapat diandalkan dalam menghadapi tantangan kehidupan dan melangkah maju.

#### 6. Fungsi Mengutuhkan

Fungsi mengutuhkan merupakan jantung dari pendampingan pastoral dan menjadi aspirasi tertinggi dalam prosesnya. Tujuan utama dari pendampingan ini adalah untuk membawa individu menuju kondisi kehidupan yang utuh dan terintegrasi, mencakup pemulihan dan keseimbangan dalam ranah fisik, sosial, mental, serta spiritual. Dengan demikian, pendampingan pastoral berorientasi pada tercapainya kesejahteraan holistik bagi individu yang didampingi.<sup>12</sup>

### **Strategi Pelayan Pastoral Konseling Dalam Mengatasi Masalah Keluarga Pelayanan Preventif**

Pelayanan preventif dalam konteks pastoral keluarga adalah upaya proaktif yang dilakukan oleh gereja untuk mencegah munculnya konflik dan krisis dalam keluarga. Hal ini dilakukan melalui pembinaan, pendidikan, dan penguatan relasi sejak dini. Tujuan dari pelayanan ini adalah untuk menciptakan ketahanan keluarga rohani yang dapat menghadapi berbagai tantangan dalam kehidupan modern, seperti disintegrasi keluarga, kurangnya komunikasi, dan lemahnya nilai-nilai iman di dalam rumah tangga. Pelayanan preventif dapat diwujudkan dalam berbagai bentuk, seperti seminar pra-nikah, kelas pengasuhan anak Kristen, pembinaan rutin bagi pasangan suami istri, kelompok pendalaman Alkitab untuk keluarga, hingga program mentoring bagi keluarga muda. Dalam konteks ini, gereja berperan tidak hanya ketika konflik terjadi, tetapi lebih awal sebagai pembina dan pendamping agar keluarga tidak terjerumus ke dalam krisis serius.<sup>13</sup>

### **Pemberdayaan Keluarga melalui Komunitas Gereja**

Tujuan dari pemberdayaan keluarga melalui komunitas gereja sebagai strategi pelayanan pastoral adalah untuk memperkuat peran gereja sebagai sistem pendukung bagi keluarga

---

<sup>12</sup> Aart Van Beek, *Pendampingan Pastoral* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2007), h. 13-16.

<sup>13</sup> B. Tarigan, *Teologi Pastoral Untuk Kehidupan Keluarga Kristen*. (Bandung: Kalam Hidup, 2019), h. 85-86.

<https://ejournalgkn.web.id/index.php/jurnaltentiro>



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/) Kristen. Ini berarti gereja berfungsi lebih dari sekadar tempat ibadah, melainkan juga sebagai lingkungan untuk mengembangkan aspek spiritual, emosional, dan sosial yang membantu keluarga bertahan dalam menghadapi berbagai kesulitan hidup. Implementasinya melibatkan pembentukan kelompok sel keluarga, kelompok doa, kelas penguatan pernikahan, dan pelatihan pengasuhan anak Kristen yang melibatkan seluruh anggota keluarga, sehingga keluarga tidak merasa sendiri dan saling mendukung dalam kasih Kristus. Pemberdayaan dicapai ketika keluarga merasa diikutsertakan, diterima, dan diberikan fasilitas untuk bertumbuh bersama secara spiritual dan dalam hubungan. Komunitas gereja menjadi tempat yang aman untuk berbagi, belajar ajaran Tuhan, dan mendapatkan bimbingan pastoral yang dibutuhkan.<sup>14</sup>

### **Kunjungan Pastoral dan Pendampingan Pribadi**

Kunjungan pastoral dan pendampingan pribadi adalah komponen pelayanan yang sangat krusial dalam konteks pastoral keluarga. Strategi ini menekankan pentingnya kehadiran seorang pelayan atau gembala sidang di tengah-tengah keluarga jemaat yang menghadapi berbagai tantangan, baik melalui kunjungan ke rumah, pembinaan pribadi, maupun penguatan spiritual secara langsung. Pelayanan ini bersifat relasional, partisipatif, dan inkarnatif, yang mencerminkan kehadiran Kristus yang merasakan penderitaan umat-Nya.

Tujuan dari kunjungan pastoral tidak hanya untuk memberikan dorongan iman, tetapi juga menciptakan ruang bagi komunikasi yang terbuka, pengakuan terhadap masalah, serta proses penyembuhan batin. Dalam kesempatan ini, pendeta atau pelayan pastoral dapat mengamati secara langsung kondisi spiritual, emosional, dan fisik keluarga, sehingga pelayanan yang diberikan menjadi lebih kontekstual dan relevan. Sementara itu, pendampingan pribadi adalah proses yang berkelanjutan dalam mendampingi individu, melalui konseling, doa bersama, dan penyertaan yang penuh perhatian.<sup>15</sup>

### **Doa dan Penyembuhan Emosional**

Doa merupakan inti dari setiap bentuk pelayanan pastoral karena menjadi sarana utama bagi umat untuk berkomunikasi dengan Allah. Dalam konteks pelayanan pastoral kepada keluarga yang menghadapi masalah, doa berfungsi sebagai alat spiritual dan terapi batin yang membuka jalan menuju pemulihan relasi, baik antara anggota keluarga maupun dengan Allah itu sendiri. Penyembuhan emosional yang dicapai melalui doa melibatkan dua aspek penting: kontemplatif dan relasional. Aspek kontemplatif terlihat ketika doa memungkinkan seseorang terhubung secara intim dengan Tuhan, sehingga individu dapat merasakan damai sejahtera yang melebihi pemahaman manusia (Filipi 4:7). Sementara itu, aspek relasional muncul dalam doa yang dilakukan bersama keluarga, di mana penguatan hubungan batin, keterbukaan hati, dan saling mengampuni terjadi dengan sangat alami.

Banyak konflik dalam keluarga berakar dari luka batin yang terpendam, rasa bersalah, dan kepahitan. Dalam doa yang dipimpin oleh pelayan pastoral, Roh Kudus sering kali bekerja untuk menyentuh area terdalam jiwa manusia, sehingga beban emosional dapat terangkat. Selain itu, penyembuhan emosional juga dapat difasilitasi melalui doa pelepasan, doa syafaat, dan doa pengakuan dalam konteks komunitas atau konseling pastoral. Proses ini perlu dijalankan dengan

---

<sup>14</sup> *Ibid.* h. 125.

<sup>15</sup> **Lumbantobing, J.** *Pendampingan Pastoral dalam Keluarga Kristen.* (Yogyakarta: Andi, 2018), h. 103

<https://ejournalgkn.web.id/index.php/jurnaltentiro>

Vol.2 No 1 Mei 2025, pp 8-17



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/) penuh kehati-hatian, berlandaskan pada ajaran Alkitab, serta diawasi dengan bijak. Dalam pelayanan pastoral yang berkelanjutan, doa tidak hanya menjadi bagian dari liturgi, tetapi juga berfungsi sebagai alat untuk memulihkan jiwa dan roh, menyatukan kembali keluarga yang terpecah oleh trauma, ketidakpercayaan, atau luka-luka masa lalu.<sup>16</sup>

## D. Kesimpulan

Keluarga sebagai unit sosial primer memegang peranan penting dalam membentuk karakter dan perkembangan psikososial anak. Namun, di era modern, banyak keluarga menghadapi tantangan serius berupa berkurangnya waktu berkualitas antara orang tua dan anak. Waktu berkualitas yang dimaksud bukan hanya sekadar kebersamaan fisik, melainkan interaksi yang penuh perhatian, komunikasi efektif, dan kedekatan emosional yang memperkuat ikatan keluarga. Berkurangnya waktu ini disebabkan oleh berbagai faktor, seperti tuntutan gaya hidup modern yang padat, pergeseran kelekatan anak kepada teman sebaya (peer orientation), kurangnya kesadaran orang tua akan pentingnya kelekatan emosional, serta pengaruh budaya individualisme yang menekankan kemandirian sejak dini.

Dampak dari berkurangnya waktu berkualitas ini adalah melemahnya hubungan emosional dalam keluarga, yang berpotensi menimbulkan masalah psikososial pada anak, termasuk kesulitan dalam pengendalian diri, rendahnya harga diri, dan peningkatan risiko kecemasan serta depresi. Oleh karena itu, intervensi yang tepat sangat diperlukan untuk mengatasi permasalahan ini. Pendampingan pastoral hadir sebagai solusi efektif yang tidak hanya berfokus pada aspek psikologis dan sosial, tetapi juga spiritual. Melalui fungsi membimbing, mendamaikan, menopang, menyembuhkan, mengasuh, dan menguatkan, pelayanan pastoral membantu keluarga memperbaiki komunikasi, menyembuhkan luka batin, serta memperkuat kelekatan emosional. Pelayanan pastoral yang dilakukan secara konsisten dan intensif, baik melalui konseling, doa bersama, maupun pembinaan komunitas gereja, mampu meningkatkan keharmonisan keluarga dan mendukung perkembangan holistik anggota keluarga. Dengan demikian, peningkatan waktu berkualitas yang bermakna antara orang tua dan anak, disertai optimalisasi pendampingan pastoral, merupakan langkah strategis yang sangat penting untuk membangun keluarga yang kuat, harmonis, dan mampu menghadapi tantangan kehidupan modern secara sehat dan seimbang.

## Referensi

- Agnes B. J. Raintung. "Terapi Keluarga Sebagai Pelayanan Pastoral Dalam Membangun Resiliensi Keluarga Kristen'." *Jurnal Teologi Dan Pendidikan Agama Kristen* 9 (2023): 774.
- Ati Kusmawati. *Modul Konseling*. Jakarta: Universitas Muhammadiyah, 2019.
- Beek, Aart Van. *Pendampingan Pastoral*. Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2007.
- Brek, Yohan. *Budaya Masamper Lifestyle Masyarakat Nusa Utara*. Jawa Tengah: CV Pena Persada, 2022.
- C. Ramdani. "Peran Keluarga Dalam Karakter." *Journal Al-Badar*, 2023, 3.

---

<sup>16</sup> *Ibid*, 127-129



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/)  
Daniel Susanto. *"Pelayanan Pastoral Holistik Transformatif*. Jakarta: Majelis Jemaat GKI Menteng  
Jakarta, 2016.

Darosy Endah Hyoscyamina. "PERAN KELUARGA DALAM MEMBANGUN KARAKTER ANAK." *Jurnal Psikologi* Vol 10 (2011): 149. <https://doi.org/https://doi.org/10.14710/jpu.10.2.144-152>.

Hutabarat, Benny C. Dan Rencan C. Marbun. "Pendampingan Pastoral Konseling Terhadap Orang Tua Yang Mengalami Kemiskinan." *Jurnal Teologi Injili Dan Pendidikan Agama* 3 (2025): 1.

Jelitha Saputri. "Pastoral Konseling Sebagai Strategi Penggembalaan Untuk Menuju Gereja Yang Bertumbuh Pastoral Konseling Sebagai Strategi Penggembalaan Untuk Menuju Gereja Yang Bertumbuh." *Rumah OSF* 1 (2020): 5. <https://doi.org/https://doi.org/10.31219/osf.io/ndj5f>.

Laka, Laurensius. "Pastoral Keluarga Dalam Upaya Membangun Family Resiliency." *Jurnal Kateketik Dan Pastoral* 4 (2019): 24.

**Lumbantobing, J.** *Pendampingan Pastoral dalam Keluarga Kristen*. Yogyakarta: Andi, (2018): 127-129

Moleong, L. J. *Penelitian Kualitatif, Remaja Rosdakarya*. Bandung, 2017.

Neufeld, Gordon & Gabor Mate. *Hold on to Your Kids: Why Parents Need to Matter More Than Peers*. Amerika: Ballantine Books, 2006.

Purwati S. "Pengaruh Kelekatan Orang Tua Terhadap Kesejahteraan Psikologis Remaja Dimoderasi Oleh Dukungan Sosial." *Universitas Muhammad Malang*, 2024, 1–3.

SD Sahana. "Pastoral Konseling." *Universitas Medan Area*, 2015, 30.

Stimson Hutagalung, Bartholomeus D, Naenggolan Alvyn Cesarianto Hendriks, dkk. "KONSELING PASTORAL." *Yayasan Kita Menulis* 1 (2021): 192.

Tarigan, B. *Teologi Pastoral Untuk Kehidupan Keluarga Kristen*. Bandung: Kalam Hidup, 2019.

Tenri awaru. "Buku Digital-Sosiologi Keluarga." *Universitas Negeri Makasar*, 2021, 9.