

JEMAAT SEBAGAI KONSELOR KRISTEN

Pendahuluan

Hampir setiap orang tidak pernah bebas dari masalah hidup; bahkan sekalipun ia sudah menjadi orang Kristen, tidak berarti dengan sendirinya tidak akan mengalami masalah lagi. Itu sebabnya, pelayanan Kristen tidak cukup hanya menginjili orang sampai lahir baru saja, tetapi mencakup juga membimbing mereka agar sanggup menerapkan kebenaran Firman Tuhan dalam pergumulan hidupnya, sehingga mereka dapat menjadi murid Kristus yang memuliakan Allah dalam seluruh aspek kehidupannya.

Untuk mencapai hal ini, ternyata tidak cukup hanya dengan memberikan khotbah-khotbah, pengajaran-pengajaran melalui mimbar ataupun kelas-kelas katekisasi. Sebab setiap individu itu unik. Dengan latar belakang yang berbeda, kepribadian yang berbeda, maka mereka memiliki kebutuhan dan kesanggupan yang berbeda pula dalam mengatasi persoalan hidupnya. Maka dari itu perlu sekali pembimbingan secara pribadi/perorangan, terlebih lagi di kala mereka tidak sanggup mengatasinya sendiri.

NAMUN YANG JADI PERSOALAN, SIAPA YANG HARUS MENOLONG MEREKA? Memang, menolong seorang yang tidak sanggup mengatasi persoalannya, merupakan tanggung jawab dari para profesional psikolog, psikiater, pekerja sosial ataupun pendeta dan penginjil. Tapi apakah jumlah mereka memadai dibandingkan dengan begitu banyaknya jumlah orang yang membutuhkan bimbingan dan pertolongan?

Saat ini, banyak gereja yang mempunyai pendeta yang kompeten dalam berkhotbah, jemaatnya berhasil dalam penginjilan keluar dan pelayanan-pelayanan nampaknya begitu berkembang; namun gereja mengalami kesulitan dalam memenuhi kebutuhan dari sejumlah besar jemaat yang mengalami kesepian, depresi, konflik dalam keluarga, kesulitan dalam pergaulan ataupun konflik-konflik emosi lainnya.

Dr. Gary R. Collins mengatakan:

"The layman, especially the Christian layman must take greater responsibility in meeting the needs of those who seek solace, friendship, or counsel. People helping is not something that we can leave solely to professionals or busy pastors".¹⁾

Jadi jelas orang Kristen awam harus mengambil tanggung jawab ini. Sebab tidak mungkin hanya mengandalkan para profesional maupun pendeta yang memiliki banyak kesibukan dalam pelayanan. Apalagi setiap orang Kristen memang terpanggil untuk saling menasehati, saling membangun, saling menegur dan saling menghibur (I Tesalonika 5:11,14). Dan justru ada hal yang menarik, yang diungkapkan oleh Dr. Collins, bahwa sekalipun seandainya jumlah para profesional dan pendeta konselor memadai, namun seringkali kebanyakan orang lebih senang mendiskusikan masalahnya dengan temannya daripada harus datang kepada seorang yang kurang dikenalnya, apalagi menyandang gelar konselor.²⁾

¹⁾ Gary R. Collins, *How To Be A People Helper* (Ventura, Ca: Vision House, 1983), p. 12.

²⁾ *Ibid*, p. 11.

Karena besarnya sumbangsih yang bisa diberikan oleh orang Kristen awam dalam konseling, maka orang Kristen awam bertanggung jawab untuk memperlengkapi diri, agar mampu menjadi penolong yang efektif bagi teman-temannya, saudara-saudaranya seiman yang sedang bergumul dalam kesulitan. Dan untuk itu, tentunya ada beberapa hal dasar yang perlu diketahui.

1. KEUNIKAN KONSELING KRISTEN

Konseling Kristen berbeda dengan konseling non-Kristen. Baik dari segi dasar, tujuan, motivasi maupun pendekatan. Sekalipun memang tidak dapat disangkal bahwa dari segi metode ada kesamaan dengan konseling non-Kristen. Sebab biar bagaimanapun juga disiplin ilmu lainnya, khususnya psikologi, memberikan sumbangsih yang tidak sedikit. Tapi tetap konseling Kristen memiliki keunikan tersendiri.

1. *Konseling Kristen didasarkan pada kebenaran Firman Tuhan*

Orang Kristen percaya sepenuhnya bahwa Alkitab adalah Firman Tuhan yang tertulis, yang menjadi standar kebenaran yang mutlak untuk menilai dan mengerti tingkah laku manusia pada perspektif yang tepat. Sebab Allah yang menyatakan kebenarannya melalui Alkitab adalah Allah yang menciptakan manusia, sehingga dengan sendirinya Ia yang paling mengenal siapa manusia itu?

Sedangkan seorang konselor non-Kristen hanya dapat menggantungkan pengenalannya akan manusia melalui apa yang diamati, diselidiki dan dipelajari oleh para ahli saja, yang kebenarannya belum tentu terjamin, apalagi mengingat manusia begitu unik dan kompleks. Selain itu banyak segi yang bersangkutan paut dengan kejatuhan manusia dalam dosa, tidak dapat mereka pecahkan.

2. *Konseling Kristen memiliki Tujuan yang unik*

Konseling Kristen bukan proses pemberian nasehat ataupun sekedar menolong konsele menyelesaikan persoalan pada

waktu itu saja, agar konsele dapat menyesuaikan diri kembali pada lingkungan hidupnya, seperti yang diusahakan oleh konselor non-Kristen. Tetapi lebih daripada itu, yaitu menolong konsele untuk mencapai kepenuhannya sebagai peta dan teladan Allah. Di mana ia bisa melihat aspek-aspek kehidupannya dalam sangkut paut dan tanggung jawabnya kepada Allah, serta mengembangkan karakter yang serupa dengan Kristus. Sehingga di kemudian hari ia mampu menghadapi persoalan yang lebih besar sekalipun, dan mampu menerapkan prinsip kebenaran Firman Tuhan.

Memang, biasanya yang dicari oleh konsele adalah kebahagiaan pribadi, ingin lepas dari persoalan yang membuat dia tidak nyaman. Dan tentunya tidak ada salahnya menginginkan kebahagiaan, tetapi sebagai konselor Kristen kita harus menyadari bahwa kebahagiaan yang sejati tidak mungkin dicapai tanpa relasi yang benar dengan Allah, sebab itu hal tersebut tidak boleh dijadikan sebagai tujuan akhir.

3. *Konseling Kristen didasarkan pada motivasi Theosentris*

Konseling Kristen didasarkan pada apa yang sudah Allah perbuat dalam diri konselor. Di mana konselor merefleksikan kasih Allah dalam hubungannya dengan konsele. Hal ini dapat terekspresi melalui sikap konselor yang memandang konsele bukan sebagai obyek saja, tapi sebagai pribadi yang berharga di mata Tuhan, yang persoalannya patut digumulkan.

Konseling Kristen bukan dilakukan untuk mencari keuntungan pribadi konselor, misalnya: untuk menaikkan harga diri konselor, untuk memuaskan nafsu-nafsu yang tersembunyi dan sebagainya. Bahkan konselor Kristen dipanggil untuk mengorbankan kepentingan pribadinya demi keselamatan dan pertumbuhan rohani konsele.

4. *Konseling Kristen memiliki kuasa dan campur tangan Allah*

Melalui kuasa dan kehadiran Roh Kudus, konselor Kristen dapat memiliki pemikiran dan pengertian yang mampu menelusuri akar persoalan dari konsele. Sehingga

memungkinkan ia melakukan bimbingan yang lebih efektif. Sebab ia tidak dibatasi hanya oleh usaha dan hikmat manusia saja.

Bahkan bagi konsele sendiri, kuasa dan kehadiran Roh Kudus akan memampukan dia untuk melihat dan mengenal diri, persoalan, serta memandang masa lampaunya secara benar. Dan mendorong dia untuk berani memikul tanggung jawab yang seharusnya ia terima serta mengambil tindakan yang sesuai dengan kebenaran Firman Tuhan. Sebab ia menyadari bahwa ia tidak sendirian dalam berjuang, bahkan jaminan kemenangan sudah tersedia.

5. *Konseling Kristen didasarkan pada integrasi teologi dan psikologi*

Konseling Kristen menggunakan prinsip-prinsip kebenaran yang sudah Allah nyatakan melalui Alkitab, tapi juga tidak mengabaikan sumbangsih disiplin ilmu lainnya, khususnya psikologi. Sebab kita percaya bahwa "all truth is God's truth". Allah sumber kebenaran selain menyatakan kebenarannya melalui Alkitab, ia juga mengizinkan manusia untuk menemukan kebenaran-kebenaran, melalui pengalaman, penyelidikan ilmiah dan sebagainya. Tapi tentunya kebenaran yang ditemukan itu harus konsisten dan diuji kembali, dengan kebenaran Alkitab sebagai standarnya.

II. KUALIFIKASI KONSELOR KRISTEN

Para psikolog Kristen setuju bahwa hal yang paling penting dalam konseling adalah "konselor" itu sendiri. Dr. Clyde M. Narramore mengatakan:

"Your techniques and training are essential, but more important is your own personal adjustment. You may have wide experience and depth of knowledge but without adequate personal qualities these are of little value".³⁾

Beberapa syarat penting yang harus dimiliki oleh seorang konselor Kristen, yaitu:

1. *Seorang Kristen yang sudah lahir baru dan memiliki persekutuan yang intim dengan Allah.*

Untuk dapat menolong orang lain memiliki hidup yang berlimpah dalam Kristus, maka konselor sendiri harus seorang yang sudah memiliki hidup itu, bahkan memiliki persekutuan yang baik dengan sumber hidup itu sendiri. Tanpa itu, bagaimana mungkin ia dapat merefleksikan kasih Allah kepada sesamanya, bila ia sendiri belum mengalami kasih Allah. Tanpa itu bagaimana mungkin ia dapat menjadi alat Roh Kudus untuk memberi kekuatan dan hiburan kepada orang yang dibimbingnya, bila ia sendiri tidak hidup dipenuhi Roh Kudus. Tanpa itu bagaimana mungkin ia bisa membimbing orang lain untuk hidup sesuai dengan kebenaran Firman Tuhan, bila ia sendiri tidak mengenal kebenaran Firman Tuhan.

2. *Seorang Kristen yang memiliki kepribadian yang matang/dewasa.*

Kematangan pribadi ditandai oleh pengenalan terhadap diri, kemampuan menerima kelemahan maupun kelebihan diri, dan kemampuan untuk mengontrol diri.

Kemampuan untuk mengenal diri, akan mencegah konselor untuk mencoba menyelesaikan persoalan pribadi pada waktu konseling, sebab seorang yang tidak mengenal kelemahannya sendiri cenderung untuk memproyeksikan persoalannya pada konsele, lebih daripada menfokuskan pada masalah konsele yang sesungguhnya. Sebaliknya kemampuan untuk mengenal diri, justru dapat membuat konselor lebih mengerti dan mengenal orang lain yang ketubuhan memiliki kelemahan yang sama.

Kemampuan menerima diri, akan membuat konselor menjadi seorang yang mudah menyesuaikan diri dan tidak akan memiliki konflik-konflik emosi yang berat. Hal ini penting, sebab pada umumnya orang tidak mau mencari konselor yang tidak mampu mengatasi kelemahannya sendiri.

Kemampuan untuk mengontrol diri, akan membuat konselor tidak mudah ter-

³⁾ Clyde M. Narramore, *Counseling Youth* (Grand Rapids, Michigan: Zondervan Publishing House, 1981), p. 20.

bawa arus emosi konsele maupun suasana yang mengganggu, sehingga ia tetap dapat melihat persoalan pada proporsi yang tepat. Dan tidak akan memberikan respon-respon yang tidak diharapkan, misalnya: pada saat konsele menceritakan sesuatu yang memalukan sekali, konselor dapat mengontrol diri untuk tidak menunjukkan sikap terkejut atau menghakimi.

3. *Seorang Kristen yang memiliki ketulusan kasih, keramahan dan empati*

Dr. Gary Collins, mengatakan bahwa:

"Several research studies have shown that effective counselors succeed not so much because of their theoretical orientation or techniques but because of their empathy, warmth and genuineness".⁴⁾

Konseling yang dilakukan hanya sebagai kewajiban saja, tanpa kasih yang tulus, kecil nilainya, sebab orang yang sedang mengalami masalah emosional & spiritual seringkali sangat sensitif terhadap sikap konselor. Dan hal ini akan menentukan seberapa besar konsele akan mempercayakan diri dan persoalannya kepada konselor.

Keramahan, adalah sikap perduli dan menghargai konsele sebagai seorang pribadi yang berharga, bagaimanapun keadaan konsele. Hal ini dapat ditunjukkan melalui sikap yang bersahabat, ekspresi wajah, nada suara, gerakan tubuh, kontak mata dan sebagainya. Sehingga konsele merasa diterima, dan ada rasa aman,

Empati, merupakan usaha konselor mencoba melihat dan mengerti masalah dari perspektif konsele, dengan cara menempatkan diri pada tempat konsele, merasakan apa yang konsele rasakan. Dengan demikian konsele akan merasakan bahwa ada orang yang sungguh-sungguh mencoba untuk mengertinya.

4. *Seorang Kristen yang dapat memegang rahasia yang sudah dipercayakan kepadanya.*

Seorang datang kepada konselor tertentu karena ia percaya kepada konselor

itu. Dan setiap konsele, kalau sampai ia datang kepada konselor, berarti ia menganggap bahwa masalahnya serius, sebab itu ia menuntut pengertian, simpati dan penghargaan atas keseriusan masalahnya, sehingga setelah ia mengungkapkan masalahnya, ia berharap agar konselor menjaga baik-baik informasi tersebut.

Apalagi mengingat efek yang mungkin timbul apabila masalah konsele diceritakan kepada orang lain, sekalipun itu orang-orang yang dekat dengan konselor. Biasanya situasi semakin memburuk dan jelas konsele dirugikan, dan konselor akan kehilangan kepercayaan bila hal itu sampai terulang lagi.

III. TEKNIK KONSELING

Setiap konselor mempunyai teknik dan ketrampilan masing-masing yang memungkinkan mereka bekerja secara efektif.

Tapi pada umumnya ada beberapa teknik dasar yang selalu digunakan, yaitu:

1. *Listening*

Listening menuntut perhatian sepenuhnya kepada konsele, dan ini bisa ditunjukkan melalui kontak mata, posisi tubuh yang tidak tegang, gerakan yang natural (tapi tidak mengganggu) dan sebagainya.

Dalam listening konselor harus menunjukkan sikap mau ambil bagian dalam pergumulan konsele.

Listening bukan sekedar menerima berita secara pasif atau berdiam diri saja, tanpa mendengarkan kelanjutan beritanya, karena melamun, atau memikirkan nasehat-nasehat apa yang akan diberikan, atau loncat pada kesimpulan sebelum konsele selesai berbicara. Sehingga tanpa disadari seringkali terekspresi rasa bosan atau menela pada sikap konselor.

Tapi listening berarti mampu menangkap inti kata-kata yang diucapkan konsele, seperti apa yang ia mau katakan; bahkan apa yang ia coba ungkapkan, namun tidak terungkapkan dalam kata-kata. Berarti konselor perlu memperhatikan ekspresi wajah, gelombang emosi dalam nada suara konsele dan sebagainya.

⁴⁾ Gary R. Collins, op. cit., p. 33.

Dalam hal ini konselor harus hati-hati, jangan terlalu cepat berbicara atau memotong pembicaraan konsele, apalagi terlalu cepat memberi nasehat sebelum inti masalahnya jelas. Sebab perlu diingat bahwa apa yang diceritakan oleh konsele, biasanya hanya merupakan gejala saja, dan bukan persoalan yang sebenarnya. Sebab itu perlu kepekaan konselor untuk menangkap masalah di balik cerita yang diungkapkan oleh konsele.

Apabila nasehat terlalu cepat diberikan, sekalipun nasehatnya baik, jarang didengar, apalagi dituruti, bahkan sebaliknya konsele akan merasa dirinya tidak dimengerti, sehingga kemungkinan besar konsele tidak mau membuka diri lagi. Itu sebabnya pada tahap pertama ini sebaiknya konselor membina hubungan baik terlebih dahulu, untuk membangun rasa percaya pada diri konsele, bahwa konselor bisa mengerti pergumulan dan kesusahan konsele.

2. *Leading*

Seringkali konsele mengalami kesulitan dalam mengungkapkan apa yang ia mau katakan, itu sebab konselor perlu mengarahkan konsele, misalnya melalui pertanyaan: "Apa yang terjadi kemudian?", "Ceritakan lebih lanjut tentang . . .". Tapi perlu diingat pertanyaan-pertanyaan yang hanya mendorong rasa ingin tahu, harus dihindarkan, supaya persoalan tidak semakin rumit dan kabur bagi konselor. Sebab tujuan utama mendorong konsele berbicara adalah lebih untuk membantu konsele mengenali perasaan, pikiran maupun tingkah lakunya; daripada sekedar cari informasi untuk memenuhi rasa ingin tahu dari konselor. Maka dari itu sebaiknya gunakan cara refleksi dalam menelaah persoalan ini, yaitu merefleksikan apa yang dirasakan oleh konsele (misal: tentunya hal ini membuat saudara merasa senang?), atau apa yang dipikirkan oleh konsele (misal: nampaknya saudara sendiri berpendapat bahwa . . .).

3. *Supporting*

Tidak mudah bagi konsele untuk menceritakan kegagalannya, mengakui pikiran dan perbuatannya yang salah. Sebab pada umumnya ia takut akan penolakan. Itu sebabnya dalam mendengar pengakuan konsele, konselor jangan menunjukkan sikap-sikap terkejut, tidak senang dan sebagainya, sekalipun tidak berarti konselor masa bodoh terhadap dosa yang dilakukan konsele. Tapi sebaliknya konselor justru harus mendorong konsele untuk mengakuinya dan mau mengubah sikap dan tingkah lakunya itu. Dengan memberikan dukungan emosional dan spiritual, konsele akan terdorong mengambil tindakan untuk berubah dan bertumbuh.

4. *Confronting*

Konfrontasi bukan menunjukkan pekerjaan yang mudah dan ini harus dilakukan dengan lemah lembut, yaitu setelah menemukan pokok persoalannya dan menolong konsele menyadari persoalan yang sebenarnya. Dengan konfrontasi konsele disadarkan akan tanggung jawab yang harus dipikulnya, misal: menghadapi akibat dosa yang dilakukannya.

5. *Stimulating Action*

Setelah konsele menyadari akan persoalan dan tanggung jawabnya, dorong dia untuk mengambil langkah-langkah atau tindakan yang konkrit, sesuai dengan kebenaran Firman Tuhan. Dan apabila ia mengalami kesulitan dalam mengambil langkah-langkah konkrit untuk menjalani cara/tuntutan hidup yang baru, maka dalam hal ini tugas konselor bukan untuk mengambil alih tanggung jawabnya, tetapi membimbing dia setahap demi setahap.

PENUTUP

Memang secara sekilas, nampaknya proses konseling itu mudah. Membina hubungan baik antara konselor-konsele, menelaah persoalan dengan memperjelas masalah & memikirkan bagaimana masalah tersebut dapat ditangani, mengkonfrontasi konsele dengan kebenaran Firman Tuhan, mendorong konsele

untuk melakukan tindakan konkrit dan mengakhiri pembicaraan sambil memberi bimbingan agar konsele tidak perlu terus bergantung kepada konselor. Tetapi dalam prakteknya, proses konseling bisa menjadi ruwet dan membutuhkan banyak waktu serta tenaga.

Itu sebab orang Kristen awam perlu memperlengkapi diri lebih banyak lagi, baik dalam pengetahuan maupun latihan-latihan konseling, agar dapat dipakai Allah menjadi alat yang efektif dalam menolong, menghibur, menguatkan, membangun anggota tubuh Kristus lainnya. Sebab seperti yang dikatakan oleh Gene A. Getz, bahwa:

"God desires that every believer be a functioning member of a local Church — a local "body" or "family" of believers. These believers mutually care for one another, minister to one another, and consequently build one another up in Christ".⁵⁾

Apalagi mengingat bahwa orang Kristen yang trampil dalam melakukan konseling, akan memberikan pertolongan yang efektif. Sebab biasanya merekalah yang lebih mengenal konsele, keluarganya, situasi pekerjaannya, gaya hidupnya, sehingga dengan demikian dapat memberikan pertolongan secara konsisten, di mana diperlukan, dan dapat berkomunikasi dengan lebih terbuka, relaks, lebih mendarat dan sebagainya.

BIBLIOGRAFI :

1. Collins, Gary R., *Christian Counseling*, Texas: Word Books Publisher, 1980.
2. —————, *How To Be A People Helper*, Ventura, CA: Vision House, 1981.
3. Crabb, Lawrence J., *Effective Biblical Counseling*. Grand Rapids: Zondervan Publishing House, 1981.
4. Getz, Gene A., *Building Up One Another*. Victor Books, 1981.
5. Meieir, Paul D., Minirth, Frank B., Wichem, Frank., *Introduction To Psychology & Counseling*. Grand rapid: Baker Book House, 1982.

6. Narramore, Clyde M., *Counseling Youth*. Grand Rapids: Zondervan Publishing House, 1981.
7. —————, *The Psychology of Counseling*, Grand rapid: Zondervan Publishing House, 1972.
8. Susabda, Yakub B., *Pastoral Konseling*. Malang: Penerbit Gandum Mas, 1983.
9. Verstraten, Charles A., *How to Start Lay Shepherding Ministries*. Grand Rapids: Baker Book House, 1983.
10. Ward, Waylon O., *The Bible in Counseling*, Chicago: Moody Press, 1977.

Linawati Chondro.



5) Gene A. Getz, *Building up One Another* (Victor Books, 1981), p. 8.