

Penerapan Bimbingan-Konseling Kristen bagi Konseli Yang Terdampak Pandemi COVID-19

Budi Kelana*¹, Alfrits Roul Sinadia²

¹Sekolah Tinggi Alkitab Pelita Hidup, Ciranjang, Jawa Barat

²Universitas Klabat, Manado, Sulawesi Utara

e-mail: *¹budikelana231074@gmail.com, ²alfritssinadia@unklab.ac.id

Abstrak

Pandemi COVID-19 telah mengubah tatanan kehidupan manusia di semua belahan dunia. Aktivitas kehidupan sehari-hari dibatasi dengan aturan-aturan yang bertujuan menjaga kesehatan dan kelanjutan hidup manusia. Pada saat yang bersamaan, pandemi COVID-19 memberikan dampak yang sangat merugikan di berbagai bidang. Mayoritas penduduk dunia mengalami stress dan depresi oleh karena kesulitan yang mereka hadapi. Manusia membutuhkan solusi yang akan membuat hidup mereka kembali normal seperti sedia kala. Oleh sebab itu, peneliti ingin memberikan informasi tentang fungsi dari bimbingan-konseling Kristen. Bimbingan-konseling Kristen hadir membantu meringankan beban kehidupan di masa COVID-19 dan *new normal* (perilaku kenormalan baru). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan penerapan bimbingan dan konseling Kristen dimasa pandemi COVID-19 dengan ragam tekniknya dalam menolong banyak orang yang terdampak. Metodologi penulisan artikel ini adalah kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Langkah yang dilakukan adalah pertama, membaca buku-buku dan jurnal-jurnal bimbingan-konseling dan penerapannya. Kedua, melakukan kajian lebih mendalam tentang bimbingan-konseling Kristen dan perannya. Kesimpulan yang didapatkan dari penelitian ini adalah penerapan bimbingan-konseling Kristen yang konkrit di era pandemi COVID-19 dalam pendekatan individu dan kelompok, yang dibantu dengan menggunakan alat media canggih internet.

Kata kunci—bimbingan-konseling, peran bimbingan-konseling Kristen, pandemi COVID-19

Abstract

The COVID-19 pandemic has changed the fabric of human life in all parts of the world. Activities of daily living are limited by rules aimed at maintaining the health and continuation of human life. At the same time, the COVID-19 pandemic has had a very detrimental impact on various fields. The majority of the world's population experiences stress and depression because of the difficulties they face. Humans need solutions that will make their lives return to normal as before. Therefore, researchers want to provide information about the function of Christian guidance-counseling. Christian guidance-counseling is here to help ease the burden of life during COVID-19 and the new normal (new normal behavior). The purpose of this study is to describe the application of Christian guidance and counseling during the COVID-19 pandemic with its various techniques in helping many affected people. The methodology of writing this article is qualitative with a descriptive approach. The first step is to read the books and journals of Guidance-Counseling and its application. Second, conduct a more in-depth study of Christian Guidance-counseling and its role. The conclusion obtained from this study is the application of concrete Christian guidance-counseling in the era of the COVID-19 pandemic in individual and group approaches, which are assisted by using advanced internet media tools.

Keywords—guidance counseling, role of Christian guidance-counseling, COVID-19 pandemic

PENDAHULUAN

Indonesia menjadi salah satu negara di dunia yang mengalami dampak dari pandemi virus COVID-19. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2020) menyatakan dengan resmi bahwa wabah ini dimulai di negara China, yaitu dari kota Wuhan di Provinsi Hubei. Virus ini masuk ke Indonesia pada akhir tahun 2019. Virus ini merupakan jenis baru dari dua penyakit yang disebabkan oleh virus yang sudah ada yaitu MERS (*Middle East Respiratory Syndrome*) dan SARS (*Severe Acute Respiratory Syndrome*). Virus ini dikenal dengan nama *Corona Virus Disease-19* (COVID-19) yang berarti ditemukan pada tahun 2019. Pranita (2020) dalam penelitiannya yang dipublikasikan di dunia maya menyatakan bahwa COVID-19 sudah masuk ke Indonesia sejak awal Januari 2020. Secara resmi, pemerintah Republik Indonesia memberikan pernyataan pada tanggal 2 Maret 2020 bahwa sudah ada dua kasus pasien COVID-19 di Indonesia.

Cara kerja dari virus ini adalah menyerang sistem pernapasan setiap manusia baik anak-anak, remaja, dewasa sampai lansia (Rosadi & Andriyani, 2020) yang menyebabkan infeksi yang parah seperti pneumonia, pilek, bersin dan batuk (Korompot, 2020). Penyebaran virus ini di hampir seluruh negara sangat cepat dan hampir-hampir tidak dapat dikendalikan. Itulah sebabnya Bhakti dan Kurniawan (2020) mencatatkan WHO secara resmi menyatakan bahwa COVID-19 merupakan pandemi global. Akibat yang ditimbulkan oleh COVID-19 sangat mengerikan dimulai dari kekacauan pada semua lini aktivitas seperti ekonomi (perdagangan dan pariwisata), sosial (diterapkannya *social distancing*), dan kesehatan (sakit dan kematian).

Pandemi ini berlangsung cukup lama, yaitu kira-kira dua tahun sejak 2019 hingga 2021. Selama rentang waktu itu, dampak psikologi dapat terlihat dengan banyaknya orang yang mengalami stress dan depresi (Prawitasari, 2020). Banyak pekerja yang diberhentikan atau dirumahkan. Sebagian lagi bekerja dengan sistem WFH (*Work from Home*). Proses belajar mengajar dilakukan dari rumah yang dikenal dengan SFH (*Study from Home*). Ditambah lagi dengan *social distancing* yang membuat setiap orang harus saling menjaga jarak. Bahkan, orang terkesan seperti curiga satu dengan yang lain sebagai pembawa COVID-19. Hak setiap orang untuk mendapatkan udara bersihpun harus dibatasi dengan memakai masker. Semua ini menyebabkan tekanan hidup yang membuat adanya ketidaknyamanan.

Selanjutnya, pemerintah Republik Indonesia menyatakan perhatiannya dengan memberikan suntikan vaksin COVID-19 yang menambah imunitas tubuh. Tetapi itupun belum menjamin bahwa setiap orang akan terbebas dari paparan dan akibat COVID-19. Inilah kehidupan budaya baru yang harus dihadapi oleh setiap orang yaitu hidup berdampingan dengan COVID-19. Penyesuaian dengan pola hidup yang baru yaitu berdampingan dengan COVID-19 bukanlah hal yang mudah. Rasa takut tetap menghantui setiap orang. Protokol kesehatan yang ketat yang dimulai dari jam beraktivitas sampai kepada hukuman yang menyertainya, sangat membatasi pergerakan manusia yang mengakibatkan ketidaknyamanan bagi semua orang.

Oleh sebab dampak yang timbul akibat pandemi, banyak orang yang membutuhkan kedamaian dan ketenangan dalam menjalani kehidupan sehari-hari. Mereka membutuhkan bantuan agar bisa hidup normal kembali. Disinilah peran bimbingan-konseling Kristen hadir memberikan pelayanan bimbingan untuk membantu meringankan beban setiap orang. Penelitian ini memfokuskan kepada penerapan bimbingan-konseling Kristen dengan tujuan membantu keluarga-keluarga Kristen yang mengalami ketidaknyamanan dan juga masalah-masalah dalam pernikahan akibat dampak COVID-19.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini bersifat memberikan informasi yang mendasar tentang pentingnya penerapan bimbingan-konseling Kristen bagi mereka yang terdampak pandemi COVID-19. Penelitian ini dikumpulkan dari beberapa literatur yang berisi praktik sederhana dengan

contoh-contohnya yang didasarkan pada Alkitab. Penelitian ini menggunakan desain kualitatif dengan pendekatan deskriptif yang diharapkan dapat membantu pembaca untuk mengenal dirinya yang membutuhkan pertolongan dalam menghadapi masalah akibat pandemi COVID-19.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengertian Bimbingan-Konseling

Perlu untuk dimengerti lebih dahulu arti atau pemahaman dari bimbingan-konseling. Hal ini penting untuk diketahui oleh setiap orang sehingga mengerti bimbingan-konseling sebagai penolong atau membantu. Bimbingan-konseling terdiri dari dua kata yaitu bimbingan dan konseling. Kata bimbingan berasal dari bahasa Inggris yaitu *guidance* yang beretimologi kata *guide* yang berarti menyetir, menunjukkan, mengatur dan mengarahkan (Munir, 2013). Ada satu kata lain yang boleh disejajarkan dengan kata bimbingan yaitu penyuluhan yang berarti penyampaian atau pengarahan dalam hal tertentu (Mu'awanah, 2004). Melihat arti kata *guidance* maka dapat dikatakan bahwa bimbingan merupakan sebuah proses yang panjang. Tersirat juga bahwa bimbingan memerlukan teknik atau cara dan pendekatan yang erat antara dua belah pihak. Bimbingan ini akan diakhiri dengan satu tujuan yang merupakan hasil dari bimbingan tersebut.

Inilah yang disampaikan oleh Hallen (2005) yang mengatakan bimbingan adalah teknik untuk membantu orang lain dalam mendapatkan kemampuan orang itu dan mengembangkannya untuk kebahagiaan orang tersebut. Tohorin (2014) menyatakan bahwa bimbingan terjadi karena sebuah kesepakatan untuk dilakukan melalui sistematisa yang menghasilkan sebuah hasil yang ditentukan. Secara singkat, dapat dikatakan bahwa bimbingan merupakan kegiatan membantu orang lain dengan teknik yang cocok dalam waktu yang ditentukan untuk mendapatkan hasil.

Berikutnya akan dilihat pengertian dari Konseling. Prayitno dan Erman (2008) mencatatkan konseling diambil dari bahasa Latin *concilium* yang mempunyai pengertian bersama atau dengan. Dari asal kata Latin tersebut Munir (2013) menyatakan diseraplah ke dalam bahasa Inggris *conseling* yang diambil dari kata *to counsel* yang beretimologi dari *to give advice*. Pengertiannya adalah memberi nasihat ataupun saran dan masukan. Tohirin (2014) memberikan penjelasan yang lebih luas, yaitu konseling adalah perbincangan antara dua belah pihak empat mata dengan cara bertukar pikiran. Febriani (2011) mempermudah pengertian konseling yaitu wawancara dengan tatap muka. Melihat pengertian di atas maka dapat dikatakan bahwa konseling merupakan kegiatan yang dilakukan dengan memberikan nasihat atau saran sambil berdiskusi tentang suatu hal.

Seperti yang disampaikan di atas, ada dua pihak dalam melakukan konseling. Pihak pertama disebut dengan *counselor* atau *helper* yang diserap ke bahasa Indonesia menjadi konselor. Aqib (2013) menjelaskan bahwa konselor adalah orang yang sangat ahli dalam melakukan teknik konseling dan biasa disebut dengan professional. Dalam melakukan konseling maka sangat diharapkan agar konselor itu adalah orang yang sudah terlatih dengan baik. Konselor mempunyai pengalaman dalam melakukan konseling karena orang yang datang membutuhkan bantuan untuk menyelesaikan masalah dan tingkah lakunya.

Pihak kedua disebut dengan orang yang mempunyai masalah yang datang ke konselor dan disebut dengan klien atau konseli (Halawa, 2018). Konseling sekuler lebih terarah kepada akal budi sendiri, pengalaman, dan ilmu pengetahuan manusia (Collins, 1993). Namun secara umum, konseling merupakan kegiatan percakapan dua arah yang bersifat rahasia dan tidak dapat dipublikasikan. Bilamana disimpulkan, maka bimbingan-konseling adalah suatu kegiatan perbincangan tatap muka antara dua orang dalam waktu tertentu yang bersifat pribadi dengan memberikan saran atau nasihat untuk membantu menyelesaikan masalah.

Pengertian Bimbingan-Konseling Kristen

Seperti yang sudah disampaikan sebelumnya bahwa bimbingan dan konseling berperan membantu seseorang dalam menyelesaikan permasalahannya atau dirinya dengan cara berdiskusi dan bersifat rahasia. Seorang konselor harus mempunyai inisiatif ataupun berkreasi dalam melakukan bimbingan-konseling sehingga tujuan yang diharapkan dalam diskusi itu akan tercapai. Itulah sebabnya, Erford (2015) menyatakan bahwa konseling merupakan kegiatan yang berproses dan sebuah seni (*art*). Itu adalah sebuah hubungan antara konselor dan konseli dengan komunikasi dan ketrampilan khusus. Dasar-dasar inilah yang diangkat oleh bimbingan-konseling Kristen sebagai sarana atau fasilitas untuk menolong banyak orang yang mengalami kesusahan.

Perbedaan yang sangat jelas yang terdapat antara bimbingan-konseling umum dan bimbingan-konseling Kristen adalah terletak pada konselornya dan tujuannya. Konselor berlatar belakang Kristen bertujuan untuk membebaskan orang dari perasaan berdosa/bersalah sehingga mereka kemudian dapat menyembah Tuhan dengan kedamaian lalu menjadi saluran berkat bagi orang lain yang bermasalah (Crabb, 1977). Eagen (1975) memberikan penekanan bahwa seorang konselor Kristen harus mengakui dan mengerti Alkitab sebagai buku dasar bimbingan-konseling dan melayani dengan kasih. Lebih jauh, Collins (2001) menyatakan seorang konselor Kristen tidak terpaku hanya pada seorang pendeta yang memiliki urapan tetapi juga orang-orang Kristen yang dididik dan dilatih oleh seorang konselor Kristen terlatih.

Begitupun dengan tujuan dari bimbingan-konseling Kristen yang berbeda yaitu membawa dan memperkenalkan konseli kepada Yesus Kristus sebagai Pencipta, Pemelihara, dan Penebus, dan menjadikan konseli mempunyai kehidupan seperti budaya hidup Yesus Kristus (Crabb, 1999). Sofah menunjukkan ada empat tujuan konseling yaitu kebahagiaan hidup pribadi sebagai makhluk Tuhan, hidup produktif, hidup damai di tengah masyarakat, dan menyelaraskan kemampuan dan cita-cita (2020). Alkitab menjadi dasar utama sebagai buku konseling yang tidak dapat salah. Alkitab memberikan nasihat, peringatan, petunjuk, teguran, dan tuntunan secara langsung. Watke (2000) menyatakan bahwa Alkitab adalah buku bimbingan-konseling yang terbaik karena langsung berasal dari Tuhan. Susabda (2001) memberikan pernyataan Alkitab menjadi dasar kebenaran yang mutlak dalam konseling Kristen.

Oleh sebab itu, Naat (2011) berpendapat bahwa bimbingan-konseling Kristen adalah kegiatan yang dilakukan oleh seorang konselor Kristen dalam menolong orang lain dengan mendasarkan konselingnya berdasarkan Alkitab dan menempatkan konseli sebagai ciptaan Tuhan yang utuh secara jasmani, rohani dan sosial. Namun harus diingat bahwa bimbingan-konseling Kristen terbuka secara umum untuk siapa saja yang membutuhkan bantuan. Dengan kata lain, model ataupun metode ataupun teknik yang diberikan adalah sama seperti bimbingan-konseling umum hanya saja Alkitab yang menjadi dasar daripada proses bimbingan-konseling tersebut. Teknik ataupun pendekatan yang dilakukan dalam bimbingan-konseling Kristen haruslah dilakukan sesuai dengan kepribadian konseli, masalah yang dihadapi, dan tujuan yang ingin dicapai pada akhir perbincangan (Meier dkk, 1982).

Penerapan Bimbingan-Konseling Kristen bagi Konseli Yang Terdampak Pandemi

Pada bagian ini, ada satu hal yang penting yang harus dimengerti oleh siapa pun bahwa dalam dunia konseling secara umum, seorang konselor akan menjadi aktor utama dalam bimbingan itu. Tetapi dalam bimbingan-konseling Kristen, seorang konselor Kristen hanya merupakan tangan penolong dari konselor yang utama yaitu Yesus Kristus. Seorang konselor berusaha membantu menyelesaikan masalah yang dihadapi oleh seorang konseli. Seorang konselor Kristen akan membawa pemasalahan yang dihadapi kepada Firman Tuhan dan mengizinkan Roh Kudus yang bekerja menyelesaikan permasalahan tersebut. Inilah yang disampaikan oleh Magdalena (2003) bahwa Firman Tuhan dan Roh Kudus

menjadi penolong dan penuntun utama dalam konseling Kristen. Tuhan lebih mengetahui permasalahan yang dihadapi dan hanya Tuhan yang mengetahui jalan keluar bagi konseli.

Seorang konselor Kristen hanya membantu menuntun, mengarahkan dan memberikan pengertian sampai konseli mendapatkan penyelesaian. Dalam melaksanakan konseling, seorang konselor harus dengan kesabaran mengizinkan konseli mengeluarkan dan menjabarkan semua permasalahan yang dihadapi. Setelah itu, Roh Kudus akan mengambil alih konseling dengan cara menuntun konselor memberikan arahan dan tuntunan serta penyelesaian berdasarkan Alkitab. Bimbingan-konseling Kristen bersifat membantu dan membawa konseli kepada Yesus Kristus dan hidup seperti Yesus Kristus. Konseli itu diberkati melalui proses bimbingan-konseling Kristen untuk menjadi berkat bagi orang lain. Hidup mereka yang bermasalah itu diubah menjadi hidup yang penuh damai dan penyerahan kepada Tuhan. Seorang konseli adalah subyek dari proses konseling. Konseli adalah orang yang sangat berharga yang memerlukan pertolongan.

Heath (1995) menyatakan bahwa konseli adalah manusia yang utuh dalam jasmani, psikologi, dan rohani. Konseli tidak ditempatkan pada posisi obyek. Hal yang senada disampaikan oleh Collins (1993) bahwa konseli merupakan manusia yang perlu diselamatkan dari permasalahan hidupnya melalui pertolongan konseling dengan membawa Kristus sebagai Konselor utama. Seorang konseli tidak dapat mengeluarkan emosi jiwanya hanya pada batas perlu didengar dan diperhatikan oleh konselor. Konseli harus betul-betul mengeluarkan seluruh isi hatinya dengan jujur tanpa ada yang disembunyikan. Inilah yang disebutkan oleh Packer (1990) bahwa seorang konseli harus jujur dengan isi hatinya dan Tuhan akan merubah hal-hal yang patut untuk dirubah.

Penerapan konseling Kristen berbeda dengan konseling secara umum. Penerapannya lebih dari tindakan pragmatis yaitu hanya keuntungan keuangan dan tidak menyentuh keseluruhan hidup seorang konseli. Nainggolan (2021) menyatakan bahwa kebanyakan manusia merasa cemas karena pandemi COVID-19 dan kecemasan itu sangat menekan hidup mereka. Selvianti (2018) menambahkan konseling Kristen harus mengubah kehidupan konseli yang penuh kecemasan, rasa bersalah, tragedi di masa lalu, dan rasa sakit yang mendalam. Corey (1988) membagi jenis kecemasan menjadi tiga, yaitu kecemasan realistik, kecemasan neurotic, dan kecemasan moral. Jenis kecemasan yang pertama merupakan kecemasan eksternal yang seimbang dengan derajat ancamannya. Jenis yang kedua merupakan kecemasan di mana tidak terkendalinya naluri sehingga melakukan kesalahan. Yang terakhir, jenis yang ketiga ialah kecemasan hati nurani yang berkaitan dengan dosa. Dampak dari pandemi COVID-19 dapat menyebabkan orang mengalami salah satu atau lebih dari satu jenis kecemasan ini. Apapun jenis kecemasannya, konseli memerlukan tidak hanya sekedar konseling biasa, namun mereka membutuhkan konseling Kristen.

Dari sini terlihat bahwa konseling Kristen dapat membantu menyelesaikan masalah yang dihadapi konseli sampai konseli itu menyadari kekeliruannya dan merubahnya. Itulah sebabnya dibutuhkan teknik atau model konseling yang sesuai dengan permasalahan yang dihadapi konseli. Berikut ini ada dua model mendasar yang juga dipakai dalam penerapan bimbingan-konseling Kristen yakni bimbingan-konseling pribadi dan kelompok. Pertama, akan dibahas model bimbingan-konseling pribadi yang biasa disebut juga *individual counselling*. Pengertian *individual counselling* adalah percakapan pribadi empat mata antara konselor dan konseli yang sedang bermasalah (Prayitno & Amti, 1994). Bimbingan-konseling pribadi dianggap sebagai model yang paling baik oleh karena kegiatan ini dilakukan secara sangat pribadi. Semua perbincangan dilakukan dari hati ke hati dan hanya diketahui oleh kedua orang tersebut. Inti dari bimbingan-konseling pribadi adalah membantu konseli menemukan kesalahan dalam dirinya dan memperbaikinya melalui pemahaman, pengentasan, pengembangan, pemeliharaan, dan pencegahan (Prayitno, 2005).

Inilah yang dilakukan oleh Yesus Kristus kepada Nikodemus (Yohanes 3:1-21) dan kepada Perempuan Samaria (Yohanes 4:1-42). Alkitab menceritakan dalam ke dua pasal tersebut bahwa Yesus secara pribadi berkomunikasi dengan kedua orang tersebut. Nikodemus datang kepada Yesus sebagai seorang Konselor yang dipercaya. Yesus berbicara empat mata atau dari hati ke hati. Yesus mendengar, memperhatikan, dan memberikan penyelesaian masalah yang dihadapi Nikodemus sebagai konseli. Nikodemus mempunyai masalah dengan keyakinannya yaitu tentang keselamatan. Yesus mempunyai metode pendekatan yang humanis. Akhir dari cerita itu sangat jelas yaitu Nikodemus mendapatkan kedamaian jiwa yang selama ini dirindukannya.

Begitu pula dengan perempuan Samaria yang tanpa menyadari bahwa dirinya sedang berada dalam tekanan karena sudah bersuami lebih dari satu. Yesus memulai percakapan dengan sebuah pertanyaan yang menggugah hati. Hati bertemu hati, perempuan Samaria itu mengeluarkan semua isi hatinya dan Yesus menyelesaikan kerisauan itu dengan realita yang mendamaikan. Lebih dari itu, kedamaian hati itu disampaikan kepada orang-orang di kampungnya dan mereka semua menjadikan Yesus sebagai konselor dengan diam beberapa hari di kampung mereka.

Sehubungan dengan dampak COVID-19, ketidakharmonisan dalam rumah tangga antara suami dan isteri merupakan contoh yang membutuhkan bimbingan-konseling pribadi. Ketidak harmonisan ini terjadi oleh karena adanya faktor yang mempengaruhinya. Salah satu faktornya adalah perubahan anggaran pengeluaran keuangan keluarga. Perubahan anggaran keuangan keluarga itu terjadi karena suami sebagai kepala keluarga mengalami pemutusan hubungan kerja dari pekerjaannya yang terdampak COVID-19. Keluarga memerlukan kebutuhan dasar seperti makanan, pakaian, dan kesehatan. Pengeluaran terus terjadi sementara tidak ada lagi pemasukan yang tetap. Alghifari (2020) mengatakan inilah yang disebut dengan hilangnya fungsi keseimbangan. Suami dan isteri, keduanya terjebak dalam perselisihan dan perbedaan pendapat. Keduanya saling mempersalahkan sekalipun di dalam kesadaran mereka mencoba untuk mencari jalan keluar.

Suami-istri yang berselisih berada di bawah tekanan dampak COVID-19 pada ekonomi keluarga. Tekanan ini mempersulit mereka untuk berpikir dengan jernih. Keadaan memposisikan suami dan isteri saling serang dan membela diri. Keadaan kalut dan tidak nyaman sangat mendominasi hubungan di antara mereka. Mereka membutuhkan orang lain yang menjadi fasilitator dalam memberikan jalan keluar. Bimbingan-konseling Kristen sangat dibutuhkan bagi pasangan suami isteri Kristen yang berada dalam tekanan. Seorang konselor harus terbebas dari tekanan apapun baik dalam dirinya maupun dari orang lain. Dengan tuntunan Roh Kudus maka konselor Kristen akan menolong suami isteri itu. Melihat permasalahan di atas, jelaslah bahwa bimbingan-konseling pribadi sangat dibutuhkan.

Konselor Kristen akan menghadapi pasangan suami isteri itu lalu mendengarkan permasalahan. Kemudian terjadilah sebuah percakapan yang akrab dan hangat sehingga konseli akan mengeluarkan seluruh isi hatinya. Berdasarkan tuntunan Roh Kudus, konselor Kristen akan mengarahkan suami isteri itu pada sebuah kondisi tenang dan mulai berkomunikasi yang didasari dengan janji pernikahan. Komunikasi yang dilakukan oleh konselor Kristen akan membawa suami isteri dapat berkomunikasi di antara mereka. Susilo (2010) menyatakan bahwa komunikasi terbuka antara suami dan isteri adalah kegiatan yang harus terus diusahakan karena itu menjaga keharmonisan pernikahan.

Inti dari komunikasi suami-isteri itu dapat ditampilkan melalui tiga cara. Pertama, Wright (1996) menyatakan bahwa harus ada empati terhadap pasangannya. Pasangan itu harus menempatkan dirinya pada pasangan yang sedang terkena PHK itu. Kedua, Nick dan Nancy (2008) menyebutkan pasangan harus mendengar permasalahan pasangannya. Ketiga, menyampaikan dengan bahasa yang lembut dan positif. Komunikasi yang dimulai oleh konselor Kristen akan memberi dampak positif yaitu pasangan suami isteri itu akan

memulai berkomunikasi melalui ketiga tahap di atas. Tanpa disadari oleh konseli, konselor Kristen sudah memainkan perannya dalam membimbing dan menuntun.

Berikutnya adalah model bimbingan-konseling kelompok atau yang biasa disebut dengan *group counselling*. Peneliti membaca beberapa pengertian tentang bimbingan-konseling kelompok. Pengertian pertama yang dapat mempermudah pemahaman adalah dilihat dari jumlah anggota yang terlibat melakukan konseling. Latipun (2011) menyatakan bahwa anggota kelompok terdiri lebih dari dua orang atau berkisar antara empat hingga delapan orang. Serupa dengan itu, Jacobs dkk (2012) menyatakan bahwa jumlah anggota kelompok berkisar antara lima hingga delapan orang. Kedua, harus dimengerti tujuan dari konseling kelompok adalah membantu konseli yang membutuhkan pertolongan melalui mekanisme kelompok. Anggota kelompok inilah yang akan saling bersinergi dalam membantu konseli menyelesaikan masalahnya. Mereka akan berdiskusi dengan segala cara sehingga konseli merasakan adanya solusi. Itulah sebabnya, Hartini dan Ariana (2016) memberikan pengertian dari bimbingan-konseling kelompok adalah usaha kelompok dalam membantu konseli dapat memahami dirinya dan mendapatkan kenyamanan untuk menjalani hidup sehari-hari.

Alkitab memberikan contoh bimbingan-konseling kelompok, yaitu ketika Yesus berhadapan dengan kelompok orang-orang yang disebut pemimpin-pemimpin agama Yahudi. Yesus bersama dengan murid-muridNya berhadapan dengan kelompok Ahli Taurat, orang-orang Farisi, dan orang-orang Saduki. Yesus melihat mereka mempunyai masalah yang besar yaitu merasa diri benar sementara Yesus melihat itu sebagai sebuah kesombongan rohani. Mereka menuduh seorang perempuan sudah berbuat zinah dan membawanya ke depan Yesus dengan tujuan mencobai Yesus. Pertanyaan-pertanyaan yang mereka berikan kepada Yesus menunjukkan bahwa mereka mempunyai masalah internal dalam diri mereka. Yesus menegur mereka dan membeberkan kesalahan-kesalahan mereka. Matius pasal 23 dengan jelas merupakan teguran Yesus yang nyata agar mereka bertobat.

Teknik atau model yang dilakukan pada kedua model itu berbeda tetapi penerapan kedua model bimbingan-konseling ini mempunyai prinsip yang sama. Penerapan kedua model itu mempunyai tiga tahapan yang sama, yaitu tahap awal, tahap bekerja, dan tahap kesimpulan.

1. Tahap awal

Pada tahap awal ini merupakan langkah pertama dimana konselor menempatkan diri untuk membuka diri kepada konseli. Konselor siap untuk mendengar dan memberikan perhatian penuh kepada cerita konseli atas masalah yang dialami. Konselor harus bisa menunjukkan dan menciptakan suasana kondusif, rasa percaya, dan komitmen untuk merahasiakan cerita. Dengan tahap awal yang menjanjikan ini maka konseli akan merasakan dorongan untuk bercerita demi solusi yang diinginkannya.

2. Tahap bekerja

Pada tahap ini konselor semakin dalam melakukan perannya dan mulai aktif dengan metode bertanya atau mengarahkan. Konselor wajib memberitahukan keberadaan konseli sesuai cerita yang disampaikan. Konselor memegang kendali dan dengan tuntunan Roh Kudus dan menjadikan Alkitab sebagai acuan bahan konseling, menuntun konseli mengetahui kesalahannya. Perlahan namun pasti, konseli akan menyadari kekeliruannya lalu dengan penuh empati memberikan kesempatan kepada konseli untuk mengambil keputusan.

3. Tahap kesimpulan

Setelah percakapan dirasa telah cukup dan semakin mengerucut, maka konselor dapat mengambil sebuah kesimpulan. Kesimpulan yang dibuat dalam bentuk kalimat sederhana akan menolong konseli merasa puas bahwa permasalahannya sudah selesai. Konselor pun dapat menggunakan pola terbalik yaitu konseli yang membuat sebuah

kesimpulan. Kesimpulan ini menjadi akhir rangkaian perjalanan bimbingan-konseling berupa pematapan hati dari konseli untuk kehidupan yang baru.

Sekarang ini, di era pasca COVID-19, penerapan model dasar bimbingan-konseling dapat dikembangkan dan dilakukan secara dalam jaringan (daring). Cara ini merupakan teknik yang dipakai guna mengantisipasi penyebaran virus COVID-19 di tahun 2020 yang semakin bermutasi. Teknik ini pun adalah anjuran pemerintah sehingga meminimalisir penyebaran virus. Namun, dengan berkaca pada pengalaman semasa pandemi tersebut, para konselor saat ini dapat memanfaatkan teknologi informasi dan komunikasi saat melakukan konseling. Musdalifah (2021) dalam penelitiannya menyatakan bahwa bimbingan-konseling di era COVID-19 ini dapat dilakukan secara online. Bimbingan-konseling seperti ini disebut *cyber counseling* yang dilakukan dengan menggunakan berbagai aplikasi media online seperti *Whatsapp, Google Forms, website, blog, e-mail, Facebook, Yahoo Messenger, Twitter, Instagram teleconference/ video conference Skype, videocall, Google Meet, Zoom, Hangout, dan Google Classroom*. Sekalipun demikian, peralatan canggih ini hanya merupakan alat bantu dalam melakukan bimbingan-konseling Kristen. Prinsip dasarnya adalah tetap, yaitu konselor melakukan bimbingan-konseling yang bersifat pribadi atau kelompok dengan tujuan agar konseli Kristen dapat mengalami perubahan hidup yang sesuai dengan tujuan hidup orang Kristen.

KESIMPULAN

Setelah melihat pemaparan yang sudah dijelaskan di atas, dapatlah ditarik beberapa kesimpulan. Pertama, bimbingan-konseling Kristen merupakan cara yang dapat dilakukan untuk menolong orang yang mempunyai masalah. Konselor dan konseli mengadakan kesepakatan untuk bertemu dan melakukan perbincangan yang dirahasiakan. Kedua, pertemuan dan perbincangan itu harus didasari atas Alkitab dan Roh Kudus menjadi konselor utama. Ketiga, Alkitab dipakai sebagai buku pedoman saat melaksanakan bimbingan-konseling Kristen. Keempat, Roh Kudus sebagai konselor utama yang akan menuntun konselor Kristen mengarahkan konseli kepada pertobatan dan memiliki kedamaian hati. Kelima, penerapan bimbingan-konseling Kristen ini dapat menggunakan model pendekatan secara pribadi dan kelompok. Kedua model ini akan sangat membantu konseli menyelesaikan masalahnya. Yang terakhir, bimbingan-konseling Kristen dewasa ini baik secara pribadi maupun kelompok dapat memanfaatkan penggunaan berbagai media informasi dan komunikasi yang dilakukan secara online. Secara praktis, teknik ini dapat mengatasi masalah jarak yang terlalu jauh antara konselor dan konseli dan kemungkinan biaya perjalanan yang tinggi akibat bertemunya konselor dan konseli secara luar jaringan (luring).

SARAN

Penulisan ini diharapkan agar dapat dikembangkan lagi oleh penulis yang lain untuk dapat lebih disempurnakan lagi. Saran yang diberikan menyangkut dua hal yaitu konseli dan konselor. Bagi konseli, diharapkan agar mereka lebih peka dalam merasakan keadaan mereka yang terdampak COVID-19 yang terlihat jelas dalam kehidupan yang tidak normal. Mereka membutuhkan pertolongan dengan pendekatan dan penerapan bimbingan-konseling Kristen. Pertolongan itu didasarkan atas Alkitab dengan kuasa yang mengubah yang berisi banyak contoh bimbingan-konseling Kristen sekaligus merupakan kebenaran yang tidak dapat disangkal. Khusus untuk konselor, diharapkan agar mereka menjadi lebih peka lagi untuk melihat dan dengan penuh kesadaran dapat membantu konseli yang terdampak COVID-19. Konselor lebih tajam lagi belajar melalui membaca cara Yesus memberikan bimbingan-konseling Kristen dan menghadirkan kuasa Tuhan dalam penerapan bimbingan konselor Kristen itu.

REFERENSI

- Aqib, Z. (2013). *Konseling kesehatan mental*. Bandung: Yrama Widya.
- Bhakti, C. P., & Kurniawan, S. J. (2020). Konsep psikoedukasi berbasis blended learning bagi remaja di masa pandemi COVID-19. *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling*, 53- 60.
- Crabb, L. (1999). *Prinsip dasar konseling*. Jakarta: Yayasan Pekabaran Injil Imanuel.
- Crabb, L. (1977). *Effective Biblical counseling*. Grand Rapids: Zondervan Pub. House.
- Collins, G. (1993). *The Biblical basis of Christian counseling for people helpers*. Singapore: Methodist Book Room PTE LTD.
- Corey, G. (1988). *Teori dan praktik konseling dan psikoterapi*. Bandung: Eresco.
- Febriani, D. (2011). *Bimbingan-konseling*. Yogyakarta: Teras.
- Egen, G. (1975). *The skilled helper*. Belmont, California, USA: Wadsworth.
- Mu'awanah, E. (2004). *Mengenal bimbingan-konseling*. Jakarta: Bina Ilmu.
- Pranita, E. (2020). Virus Corona masuk Indonesia dari Januari. <https://www.kompas.com/sains/read/2020/05/11/130600623>.
- Halawa, J. (2018). Pastoral konseling psikologi Alkitabiah bagi perempuan yang telah melakukan hubungan seks sebelum menikah. *Jurnal Missio Ecclesia*, 7(2), 287-317.
- Hallen, A. (2005). *Bimbingan dan konseling*. Ciputat: Quantum Teaching.
- Hartini, N., & Ariana, A. D. (2016). *Psikologi konseling: Perkembangan dan penerapan konseling dalam psikologi*. Surabaya: Airlangga University Press.
- Heath, S. W. (1995). *Psikologi yang sebenarnya*. Yogyakarta: ANDI.
- Jacobs E. E., Schimmel, C. J., Mason, R. L., & Harvill, R. L. (2012). *Group counseling: Strategies and skills*. USA: Brooks/Cole.
- Kemendes RI. (2020). *Pencegahan dan pengendalian Coronavirus disease (COVID-19)*. Jakarta: Dirjen Pencegahan dan Pengendalian Penyakit.
- Korompot, S. (2020). Peran bimbingan dan konseling dalam penanganan pandemi COVID-19. *Prosiding Seminar Nasional Bimbingan dan Konseling*, 80-86.
- Latipun. (2011). *Psikologi eksperimen*. Malang: UMM Press
- Meier, P. D., Minirth, F. B., & Wichern, F. B. (1982). *Introduction to psychology & counseling: Christian perspectives and applications*. Grand Rapids: Baker Book House.
- Musdalifah, A. (2021). Media daring layanan BK di masa pandemi COVID-19. *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, 6(1), 109-113.
- Naat, D. E. (2011). *Model-model konseling dan psikoterapi-Bahan Kuliah*. Bandung: Sekolah Tinggi Alkitab Tiranus.
- Nick & Stinnett, N. (2008). *Fantastic families (Keluarga yang kokoh dan bahagia)*. Batam: Interaksara.
- Prayitno. (2005). *Konseling perorangan*. Padang: Universitas Negeri Padang.
- Prayitno H., & Amti, E. (1994). *Dasar-dasar bimbingan dan konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Prayitno H., & Amti, E. (2008). *Dasar-dasar bimbingan dan konseling*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Prawitasari, I. (2020). Implementasi pelaksanaan bimbingan dan konseling di masa pandemi COVID-19: A literature review. *Jurnal Komunikasi, Penyuluhan dan Bimbingan Masyarakat Islam*, 3(2), 123 - 130.
- Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional. (2003). *Kamus besar bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Rosadi, H. Y & Andriyani, D. F. (2020). Tantangan menjadi guru BK dengan kurikulum merdeka belajar di masa pandemi COVID-19. *Prosiding Konferensi Ilmiah Mahasiswa Unissula (KIMU) 4*, 356-363.
- Munir, S. (2013). *Bimbingan dan konseling Islam*. Jakarta: Amzah.
- Selvianti. (2018). Menerapkan prinsip pelayanan konseling berdasarkan Injil Yohanes. *Jurnal Teologi dan Pendidikan Kristen Kontekstual*, 1(2), 253 - 266.

- Sofah, R. (2020). Layanan Bimbingan dan Konseling Pada Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal Konseling Komprehensif: Kajian Teori dan Praktik Bimbingan dan Konseling*, 7(2), 58-67.
- Susabda, Y. B. (2001). *Pastoral konseling*. Malang: Yayasan Penerbit Gandum Mas.
- Susilo, V. A. (2010). *Bimbingan pranikah: Buku kerja pasangan pranikah* (Ed. 2). Malang: Literatur SAAT.
- Tohorin. (2014). *Bimbingan dan konseling di sekolah dan madrasah*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Tomatala, M. (2003). *Konselor kompeten. Pengantar konseling terapi untuk pemulihan*. Jakarta: YT Leadership Foundation.
- Watke, E. (2000). *Biblical counseling materials*. Tempe AZ: Internasional Baptist Seminary.
- Wright, H. N. (1996). *Komunikasi: Kunci pernikahan bahagia*. Yogyakarta: Penerbit Yayasan Gloria.