

STRATEGI DAN TANTANGAN PADA PENDEKATAN PASTORAL KONSELING UNTUK MEMBANTU REMAJA YANG MENJADI KORBAN *BULLYING* FISIK

Malini¹⁾, Desi Rendealla²⁾

Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Toraja

Corresponding Author. E-mail: malinirahayu77@gmail.com, Telp: +6282332769838

Received: 18 Januari 2024 ; Revision: 29 Januari 2024 ; Accepted: 30 Januari 2024

ABSTRACT

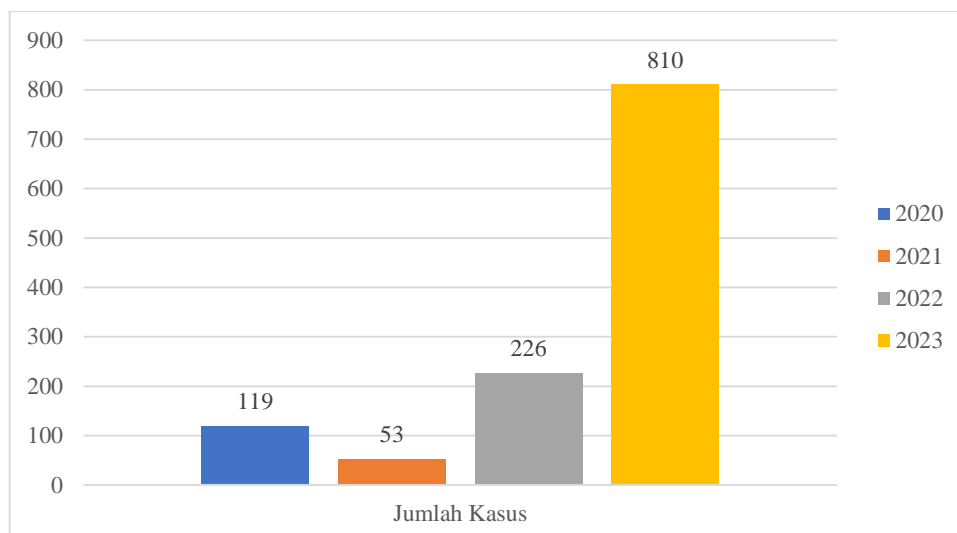
This study examines strategies and challenges in implementing a pastoral counselling approach to support adolescent victims of physical bullying in Indonesia. With the increasing incidence of bullying, especially of a physical nature, there is an urgent need for effective interventions to address the negative impacts. The pastoral counselling approach was identified as a promising method in providing emotional and spiritual support, which is essential in the recovery process of victims. Through a literature review, this research explores how this approach can help victims cope with trauma, improve self-esteem, and embark on a journey of recovery. Analysis showed that the pastoral counselling approach was successful in providing psychological and spiritual support, despite challenges such as victims' reluctance to share their experiences and potential conflicts with religious beliefs. The results of this study provide important insights into pastoral counselling practice and suggest the need for strategies that are more inclusive and sensitive to the needs of victims of physical bullying. This research contributes to a better understanding of intervention approaches that can be applied in the Indonesian social and cultural context.

Keywords: *physical bullying; pastoral counselling; emotional support; trauma recovery; Indonesian adolescents.*

Pendahuluan

Bullying adalah perilaku agresif yang dilakukan seseorang atau sekelompok orang yang menggunakan kekuasaan mereka untuk menyakiti atau membuat orang lain merasa tidak nyaman, baik secara verbal, fisik, maupun psikologis. Korban *bullying* sering kali merasa tertekan, trauma, dan tak berdaya. *Bullying* dapat terjadi di mana saja, termasuk di sekolah dan melalui media sosial atau internet, yang dikenal sebagai *cyberbullying*. Bentuk-bentuk *bullying* ini mencakup pengucilan, penghinaan, ancaman, dan pelecehan seksual, yang semuanya dapat merusak harga diri dan kesejahteraan korban (Zakiyah, Humaedi, and Santoso 2017, 2).

Bullying dapat dikategorikan ke dalam beberapa jenis berdasarkan bentuk tindakannya. Pertama, ada *bullying* fisik yang meliputi kontak fisik langsung seperti memukul, mendorong, menggigit, menjambak, menendang, mengunci seseorang dalam ruangan, mencubit, dan mencakar. Kedua, *bullying* verbal yang mencakup ancaman, mempermalukan, merendahkan, mengganggu, memberi panggilan nama yang menyakitkan, sarkasme, mencela, memaki, dan menyebarkan gossip (Solikhin 2021, 4). Ketiga, *bullying* relasional yang lebih sulit dideteksi dan melibatkan pelemahan harga diri korban melalui pengucilan, pengecualian, atau penghindaran. Keempat, *cyberbullying* yang terjadi di ruang digital, melalui email, media sosial, dan platform online lainnya, di mana pelaku menggunakan teknologi untuk mengintimidasi atau melecehkan korban. Terakhir, ada juga *bullying* yang terjadi melalui media seperti televisi dan cetak, di mana perilaku *bullying* dapat ditiru dari tayangan yang disaksikan. Setiap jenis *bullying* ini memiliki dampak yang serius dan merugikan bagi kesejahteraan korban, baik secara fisik maupun psikologis (Solikhin 2021, 5).



Gambar 1. Kasus *Bullying* di Indonesia

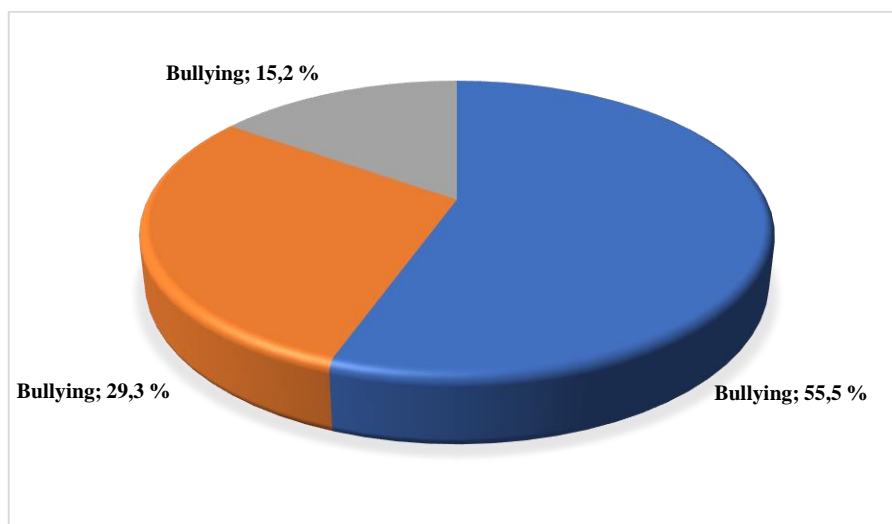
Sumber : <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2023/10/06/bps-siswa-laki-laki-lebih-banyak-jadi-korban-bullying>

Dari data Gambar 1, terlihat bahwa jumlah kasus *bullying* mengalami peningkatan yang signifikan setiap tahun dari tahun 2020 hingga 2023. Pada tahun 2020, tercatat 119 kasus *bullying*. Kemudian, jumlahnya turun drastis pada tahun 2021 menjadi 53 kasus. Namun, setelah itu, jumlah kasus *bullying* naik secara dramatis menjadi 226 kasus pada tahun 2022, dan bahkan lebih tinggi lagi pada tahun 2023 dengan total 810 kasus. Tren ini menunjukkan bahwa kasus *bullying* mengalami peningkatan yang cukup besar dari tahun ke tahun, yang mungkin memerlukan perhatian serius dan upaya pencegahan yang lebih intensif untuk mengatasi masalah tersebut. Saat ini, Indonesia menghadapi darurat kekerasan terhadap anak, terutama dalam konteks dunia pendidikan. Fenomena ini semakin meresahkan karena maraknya kasus-kasus *bullying* yang terjadi di berbagai wilayah Tanah Air dalam beberapa waktu belakangan (Setiawan 2020, 29).

Remaja yang menjadi korban *bullying* sering kali mengalami dampak psikologis dan emosional yang mendalam dan berkepanjangan. Dampak tersebut dapat mencakup masalah kesehatan mental seperti depresi dan kegelisahan, yang tidak hanya mempengaruhi mereka selama masa remaja tetapi juga dapat berlanjut hingga dewasa. Korban *bullying* juga mungkin mengalami masalah tidur, yang dapat mempengaruhi konsentrasi dan kinerja akademis mereka (Miftakhuddin and Harianto 2020, 35). Selain itu, mereka sering kali merasa tidak aman di lingkungan sekolah, yang seharusnya menjadi tempat yang aman dan mendukung untuk belajar dan berkembang. Dampak emosional ini juga dapat mencakup perasaan kesepian, kesedihan, dan *mood* yang sering berubah, yang semuanya dapat mengurangi kualitas hidup dan menghambat perkembangan sosial dan akademis remaja. Dalam beberapa kasus yang lebih ekstrem, korban *bullying* mungkin menunjukkan perilaku agresif sebagai respons terhadap tekanan yang mereka alami. Oleh karena itu, penting bagi orang tua, pendidik, dan profesional kesehatan untuk mengenali tanda-tanda *bullying* dan memberikan dukungan yang diperlukan untuk membantu remaja mengatasi dampak negatif yang diakibatkannya (Miftakhuddin and Harianto 2020, 36).

Pengalaman *bullying* di masa remaja dapat memiliki efek jangka panjang yang meresap ke dalam kehidupan dewasa, mempengaruhi kesehatan mental, hubungan sosial, dan kepercayaan diri seseorang. Individu yang pernah menjadi korban *bullying* seringkali membawa luka emosional yang dapat memicu depresi, kecemasan, dan gangguan stres pascatrauma, yang mengganggu kemampuan mereka untuk berfungsi secara optimal dalam

kehidupan sehari-hari dan di tempat kerja. Mereka mungkin juga mengalami kesulitan dalam membangun dan memelihara hubungan interpersonal yang sehat karena kurangnya kepercayaan terhadap orang lain dan rasa takut akan penolakan atau penghinaan lebih lanjut. Selain itu, korban *bullying* mungkin mengembangkan citra diri yang negatif (Wulansari 2017, 28), yang dapat membatasi potensi mereka dalam mencapai tujuan pribadi dan profesional. Oleh karena itu, dampak *bullying* di masa remaja dapat membentuk lintasan kehidupan seseorang dengan cara yang sangat merugikan, menekankan pentingnya intervensi dini dan dukungan berkelanjutan bagi mereka yang terkena dampaknya.



Gambar 2. Kasus *Bullying* di Indonesia

Sumber

[https://www.dpr.go.id/berita/detail/id/46802/t/Pemerintah+Harus+Petakan+Faktor+Penyebab+Bullying+Anak#:~:text=Sementara%20itu%20untuk%20jenis%20bullying,SMA%20\(18%2C75%25\).](https://www.dpr.go.id/berita/detail/id/46802/t/Pemerintah+Harus+Petakan+Faktor+Penyebab+Bullying+Anak#:~:text=Sementara%20itu%20untuk%20jenis%20bullying,SMA%20(18%2C75%25).)

Dalam Gambar 2 konteks jenis *bullying* yang sering dialami korban, data menunjukkan bahwa yang paling mendominasi adalah *bullying* fisik, dengan persentase mencapai 55,5%. *Bullying* fisik merupakan bentuk kekerasan yang melibatkan kontak badan langsung, seperti memukul, menendang, mendorong, menjambak, mencubit, dan bentuk serangan fisik lainnya yang dapat menimbulkan rasa sakit atau cedera pada korban. Tindakan ini sering kali dilakukan berulang-ulang dan bertujuan untuk mendominasi atau mengintimidasi korban. Selanjutnya, *bullying* verbal menduduki peringkat kedua tertinggi, dengan persentase sekitar 29,3%. Ini mencakup pelecehan lisan seperti ejekan, penghinaan, atau ancaman yang disampaikan secara verbal. Sementara itu, *bullying* psikologis adalah yang terendah dengan persentase sekitar 15,2%. Bentuk ini melibatkan intimidasi, pengucilan sosial, atau manipulasi emosi yang dapat memiliki dampak serius pada kesejahteraan mental korban. Jenis *bullying* fisik menjadi yang paling umum dan mendominasi dari semua bentuk pelecehan yang dialami oleh korban, diikuti oleh *bullying* verbal dan kemudian *bullying* psikologis. Tindakan kekerasan fisik ini, dalam banyak kasus, dapat meninggalkan dampak jangka panjang baik secara fisik maupun psikologis pada mereka yang mengalaminya.

Pastoral konseling adalah bentuk pendampingan yang mengintegrasikan prinsip-prinsip psikologis dan teologi dalam proses penyembuhan dan pertumbuhan individu. Dalam konteks korban *bullying*, pastoral konseling bertujuan untuk memberikan dukungan emosional dan spiritual yang membantu korban mengatasi trauma dan memulihkan kesejahteraan psikologis mereka (Wulansari 2017, 31). Pendekatan ini menekankan pentingnya rekoleksi dan konseling yang berlandaskan nilai-nilai dan ajaran Yesus Kristus, serta penggunaan kisah-kisah dalam Kitab Suci sebagai sumber inspirasi dan kekuatan untuk menghadapi dan menyembuhkan luka

batin yang diakibatkan oleh *bullying*, dengan tujuan akhir membantu korban menemukan harapan dan jati diri yang baru dalam cahaya iman mereka. Pentingnya pastoral konseling bagi korban *bullying* fisik terletak pada kemampuannya untuk memberikan keselamatan dan bimbingan yang berlandaskan ajaran Yesus Kristus, yang dapat membantu mereka mengatasi rasa keterasingan dan trauma yang diakibatkan oleh *bullying* (Rahayu 2022, 2). Melalui rekoleksi dan konseling yang didasarkan pada nilai-nilai spiritual dan kisah-kisah dalam Kitab Suci, korban *bullying* diharapkan dapat sembuh dari luka batin dan menemukan harapan baru. Pendekatan ini juga mendukung pembentukan spiritual remaja, yang sangat penting dalam membantu mereka menemukan jati diri dan menghadapi tantangan psikososial selama masa remaja yang penuh perubahan (Rahayu 2022, 3).

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji strategi dan tantangan yang terkait dengan pendekatan pastoral konseling untuk membantu remaja yang menjadi korban *bullying* fisik. Kami ingin memahami bagaimana pendekatan pastoral konseling dapat memberikan dukungan emosional dan spiritual kepada korban *bullying* fisik dan membantu mereka mengatasi dampak psikologis dan trauma yang mereka alami. Urgensi penelitian ini sangat penting mengingat meningkatnya kasus *bullying* fisik yang terjadi di Indonesia, seperti yang ditunjukkan dalam data yang disajikan. Remaja yang menjadi korban *bullying* fisik sering mengalami dampak serius baik secara fisik maupun psikologis, yang dapat berdampak jangka panjang pada kehidupan mereka. Oleh karena itu, diperlukan pendekatan yang holistik dan berbasis nilai-nilai spiritual untuk membantu mereka pulih dan menghadapi tantangan ini dengan harapan baru. Manfaat dari penelitian ini adalah memberikan wawasan yang lebih baik tentang bagaimana pendekatan pastoral konseling dapat digunakan sebagai alat yang efektif dalam membantu korban *bullying* fisik. Hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi para profesional konseling, pendidik, dan pihak gereja dalam memberikan dukungan yang lebih baik kepada remaja yang mengalami *bullying* fisik. Selain itu, penelitian ini juga dapat memberikan pemahaman yang lebih dalam tentang pentingnya pendekatan spiritual dalam proses penyembuhan dan pemulihan korban *bullying* fisik.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi pustaka untuk mengumpulkan dan menganalisis data (Noor 2011, 25). Studi pustaka merupakan metode penelitian yang melibatkan pengumpulan informasi dan data dari sumber-sumber yang sudah ada, seperti buku, artikel jurnal, tesis, disertasi, dan dokumen-dokumen lain yang relevan dengan topik penelitian (Ramdhan 2021, 37). Dalam konteks penelitian ini, studi pustaka digunakan untuk memahami secara mendalam tentang pendekatan pastoral konseling dalam membantu remaja korban *bullying* fisik di Indonesia. Proses pengumpulan data melalui studi pustaka dimulai dengan identifikasi dan seleksi sumber-sumber yang relevan dan kredibel. Peneliti melakukan pencarian literatur yang ekstensif melalui basis data elektronik, perpustakaan, dan sumber online untuk menemukan publikasi yang berkaitan dengan *bullying* fisik, dampak psikologis *bullying*, pendekatan pastoral konseling, dan konteks sosial-budaya Indonesia. Setelah itu, peneliti membaca dan menganalisis sumber-sumber tersebut untuk mengekstrak informasi yang penting dan relevan dengan tujuan penelitian. Analisis data dalam studi pustaka ini dilakukan dengan cara mengkategorikan informasi yang diperoleh ke dalam tema-tema tertentu yang berkaitan dengan topik penelitian. Peneliti mengidentifikasi pola, tren, dan hubungan antara konsep-konsep yang muncul dari literatur yang ditelaah. Hal ini memungkinkan peneliti untuk membangun pemahaman yang komprehensif (Ramdhan 2021, 38).

Hasil dan Pembahasan

Pengenalan *Bullying* Fisik dan Dampaknya

Bullying fisik adalah bentuk perilaku agresif yang melibatkan penggunaan kekuatan fisik untuk menyakiti atau mengintimidasi individu lain. Jenis tindakan fisik yang termasuk dalam *bullying* fisik dapat bervariasi, mulai dari tindakan yang tampaknya ringan seperti mencubit, hingga tindakan yang lebih keras seperti memukul, menendang, mendorong, atau bahkan menyerang dengan menggunakan benda. Tindakan-tindakan ini sering kali dilakukan berulang kali terhadap korban yang sama, yang menciptakan lingkungan yang menakutkan dan tidak aman bagi mereka (Jalil 2022, 33). Dampak dari *bullying* fisik terhadap korban bisa sangat serius dan berkepanjangan. Secara fisik, korban dapat mengalami cedera, memar, atau bahkan luka yang memerlukan perawatan medis. Namun, dampaknya tidak hanya terbatas pada cedera fisik; *bullying* fisik juga dapat menyebabkan masalah psikologis yang signifikan. Korban sering kali mengalami penurunan harga diri, kecemasan, dan depresi. Mereka mungkin menjadi takut untuk pergi ke sekolah atau tempat-tempat tertentu di mana *bullying* sering terjadi, seperti kamar mandi sekolah, yang diidentifikasi sebagai lokasi berisiko tinggi dalam penelitian yang disebutkan. Selain itu, *bullying* fisik dapat mempengaruhi prestasi akademik korban karena stres dan kecemasan yang diakibatkannya dapat mengganggu konsentrasi dan motivasi untuk belajar. Dalam jangka panjang, korban *bullying* fisik mungkin mengembangkan masalah kesehatan mental yang lebih serius dan bahkan dapat memiliki pikiran atau perilaku bunuh diri. Oleh karena itu, penting bagi sekolah, orang tua, dan masyarakat untuk mengenali tanda-tanda *bullying* fisik dan mengambil langkah-langkah untuk mencegahnya, termasuk menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung bagi semua siswa (Mirza, Sambas, and others 2020, 47).

Penanganan kasus *bullying* fisik menjadi penting karena dampak yang ditimbulkannya terhadap korban dapat sangat merugikan, baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang. Seperti yang diungkapkan dalam penelitian yang membahas perilaku *bullying* fisik pada siswa sekolah dasar di Indonesia, tindakan seperti dicubit, ditendang, dan dipukul merupakan bentuk-bentuk kekerasan yang sering dialami oleh siswa, dengan kamar mandi sekolah menjadi lokasi yang paling berisiko. Korban *bullying*, yang sebagian besar adalah anak-anak berusia 9-11 tahun, mengalami konsekuensi negatif yang meliputi trauma fisik, gangguan emosional, dan masalah perilaku yang dapat menghambat perkembangan sosial dan akademis mereka (Yuliani 2019, 11). Penanganan yang efektif terhadap kasus *bullying* fisik diperlukan untuk menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung bagi anak-anak, di mana mereka dapat belajar dan tumbuh tanpa rasa takut akan kekerasan. Hal ini juga penting untuk mencegah pembentukan siklus kekerasan yang dapat berlanjut jika perilaku *bullying* tidak ditangani dengan serius. Selain itu, penanganan yang tepat dapat membantu korban untuk pulih dari pengalaman traumatis dan mengembangkan keterampilan mengatasi yang sehat, serta mencegah potensi masalah kesehatan mental di masa depan (Yuliani 2019, 12).

Dengan memahami karakteristik korban dan lingkungan sekolah yang dirasakan tidak aman, seperti yang diidentifikasi dalam penelitian, pendidik dan orang tua dapat mengambil langkah-langkah proaktif untuk mengintervensi dan mencegah *bullying*. Ini termasuk memperkuat kebijakan anti-*bullying*, meningkatkan pengawasan di lokasi yang berisiko, dan menyediakan sumber daya untuk mendukung korban. Selain itu, penelitian lebih lanjut diperlukan untuk memahami hubungan antara *bullying* dan masalah emosi serta perilaku, dan untuk mengeksplorasi peran orang tua dalam merespons dan mengatasi kasus *bullying* yang dialami oleh anak-anak mereka. Penanganan kasus *bullying* fisik menjadi sangat penting

karena memiliki implikasi yang luas terhadap kesejahteraan dan perkembangan anak. Ketika anak-anak menjadi korban *bullying*, mereka tidak hanya menghadapi risiko cedera fisik, tetapi juga mengalami tekanan psikologis yang dapat mempengaruhi harga diri, kesehatan mental, dan prestasi akademik mereka (Alwi 2021, 49).

Korban *bullying* sering kali merasa terisolasi dan tidak berdaya, yang dapat menyebabkan masalah perilaku dan emosional, termasuk agresivitas, dendam, dan konsep diri yang negatif. Dalam konteks sekolah, korban *bullying* mungkin akan takut untuk pergi ke sekolah, mengalami penurunan nilai akademik, dan berpotensi untuk bolos sekolah. Oleh karena itu, penanganan kasus *bullying* fisik tidak hanya melibatkan intervensi langsung terhadap perilaku agresif, tetapi juga memerlukan pendekatan holistik yang melibatkan orang tua, guru, pekerja sosial, dan tenaga kesehatan, termasuk perawat yang memiliki peran strategis dalam memberikan bantuan (Nasution 2013, 26). Orang tua memiliki peran kunci dalam mendeteksi tanda-tanda *bullying* dan bekerja sama dengan sekolah untuk memastikan bahwa anak-anak mereka mendapatkan dukungan yang diperlukan. Mereka juga dapat membantu anak-anak mengembangkan keterampilan mengatasi yang sehat dan memperkuat ketahanan mereka terhadap efek negatif *bullying* (Nasution 2013, 27).

Jadi disimpulkan, *bullying* fisik adalah perilaku agresif yang menggunakan kekuatan fisik untuk menyakiti atau mengintimidasi individu lain. Dampaknya meliputi cedera fisik, gangguan emosional, dan masalah perilaku. Kasus *bullying* fisik memerlukan penanganan serius untuk menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung bagi anak-anak di sekolah. Orang tua dan pendidik dapat mengambil langkah-langkah proaktif untuk mencegah dan mengatasi *bullying* fisik. Dalam penanganannya, pendekatan holistik yang melibatkan berbagai pihak, termasuk perawat, sangat penting untuk membantu korban pulih dan menghindari masalah kesehatan mental di masa depan.

Pendekatan Pastoral Konseling dalam Mendukung Korban *Bullying* Fisik

Pendekatan pastoral konseling dalam membantu korban *bullying* fisik merupakan suatu metode yang holistik, menggabungkan dukungan psikologis dan spiritual untuk memulihkan kesejahteraan individu yang terdampak. Dalam konteks ini, pastoral konseling tidak hanya menangani luka batin yang dialami oleh korban *bullying*, tetapi juga membantu mereka menemukan makna dan harapan baru dalam pengalaman mereka (Nego and Hulu 2018, 95). Program ini melibatkan rekoleksi dan konseling pribadi, di mana korban dapat berbagi permasalahan dan luka batin mereka dengan konselor yang berperan sebagai fasilitator penyembuhan. Konselor dalam pastoral konseling bertindak sebagai sumber solusi dan dukungan, membantu korban untuk menjadi lebih terbuka dan memulihkan kesehatan rohani mereka yang terganggu akibat pengalaman *bullying*. Pendekatan pastoral konseling berupaya untuk mengurangi risiko yang ditimbulkan oleh *bullying*, seperti isolasi sosial dan depresi, dengan memberikan bimbingan yang berlandaskan iman dan nilai-nilai Kristiani, sehingga korban dapat bangkit dengan semangat dan harapan baru (Nego and Hulu 2018, 96).

Pendekatan pastoral konseling dalam memberikan dukungan emosional dan spiritual kepada korban *bullying* fisik dimulai dengan menyediakan ruang aman bagi korban untuk berbagi pengalaman dan perasaan mereka. Konseling ini menawarkan pendengaran yang empatik dan pengertian yang mendalam terhadap luka batin yang dialami korban, yang seringkali membuat mereka merasa tidak berharga dan terisolasi dari lingkungan sosial mereka. Dalam proses ini, konselor pastoral bertindak sebagai fasilitator yang memberikan solusi dan dukungan, membantu korban untuk menjadi lebih terbuka dan memulihkan kesehatan rohani

mereka yang terganggu (Daulay 2023, 15). Melalui rekoleksi dan konseling yang berlandaskan iman, korban *bullying* diberi kesempatan untuk menemukan makna baru dalam pengalaman mereka dan mengembangkan harapan baru untuk masa depan. Pendekatan ini menekankan pentingnya iman dalam proses penyembuhan, sebagaimana Yesus Kristus menunjukkan bahwa iman memiliki peran penting dalam kesembuhan. Dengan demikian, pastoral konseling tidak hanya mengatasi dampak psikologis dari *bullying*, tetapi juga memperkuat fondasi spiritual korban, yang dapat menjadi sumber kekuatan dan ketenangan dalam menghadapi tantangan hidup (Daulay 2023, 16).

Peran gereja atau lembaga pastoral dalam implementasi pendekatan pastoral konseling sangat krusial, terutama dalam menyediakan dukungan yang komprehensif bagi korban *bullying* fisik. Gereja atau lembaga pastoral bertindak sebagai tempat perlindungan dan sumber kekuatan spiritual, di mana korban dapat menemukan pemahaman dan empati yang mendalam terhadap situasi yang mereka hadapi. Melalui program rekoleksi dan konseling yang disediakan, gereja membantu korban untuk merefleksikan pengalaman mereka dalam konteks iman dan menemukan makna serta harapan baru dalam cahaya ajaran Kristiani. Selain itu, gereja atau lembaga pastoral juga memiliki tanggung jawab untuk menciptakan kesadaran dan pemahaman di antara umatnya tentang dampak *bullying* dan pentingnya mendukung mereka yang terdampak. Dengan demikian, gereja tidak hanya berperan dalam penyembuhan luka batin korban, tetapi juga dalam pencegahan *bullying* melalui edukasi dan advokasi. Pendampingan pastoral yang dilakukan oleh gereja juga bertujuan untuk mengintegrasikan korban kembali ke dalam komunitas, memperkuat jaringan dukungan sosial mereka, dan membangun ketahanan terhadap tantangan masa depan (Rosyad 2021, 29).

Jadi disimpulkan, pendekatan Pastoral Konseling dalam Mendukung Korban *Bullying* Fisik adalah metode holistik yang menggabungkan dukungan psikologis dan spiritual untuk membantu korban mengatasi dampak fisik, emosional, dan spiritual dari *bullying*. Program ini melibatkan rekoleksi dan konseling pribadi, di mana korban dapat berbagi perasaan dan pengalaman mereka dengan konselor pastoral yang bertindak sebagai fasilitator penyembuhan. Dalam proses ini, korban diberikan kesempatan untuk menemukan makna baru dalam pengalaman mereka dan mengembangkan harapan baru untuk masa depan. Peran gereja atau lembaga pastoral sangat penting dalam implementasi pendekatan ini, karena mereka menyediakan tempat perlindungan, dukungan spiritual, dan pemahaman mendalam terhadap kondisi korban. Selain itu, gereja juga memiliki tanggung jawab untuk menciptakan kesadaran dan edukasi tentang pentingnya mendukung korban *bullying* dan mencegahnya. Pendekatan ini bertujuan untuk memperkuat fondasi spiritual korban dan membantu mereka kembali ke dalam komunitas dengan jaringan dukungan sosial yang kuat.

Tantangan yang Dihadapi dalam Pendekatan Pastoral Konseling

Menerapkan pendekatan pastoral konseling dalam kasus korban *bullying* fisik dapat menemui sejumlah tantangan yang signifikan. Pertama, korban *bullying* sering kali mengalami trauma psikologis yang mendalam, yang dapat menyebabkan mereka enggan untuk berbagi pengalaman mereka atau bahkan menolak bantuan. Hal ini membutuhkan keterampilan khusus dari konselor pastoral untuk membangun kepercayaan dan menciptakan lingkungan yang aman bagi korban untuk membuka diri. Kedua, pendekatan pastoral konseling yang berlandaskan iman mungkin tidak selalu mudah diterima oleh semua korban, terutama bagi mereka yang mungkin memiliki keraguan atau konflik dengan keyakinan agama mereka sendiri. Konselor

harus mampu menyesuaikan pendekatan mereka untuk menghormati keragaman keyakinan dan nilai-nilai individu (Manik et al. 2021, 57).

Tantangan lainnya adalah memastikan bahwa konselor pastoral memiliki pelatihan dan keahlian yang cukup dalam menangani isu-isu psikologis yang kompleks yang sering muncul dalam kasus *bullying*. Mereka harus mampu mengidentifikasi dan merespons secara efektif terhadap gejala-gejala seperti depresi, kecemasan, dan gangguan stres pasca trauma. Konselor juga harus menyadari batasan mereka sendiri dan kapan harus merujuk korban ke profesional kesehatan mental lainnya untuk perawatan yang lebih spesialis. Integrasi korban kembali ke dalam komunitas juga dapat menjadi tantangan, karena *bullying* sering kali terjadi dalam lingkungan sosial korban, seperti sekolah atau tempat kerja. Gereja atau lembaga pastoral harus bekerja sama dengan institusi-institusi ini untuk menciptakan lingkungan yang mendukung dan bebas dari *bullying*. Ini memerlukan kerja sama dan komitmen dari semua pihak untuk mengubah budaya dan mencegah *bullying* di masa depan (Kyriacou and Khozim 2021, 36). Akhirnya, pendekatan pastoral konseling memerlukan waktu dan sumber daya yang cukup, yang mungkin tidak selalu tersedia dalam komunitas atau gereja tertentu. Konselor pastoral harus menavigasi keterbatasan ini dengan mencari sumber daya tambahan atau bekerja sama dengan organisasi lain untuk menyediakan dukungan yang diperlukan. Selain itu, ada tantangan dalam mengukur efektivitas pendekatan pastoral konseling karena perubahan dan pemulihan dalam kasus *bullying* fisik seringkali merupakan proses yang berlangsung lama dan tidak selalu memiliki hasil yang langsung terlihat. Konselor harus sabar dan konsisten, sambil terus memberikan dukungan dan bimbingan yang konsisten kepada korban. Tantangan ini menuntut komitmen yang kuat dari gereja atau lembaga pastoral untuk terus mengembangkan dan memelihara program konseling yang efektif dan responsif terhadap kebutuhan korban *bullying* fisik.

Jadi disimpulkan, Menerapkan pendekatan pastoral konseling dalam kasus korban *bullying* fisik menghadapi beberapa tantangan yang signifikan. Tantangan tersebut termasuk membangun kepercayaan korban yang traumatik, menghadapi keragaman keyakinan agama, mengatasi isu-isu psikologis kompleks, integrasi korban kembali ke dalam komunitas, keterbatasan sumber daya, dan pengukuran efektivitas. Konselor pastoral harus memiliki keterampilan khusus dan kesabaran untuk mengatasi tantangan ini dalam upaya membantu korban *bullying* fisik.

Manfaat dan Keberhasilan Pendekatan Pastoral Konseling

Melalui pendekatan pastoral konseling, korban *bullying* fisik telah mengalami sejumlah hasil positif dan manfaat yang signifikan. Program rekoleksi dan konseling yang ditawarkan telah memberikan ruang bagi korban untuk merefleksikan pengalaman mereka dan menemukan makna baru dalam cahaya iman (Adoe and Atty 2023, 25). Dengan tema rekoleksi yang fokus pada penghargaan diri dan kemampuan untuk menghargai orang lain, korban *bullying* mendapatkan kesempatan untuk membangun kembali rasa harga diri mereka yang seringkali terkikis akibat pengalaman traumatis yang mereka alami. Konseling pribadi, di sisi lain, memberikan korban kesempatan untuk berbicara tentang luka batin mereka dalam lingkungan yang aman dan mendukung, di mana mereka dapat merasa didengar dan dipahami tanpa rasa takut atau penghakiman. Kehadiran konselor sebagai fasilitator penyembuhan membantu korban untuk sembuh dari luka batin dan memulihkan kesehatan rohani mereka yang terganggu. Dengan demikian, pendekatan pastoral konseling telah berhasil memberikan harapan dan semangat baru kepada korban *bullying*, memungkinkan mereka untuk melihat

dunia ini dengan perspektif yang lebih positif dan adil, serta mengurangi risiko perilaku merusak diri atau bahkan bunuh diri yang mungkin timbul sebagai akibat dari *bullying* (Purba 2020, 86).

Pendekatan pastoral pendampingan korban *bullying* memainkan peran penting dalam membantu korban mengatasi dampak psikologis dan trauma yang diakibatkan oleh *bullying*. Program ini, yang mencakup rekoleksi dan konseling, dirancang untuk mengatasi rasa keterasingan dan memulihkan kesejahteraan emosional korban. Dalam rekoleksi, korban diajak untuk merenung dan menemukan makna dalam pengalaman mereka melalui cerita dan ajaran Yesus Kristus yang terdapat dalam Kitab Suci, yang sering menggambarkan situasi penindasan yang mirip dengan *bullying* (Ruimassa and Nanuru 2023, 10). Hal ini membantu korban memahami bahwa mereka tidak sendirian dalam penderitaan mereka dan bahwa ada harapan dan kekuatan yang dapat ditemukan dalam iman dan komunitas. Konseling yang disediakan dalam program ini menawarkan dukungan emosional yang mendalam, di mana korban dapat berbicara secara terbuka tentang pengalaman mereka dengan seseorang yang memahami dan peduli. Konselor pastoral bertindak sebagai pendengar yang empatik dan memberikan bimbingan yang sesuai dengan ajaran Kristiani, yang menekankan kasih, pengampunan, dan pemulihan. Dengan demikian, korban diberi kesempatan untuk menyembuhkan luka batin mereka dan membangun kembali rasa percaya diri dan harga diri yang seringkali rusak akibat *bullying*. Selain itu, pendekatan ini juga mendukung proses pemulihan dengan membantu korban mengidentifikasi dan mengembangkan sumber daya internal mereka, seperti ketahanan dan kekuatan pribadi. Konselor pastoral membantu korban untuk mengakui dan mengatasi perasaan negatif, seperti rasa takut dan kemarahan, dan menggantinya dengan perasaan positif dan harapan. Dengan demikian, korban dapat belajar untuk menghadapi masa depan dengan pandangan yang lebih optimis dan konstruktif (Ruimassa and Nanuru 2023, 10).

Jadi disimpulkan, pendekatan Pastoral Konseling telah membawa manfaat dan keberhasilan yang signifikan dalam membantu korban *bullying* fisik. Melalui program ini, korban telah mampu membangun kembali rasa harga diri dan kesehatan emosional mereka yang seringkali terkikis akibat pengalaman traumatis. Dukungan spiritual dan psikologis yang mendalam yang diberikan oleh konselor pastoral telah menjadi landasan bagi korban untuk mendapatkan pemulihan yang lebih baik. Mereka juga berhasil menemukan makna baru dalam pengalaman mereka, terutama melalui rekoleksi yang menggambarkan cerita dan ajaran Yesus Kristus yang relevan dengan situasi penindasan yang mirip dengan *bullying*. Pendekatan ini telah berhasil mengurangi risiko perilaku merusak diri atau bahkan bunuh diri yang mungkin timbul sebagai akibat dari *bullying*. Selain itu, korban kini dapat melihat masa depan dengan pandangan yang lebih positif dan konstruktif, membantu mereka untuk memulai perjalanan pemulihan yang lebih baik.

Kesimpulan

Kesimpulan dari pembahasan di atas adalah bahwa pendekatan Pastoral Konseling memiliki manfaat dan keberhasilan dalam membantu korban *bullying* fisik. Pendekatan ini mampu memberikan dukungan emosional dan spiritual kepada korban, membantu mereka mengatasi dampak psikologis dan trauma yang mereka alami. Dalam konteks penelitian ini, pendekatan pastoral konseling sangat relevan mengingat meningkatnya kasus *bullying* fisik di Indonesia. Penelitian ini juga mengidentifikasi beberapa tantangan dalam menerapkan pendekatan pastoral konseling, seperti trauma psikologis yang mendalam pada korban, keragaman keyakinan agama, dan kebutuhan akan keterampilan khusus dalam menangani isu-

isu psikologis yang kompleks. Namun, pendekatan ini tetap berhasil dalam memberikan manfaat kepada korban.

Hasil penelitian ini memberikan pemahaman yang lebih baik tentang bagaimana pendekatan pastoral konseling dapat digunakan sebagai alat yang efektif dalam membantu korban *bullying* fisik. Manfaat dari penelitian ini termasuk memberikan wawasan kepada para profesional konseling, pendidik, dan pihak gereja tentang pentingnya dukungan spiritual dalam proses penyembuhan korban *bullying* fisik. Selain itu, penelitian ini juga dapat memberikan pemahaman yang lebih dalam tentang pentingnya pencegahan *bullying* dan menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung bagi semua siswa.

Dengan demikian, kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa pendekatan pastoral konseling memiliki potensi untuk membantu korban *bullying* fisik dalam mengatasi dampak fisik, emosional, dan spiritual dari *bullying*. Meskipun ada tantangan yang harus dihadapi dalam menerapkan pendekatan ini, manfaat yang diperoleh oleh korban adalah yang utama. Program ini membantu korban membangun kembali rasa harga diri, meresapi nilai-nilai spiritual, dan melihat masa depan dengan pandangan yang lebih positif dan konstruktif. Oleh karena itu, pendekatan pastoral konseling dapat menjadi alat yang berharga dalam upaya mendukung korban *bullying* fisik.

Referensi

- Adoe, Osaribka, and Sonya Debora Atty. 2023. "Mengatasi Masalah *Bullying* Di Kalangan Remaja Melalui Konseling Kristen." *Jurnal Teologi Injili* 3(1): 25–36.
- Alwi, Said. 2021. "Perilaku *Bullying* Di Kalangan Santri Dayah Terpadu Kota Lhokseumawe."
- Daulay, Annisa Arrumaisyah. 2023. "Psikologi Konseling: Sebagai Pengantar Bagi Konselor."
- Jalil, A Ashari. 2022. "Perilaku *Bullying* Siswa SMP Negeri 1 Nuha Kabupaten Luwu Timur." Universitas Bosowa.
- Kyriacou, Chris, and M Khozim. 2021. *Effective Teaching: Menangani Kenakalan Murid*. Nusamedia.
- Manik, Novida Dwici Yuanri et al. 2021. "Pendidikan Agama Kristen."
- Miftakhuddin, S Pd, and Rony Harianto. 2020. *Anakku Belahan Jiwaku: Pola Asuh Yang Tepat Untuk Membentuk Psikis Anak*. CV Jejak (Jejak Publisher).
- Mirza, Try Ahmad, Nandang Sambas, and others. 2020. "Legal Protection for Children Victim of *Bullying* Which Causing Mental Health Disorder." *SOEPRA* 6(2): 200–219.
- Nasution, Siti Hajar. 2013. "Hubungan Kecerdasan Emosi Dan Penyesuaian Diri Dengan Perilaku *Bullying* Pada Santri Pesantren Raudlatul Hasanah Medan." Universitas Medan Area.
- Nego, Obet, and Jul Seniman Hulu. 2018. "Pastoral Konseling Bagi Remaja Korban *Bullying*." *SCRIPTA: Jurnal Teologi dan Pelayanan Kontekstual* 5(1): 99–115.
- Noor, Juliansyah. 2011. "Metodelogi Penelitian." *Jakarta: Kencana Prenada Media Group*.
- Purba, Asmat. 2020. "Tanggung Jawab Orang Tua Kristen Dalam Mendidikan Anak Menyikapi Pandemi Covid-19." *EPIGRAPHE: Jurnal Teologi dan Pelayanan Kristiani* 4(1): 86–97.
- Rahayu, Anizar. 2022. "Psikologi Konseling Teori & Praktik."
- Ramadhan, Muhammad. 2021. *Metode Penelitian*. Cipta Media Nusantara.
- Rosyad, Rifki. 2021. *Pengantar Psikologi Agama Dalam Konteks Terapi*. Prodi S2 Studi Agama-Agama UIN Sunan Gunung Djati Bandung.
- Ruimassa, Aleta Apriliana, and Ricardo Freedom Nanuru. 2023. "Gereja Dan *Cyberbullying* Remaja: Pendampingan Pastoral Bagi Remaja Korban *Cyberbullying*." *KURIOS (Jurnal Teologi dan Pendidikan Agama Kristen)* 9(3).

- Setiawan, Benni. 2020. *Dasar-Dasar Ilmu Sosial (Refleksi Menuju Aksi)*. Uny Press.
- Solikhin, Badrus. 2021. “Dampak *Bullying* Terhadap Kondisi Perkembangan Emosi Remaja Di Desa Kapuran Kecamatan Badegan Kabupaten Ponorogo.” IAIN Ponorogo.
- Wulansari, Nyi Mas Diane. 2017. *Didiklah Anak Sesuai Zamannya: Mengoptimalkan Potensi Anak Di Era Digital*. Visimedia.
- Yuliani, Nunung. 2019. “Fenomena Kasus *Bullying* Di Sekolah.” *Published online*.
- Zakiah, Ela Zain, Sahadi Humaedi, and Meilanny Budiarti Santoso. 2017. “Faktor Yang Mempengaruhi Remaja Dalam Melakukan *Bullying*.” *Prosiding Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat* 4(2).