

# Menyembuhkan Luka Batin Remaja: Pendekatan Konseling Kristen Terhadap Korban *Cyberbullying*

Rut Yesika Sinaga <sup>a,1,\*</sup>, Jhonnedy Kolang Nauli Simatupang <sup>b,2</sup>

<sup>a</sup> Universitas Kristen Indonesia, <sup>b</sup> STT Wesley Methodist Indonesia

\* Penulis Koresponden: [rutsin1899@gmail.com](mailto:rutsin1899@gmail.com)

## ABSTRAK

Untuk menyembuhkan luka batin yang dialami oleh remaja, diperlukan perhatian khusus terhadap mereka. Pendekatan Konseling Kristen bertujuan untuk memberikan perlindungan dan keamanan dengan mengajarkan nilai-nilai Kristen dalam kehidupan mereka. Dalam konteks ini, penelitian ini bertujuan untuk menyelidiki dan mengembangkan pendekatan Konseling Kristen untuk menyembuhkan luka batin remaja yang menjadi korban *Cyberbullying*. Metode penelitian yang digunakan adalah kualitatif dengan pendekatan studi kepustakaan, mengumpulkan data dari berbagai sumber yang relevan secara ilmiah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendekatan Konseling Kristen dapat efektif dalam menyembuhkan luka batin remaja yang menjadi korban *Cyberbullying*, memungkinkan mereka untuk mendapat dukungan yang kokoh dalam proses pemulihan mereka. Manfaatnya termasuk pemulihan kesejahteraan emosional dan psikologis remaja serta pemulihan hubungan interpersonal dan hubungan dengan Tuhan. Oleh karena itu, pendekatan ini memiliki implikasi positif dalam membantu remaja mengatasi dampak *Cyberbullying* dan memperbaiki kualitas hidup mereka.

Kata Kunci: Remaja; *Cyberbullying*; Konseling Kristen; Korban

## ***Healing the Inner Wounds of Teenagers: A Christian Counseling Approach for Victims of Cyberbullying***

*In order to heal the inner wounds experienced by adolescents, special attention to them is required. The Christian Counseling approach aims to provide protection and security by teaching Christian values in their lives. In this context, this study aims to investigate and develop a Christian counseling approach to heal the inner wounds of adolescents who are victims of Cyberbullying. The research method used is qualitative with a literature study approach, collecting data from various scientifically relevant sources. The results showed that the Christian Counseling approach can be effective in healing the inner wounds of adolescent victims of Cyberbullying, allowing them to have solid support in their recovery process. The benefits include the restoration of adolescents' emotional and psychological well-being as well as the restoration of interpersonal relationships and relationship with God. Therefore, this approach has positive implications in helping adolescents overcome the impact of Cyberbullying and improve their quality of life.*

*Keywords: Teens; Cyberbullying; Christian Counseling; Victims*

## Pendahuluan

Masa remaja merupakan fase krusial dalam perjalanan dari masa kanak – kanak menuju kedewasaan yang ditandai dengan beragam perubahan fisik, hormonal, psikologis dan sosial. Pertumbuhan psikologis atau kematangan mental remaja bisa dilihat dari beragam faktor, termasuk kemampuan mereka dalam berinteraksi dengan lingkungan sosial atau teman sebaya. Interaksi ini menjadi landasan untuk pengembangan keterampilan berkomunikasi sosial pada tahap selanjutnya. Keterampilan berkomunikasi sosial remaja

---

dengan teman sebaya dipengaruhi oleh upaya mereka dalam mengekspresikan identitas diri dan mendapatkan pengakuan dari lingkungan sosial yang mereka pilih.<sup>1</sup>

Terjadi prevelensi yang signifikan dari kasus *bullying* di antara remaja, terutama di lingkungan sekolah. *Bullying* sering diartikan sebagai perilaku penindasan atau intimidasi yang dilakukan oleh individu atau kelompok yang merasa memiliki kekuatan lebih besar daripada yang lain. Menurut Komisi Nasional Perlindungan Anak (KNPA), *bullying* merupakan bentuk kekerasan yang dapat memiliki dampak psikologis jangka panjang, khususnya saat dilakukan terhadap individu yang tidak mampu mempertahankan dirinya. Korban *bullying* sering mengalami perlakuan agresif dari sekelompok rekan sebaya, yang dapat bermula dari serangan fisik, verbal, atau bahkan kekerasan psikologis.<sup>2</sup>

Seiring perkembangan teknologi, manusia memiliki akses lebih mudah ke berbagai fitur yang mempermudah proses komunikasi melalui platform seperti WhatsApps, Instagram, Facebook dan lain sebagainya. Kemajuan teknologi ini memiliki dampak positif dan negatif bagi penggunaannya. Menurut Fakhturohman dalam jurnal yang ditulis oleh Nurlaila, dampak positifnya meliputi kemudahan dalam mencari dan mendapatkan informasi, peningkatan kecepatan dalam berkomunikasi serta menghemat waktu, meningkatkan efisiensi dan efektivitas, serta memberikan akses mudah ke hiburan. Namun, dampak negatifnya meliputi penyalahgunaan media sosial yang dapat menyebarkan informasi palsu (hoaks) dan konten yang tidak mendidik. Selain itu, remaja rentan menjadi korban atau pelaku *Cyberbullying* sebagai dampak negatif lainnya.<sup>3</sup>

Penggunaan media sosial memberikan pengalaman yang menyenangkan bagi individu yang aktif di platform tersebut, dengan mayoritas penggunaannya merupakan siswa-siswi. Menurut Undang-Undang Informasi dan Transaksi Elektronik (UU ITE) Pasal 27 Ayat 3, dilarang bagi siapapun untuk dengan sengaja dan tanpa izin mendistribusikan, mentransmisikan, atau membuat informasi elektronik atau dokumen elektronik yang mengandung penghinaan atau pencemaran nama baik. *Cyberbullying*, yang merupakan salah satu bentuk kekerasan ini, dapat mengakibatkan dampak serius seperti hilangnya kepercayaan diri, isolasi sosial, bahkan dalam kasus ekstrem, mendorong individu untuk melakukan tindakan bunuh diri. Dampak *Cyberbullying* ini sangat berpengaruh terhadap kesejahteraan emosional dan psikologis remaja, dan seringkali pelaku merasa tidak ditindak jika perilaku *bullying* dan *Cyberbullying* tidak ditanggapi oleh pihak sekolah.<sup>4</sup>

Mengutip pernyataan Setyawati, kasus *Cyberbullying* di Indonesia sering kali terjadi, terutama di kalangan siswa SMP dan SMA berusia 13-18 tahun. Menurut penelitian yang dilakukan oleh *Center For Digital Society* (CFDS) pada Agustus 2021, dari 3.077 siswa yang disurvei, sebanyak 1.895 siswa (sekitar 45,335%) mengaku pernah menjadi korban *Cyberbullying*, sementara 1.182 siswa (sekitar 38,41%) mengakui diri mereka sebagai pelaku tindak pidana tersebut. Data dari UNICEF pada tahun 2022 juga menunjukkan bahwa sekitar 45% dari total jumlah korban *Cyberbullying* merupakan anak-anak dan remaja.<sup>5</sup>

Tindakan *Cyberbullying* memberikan berbagai dampak negatif bagi anak-anak yang menjadi korban. Dampak-dampak tersebut meliputi dampak psikologis seperti meningkatnya risiko depresi, kemarahan, kecemasan, perasaan gelisah, perilaku melukai diri sendiri, dan

---

<sup>1</sup> Dody Riswanto and Rahmiwati Marsinun, "Perilaku *Cyberbullying* Remaja di Media Sosial," *Analitika* 12, no. 2 (December 30, 2020): 98–111, <https://doi.org/10.31289/analitika.v12i2.3704>.

<sup>2</sup> Nurlaila Sari Rumra and Bety Agustina Rahayu, "Perilaku *Cyberbullying* Remaja" 3, no. 1 (2021).

<sup>3</sup> Rumra and Rahayu.

<sup>4</sup> Rumra and Rahayu.

<sup>5</sup> Indra Wahyudi Prakosa, "Perlindungan Hukum Bagi Anak Korban Tindak Pidana *Cyberbullying*," *Nusantara: Jurnal Pendidikan, Seni, Sains Dan Sosial Humanioral* 1, no. 01 (July 2023): 1–25.

---

bahkan potensi untuk mencoba bunuh diri. Selain itu, dampak sosial juga terjadi, termasuk penarikan diri dari interaksi sosial, peningkatan agresi terhadap teman dan keluarga, serta penurunan kepercayaan diri. Selain dampak psikologis dan sosial, korban *Cyberbullying* juga sering mengalami penurunan prestasi akademik, absensi yang tinggi, dan berpotensi menunjukkan perilaku bermasalah di sekolah, baik dengan teman sekelas maupun dengan guru.<sup>6</sup>

Dalam konteks yang semakin kompleks dan digital ini, fenomena *Cyberbullying* telah menjadi ancaman serius bagi kesejahteraan mental remaja. Namun, dengan pendekatan konseling yang berbasis pada prinsip-prinsip Kristen, terbuka peluang untuk menyembuhkan luka batin yang diakibatkan oleh pengalaman traumatis ini, memungkinkan mereka untuk mendapat dukungan spiritual dan emosional yang kokoh dalam proses pemulihan mereka. Hal ini dapat dilakukan dengan melibatkan pembangunan kepercayaan antara korban *Cyberbullying* dan konselor. Dalam Konseling Kristen, disampaikan nasihat, peringatan, dan solusi berdasarkan Firman Tuhan atau ajaran Kristen. Hal ini memungkinkan individu untuk membuat keputusan dengan cara berpikir atau pandangan spiritual yang berbeda, sehingga membantu pertumbuhan rohani mereka.<sup>7</sup>

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menyelidiki dan mengembangkan pendekatan konseling Kristen yang bertujuan untuk menyembuhkan luka batin yang dialami oleh remaja sebagai korban *Cyberbullying*. Melalui pendekatan konseling ini, penelitian bertujuan untuk memberikan dukungan spiritual dan emosional kepada korban *Cyberbullying*, memfasilitasi proses pemulihan mereka, dan membantu mereka mengatasi dampak psikologis yang ditimbulkan oleh pengalaman traumatis tersebut.

## Metode

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kepustakaan. Pendekatan ini melibatkan pengumpulan data, informasi, dan referensi yang relevan dengan topik yang dibahas dari berbagai sumber seperti buku, jurnal, prosiding, ensiklopedia, dan sumber-sumber online kredibel lainnya. Sumber-sumber pustaka ini dipilih berdasarkan kredibilitas ilmiahnya dan kesesuaian serta relevansinya dengan topik penelitian atau topik yang akan dibahas.<sup>8</sup>

Langkah-langkah yang dilakukan dalam penulisan ini memilih dan mengumpulkan literature yang relevan seperti jurnal, buku, majalah, web, dsb. Selanjutnya penulis menangkap ide dan gagasan yang ada dalam literature tersebut agar penulis mengetahui bagian mana literature yang relevan dengan penelitiannya dan melakukan tahap penulisan ke dalam paragraf dengan melakukan *mixing* ide dan gagasan dari literature yang membahas mengenai Menyembuhkan Luka Batin Remaja : Pendekatan Konseling Kristen Terhadap Korban *Cyberbullying*.

## Hasil dan Pembahasan

### Remaja

Masa remaja merupakan periode yang penuh tantangan dalam interaksi sosial, di mana seringkali aturan-aturan yang dibuat oleh orang-orang dewasa dapat membuat mereka merasa terkekang. Hal ini seringkali membuat remaja merasa tidak nyaman dengan batasan yang diberlakukan, sehingga mereka lebih memilih untuk menghabiskan waktu dengan

---

<sup>6</sup> Indra Wahyudi Prakosa.

<sup>7</sup> Sempurna Sihombing et al., "Peranan Pendampingan Konseling Kristen dalam Meningkatkan Percaya Diri Siswa Kelas X SMK Nahason Sipoholon," *Pediaqu: Jurnal Pendidikan Sosial dan Humaniora* 2, no. 2 (2023).

<sup>8</sup> Sonny Eli Zaluchu, "Metode Penelitian di dalam Manuskrip Jurnal Ilmiah Keagamaan," *Jurnal Teologi Berita Hidup* 3, no. 2 (March 25, 2021): 249–66, <https://doi.org/10.38189/jtbh.v3i2.93>.

---

teman sebaya untuk merasa diterima dan diakui dalam lingkungan mereka. Dorongan ingin tahu yang tinggi juga mendorong remaja untuk meniru perilaku orang dewasa di sekitar mereka. Sebagai contoh, seorang laki-laki mungkin tertarik untuk mencoba merokok setelah melihat orang dewasa melakukannya, sementara seorang remaja perempuan mungkin mulai menggunakan kosmetik setelah melihat orang dewasa sebagai contoh.<sup>9</sup>

Pada masa pertumbuhan remaja, ketika sedang menjalani proses pencarian jati diri, remaja seringkali memiliki ambisi dan impian yang besar agar dapat mencapai tujuan mereka. Namun, hal ini juga sering kali membawa dampak negatif, yang dapat mengakibatkan perilaku memberontak dan destruktif. Masa remaja ini seringkali merupakan fase transisi menuju kehidupan dewasa, dimana remaja mungkin terlihat seperti orang dewasa secara fisik, tetapi ketika diuji dalam peran dewasa, mereka sering kali gagal menunjukkan kedewasaan yang diperlukan. Remaja masih memiliki keterbatasan pengalaman dibandingkan dengan orang dewasa, sehingga cenderung merasa takut, gelisah, dihadapkan pada berbagai tantangan dan masalah, serta sering kali kebingungan dan terpengaruh oleh ego mereka. Masalah yang muncul pada remaja sering kali disebabkan oleh konflik internal dan krisis identitas yang mereka alami.<sup>10</sup>

## **Cyberbullying**

### **Pengertian Cyberbullying**

*Cyberbullying* telah menjadi hal yang umum di kalangan generasi milenial, namun banyak yang mungkin belum memahami sepenuhnya konsepnya. *Cyberbullying* merujuk pada segala bentuk pelecehan yang terjadi di platform media sosial, di mana seseorang diserang dengan ejekan, penghinaan, intimidasi, bahkan penghinaan publik oleh pihak yang tidak bertanggung jawab.<sup>11</sup> Stimson Hutagalung dalam karyanya merujuk pada Weber dan William yang menyatakan bahwa *Cyberbullying* merupakan tindakan agresif yang terjadi dalam dunia maya, seperti *email*, telepon seluler, pesan teks, situs web, obrolan, jejaring sosial, gambar digital, dan permainan online, yang dilakukan dengan sengaja untuk menyakiti individu lain, mencerminkan perilaku sosial yang kasar. Meskipun mirip dengan *bullying*, yang membedakannya adalah bahwa *Cyberbullying* terjadi secara daring. *Cyberbullying* memanfaatkan teknologi komunikasi elektronik sebagai wadah untuk tindakan berulang yang bermusuhan yang dilakukan oleh individu atau kelompok dengan tujuan merugikan orang lain.<sup>12</sup>

UNICEF mendefinisikan *Cyberbullying* sebagai pola perilaku yang berulang, di mana tujuannya adalah untuk menimbulkan rasa takut, kemarahan, atau merendahkan korban. *Cyberbullying* melibatkan tindakan seperti menyebarkan informasi palsu atau gambar memalukan tentang seseorang, mengirim pesan atau ancaman yang merugikan, meniru atau mengakses akun dengan identitas palsu, mengisolasi atau mengecualikan individu, mengajak remaja untuk mempermalukan orang lain, menciptakan akun palsu, melakukan pencurian identitas daring, dan memaksa anak-anak untuk mengirimkan gambar atau terlibat dalam percakapan seksual yang tidak pantas.<sup>13</sup> Muhadjir Effendi mencatat data dari UNICEF 2020

---

<sup>9</sup> Bulanda Agata, Mariani Barus, and Yonatan Alex Arifianto, "Pendidikan Kristiani Membangun Nilai Spiritualitas Remaja Kristen," *SIKIP: Jurnal Pendidikan Agama Kristen* 3, no. 2 (August 30, 2022): 115–28, <https://doi.org/10.52220/sikip.v3i2.150>.

<sup>10</sup> Bulanda Agata, Mariani Barus, and Yonatan Alex Arifianto.

<sup>11</sup> Yusril, "Relasi Kuat Antara Generasi Milenial Dan Media" (Malang: Intrans Publishing Group, n.d.).

<sup>12</sup> Stimson Hutagalung, "Pendampingan Pastoral: Teori Dan Praktik" (Medan: Yayasan Kita Menulis, 2021).

<sup>13</sup> Unicef Indonesia, n.d., <https://www.unicef.org/indonesia/id/child-protection/apa-itu-cyberbullying>, diakses pada tanggal 20 Februari 2024.

---

yang menunjukkan bahwa 20 persen anak Indonesia menjadi korban perundungan di sekolah, rumah, dan lingkungan sekitarnya, dengan rentang usia 13-17 tahun.

### **Motif Pelaku *Cyberbullying***

*Bullying* dapat dipicu oleh faktor-faktor seperti lingkungan keluarga, lingkungan sekolah, dan pengaruh dari teman sebaya. *Cyberbullying* sering kali timbul dari emosi negatif seperti dendam, kemarahan, atau frustrasi, yang kemudian diekspresikan melalui perilaku intimidasi yang dapat merugikan korban secara serius. Kelompok remaja yang terlibat dalam *Cyberbullying* seringkali kurang terlibat dalam kegiatan positif dan kurang memiliki pengaruh teman sebaya yang baik. Faktor lingkungan juga bisa memainkan peran penting, dimana kurangnya interaksi sosial antara individu dengan lingkungannya dapat membentuk pola pergaulan yang dapat mempengaruhi kepribadian remaja, baik secara positif maupun negatif. Selain itu, karakteristik kepribadian yang cenderung untuk membedakan individu lain juga dapat mendorong seorang remaja untuk melakukan tindakan *bullying*. Terakhir, budaya juga dapat menjadi faktor yang mempengaruhi remaja untuk mengalami stres, depresi, dan perilaku arogan.<sup>14</sup>

Dalam penelitiannya, Astuti menemukan bahwa remaja memiliki dua jenis motivasi dalam melakukan *Cyberbullying*, yaitu motivasi internal dan eksternal. Motivasi internal terbagi menjadi lima, termasuk kebiasaan melakukan *bullying* di dunia nyata yang juga diterapkan di media sosial, perasaan kekuatan yang tidak seimbang secara mental dan sosial, serta dorongan untuk menguasai korban dengan merasa memiliki segalanya. Selain itu, para pelaku juga ingin menghancurkan mental korban sehingga mereka berkeinginan untuk berhenti dari sekolah atau bahkan pindah sekolah. Sementara itu, faktor eksternal melibatkan pelaku yang terdorong untuk melakukan tindakan *Cyberbullying* karena sifat dan karakteristik korban yang dianggap memicu untuk ditindas, serta karena terinspirasi oleh film yang ditonton yang mendorong mereka untuk melakukan tindakan tersebut.<sup>15</sup>

### **Luka Batin Sebagai Dampak *Cyberbullying***

Para korban *Cyberbullying* sering mengalami dampak yang pada umumnya termasuk rasa malu, stres, dan depresi yang disebabkan oleh penghinaan dan tekanan berkelanjutan, menyebabkan kesedihan dan tekanan psikologis. Dampaknya juga dapat mempengaruhi kesehatan mental, menyebabkan rasa paranoid, kehilangan kepercayaan diri, dan perilaku agresif. Ini mengindikasikan bahwa korban *Cyberbullying* mengalami gangguan pikiran, emosional dan mental. Mereka juga seringkali merasa tidak aman dan kurang percaya diri ketika dibandingkan dengan orang lain yang dianggap lebih baik, tanpa memandang status sosial mereka. Dampak *Cyberbullying* juga dapat mempengaruhi lingkungan sekitar korban, mengakibatkan perasaan tidak nyaman dalam berkomunikasi dan merusak rasa percaya diri.<sup>16</sup>

Remaja yang menjadi korban *Cyberbullying* seringkali mengalami beragam emosi negatif seperti kecemasan, rasa malu, ketakutan, kesedihan, kemarahan, dendam, kekesalan, ketidaknyamanan, dan ancaman, namun seringkali merasa tidak mampu mengatasi permasalahan tersebut secara mandiri. Jika pengalaman tersebut berlangsung dalam jangka waktu yang lama dan berulang, maka emosi yang muncul bisa menyebabkan rendahnya rasa percaya diri dan perasaan putus asa. Selain itu, korban juga mungkin menghadapi kesulitan

---

<sup>14</sup> Yunida Bawamenewi, Priscila Stefani, and Deasy Angelina Widiatmadja, "Guru Kristiani Mengatasi *Cyberbullying* Anak Remaja Usia 13-18 tahun," *DIDAKTIKOS: Jurnal Pendidikan Agama Kristen* 5, no. 1 (June 15, 2022): 39–46, <https://doi.org/10.32490/didaktik.v5i1.100>.

<sup>15</sup> Astuti Rana and Basti Tetteng, "Motivasi Remaja Melakukan *Cyberbullying* di Media Sosial" 2, no. 1 (2023).

<sup>16</sup> Nurul Sakinah Arif and Ahmad, "Dampak *Cyberbullying* Terhadap Kesehatan Mental Korban" (Yogyakarta: Universitas Muhammadiyah, 2020).



---

dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan sosialnya dan mungkin merasa perlu untuk menjauh dari interaksi sosial. Dampak psikologis yang paling parah meliputi munculnya gangguan mental seperti kecemasan yang berlebihan, pikiran untuk mengakhiri hidup, ketakutan yang tidak wajar, depresi, dan gejala PTSD (*Post-Traumatic Stress Disorder*).<sup>17</sup>

Dampak dari tindakan *Cyberbullying* yang diterima oleh para remaja seringkali langsung merusak kesehatan psikologis atau mental individu tersebut. Kondisi ini menyebabkan trauma yang dialami para remaja sulit untuk sembuh karena telah meninggalkan bekas dalam pikiran mereka. Penemuan ini selaras dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Utami pada tahun 2014, yang menunjukkan bahwa keempat subjek penelitiannya yang menjadi korban *Cyberbullying* mengalami luka batin yang tidak terdeteksi oleh orang lain.<sup>18</sup>

### **Perundungan dalam Iman Kristen**

Perundungan dianggap bertentangan dengan prinsip-prinsip agama dan dipandang sebagai tindakan dosa, seperti yang dijelaskan dalam ajaran Yesus, "Tetapi Aku katakan kepadamu: Setiap orang yang marah kepada saudaranya akan dihukum; siapa yang menyebut saudaranya 'bodoh' akan dihadapkan ke pengadilan, dan siapa yang menyebutnya 'gila' akan dilemparkan ke dalam api neraka" (Matius 5:22). Penggunaan kata-kata atau tindakan yang merendahkan orang lain tanpa tujuan yang baik, tetapi hanya untuk menunjukkan kekuasaan, memuaskan keinginan untuk dominasi, mengeksploitasi kesalahan orang lain, atau merencanakan balas dendam, dianggap sia-sia dan hanya akan menimbulkan luka hati.<sup>19</sup>

Yesus menegaskan kembali pentingnya bertanggung jawab atas kata-kata dan tindakan terhadap sesama manusia. Poin ini juga ditegaskan oleh Rasul Paulus dalam suratnya kepada jemaat di Roma, dimana ia menekankan bahwa menghakimi orang lain berarti juga menghakimi diri sendiri, karena tindakan tersebut mencerminkan perilaku yang sama (Roma 2:1). Kitab Amsal 14:21 juga menekankan bahwa menghina sesama merupakan perbuatan dosa, sementara menunjukkan belas kasihan kepada yang menderita adalah sumber kebahagiaan.<sup>20</sup>

### **Pendekatan Konseling Kristen Terhadap Korban *Cyberbullying***

#### **Konseling Kristen**

Konseling Kristen memiliki makna dan karakteristik yang unik. Proses konseling Kristen dapat dianggap sebagai suatu interaksi yang dinamis yang dipandu oleh Roh Kudus, dimana nasihat, arahan, pengingat, dorongan, dan ajaran disampaikan dengan berdasarkan perspektif Kristen atau Alkitab. Dalam proses ini, upaya dilakukan untuk memberikan pemikiran yang membantu konseli dalam membuat keputusan yang bijaksana, yang bertujuan untuk pemulihan, transformasi, dan pertumbuhan rohani. Dasar dari konseling Kristen adalah pada tindakan Allah yang dimulai dengan kasih-Nya dalam mencari manusia yang berdosa. Oleh karena itu, konseling Kristen perlu menekankan upaya untuk menjangkau dan membantu mereka yang berdosa, lemah, dan gagal (seperti yang disebutkan dalam Lukas 19:10). Konseling Kristen harus bersifat aktif dan dinamis, bukan hanya menunggu secara

---

<sup>17</sup> Endah Ruliyatin and Dwi Ridhowati, "Dampak *Cyberbullying* Pada Pribadi Siswa Dan Penanganannya Di Era Pandemi Covid-19," *Jurnal Bikotetik (Bimbingan dan Konseling: Teori dan Praktik)* 5, no. 1 (June 9, 2021): 1-5, <https://doi.org/10.26740/bikotetik.v5n1.p1-5>.

<sup>18</sup> Kireina Negolara Dokubani and Wiwin Hendriani, "Persepsi Remaja Terhadap *Cyberbullying*," *Jurnal Syntax Fusion* 3, no. 08 (August 20, 2023): 899-909, <https://doi.org/10.54543/fusion.v3i08.354>.

<sup>19</sup> Yonatan Alex Arifianto and Joseph Christ Santo, "Iman Kristen dan Perundungan di Era Disrupsi," *Angelion: Jurnal Teologi dan Pendidikan Kristen* 1, no. 2 (December 31, 2020): 149-63, <https://doi.org/10.38189/jan.v1i2.73>.

<sup>20</sup> Arifianto and Santo.

---

pasif dan pesimistis, melainkan melibatkan inisiatif untuk mencari mereka yang tersesat, yang didorong oleh kasih, sesuai dengan contoh yang ditunjukkan oleh Yesus. Motivasi ini berasal dari keinginan yang kuat untuk melayani daripada hanya menerima pelayanan (lihat Markus 10:45). Tujuan dari pencarian ini adalah untuk mendukung dan memperkuat (lihat Yehezkiel 34:16).<sup>21</sup>

Konseling pastoral adalah hubungan personal antara seorang hamba Tuhan (seperti pendeta, penginjil, dsb) yang bersifat saling memberi dan menerima. Sebagai konselor, mereka berinteraksi dengan klien (seseorang yang mencari bimbingan), di mana konselor berupaya membimbing klien menuju percakapan konseling yang optimal (lingkungan yang mendukung), sehingga klien dapat sepenuhnya memahami dan menyadari situasi mereka, masalah yang dihadapi, serta tanggung jawab mereka dalam hubungan dan kewajiban kepada Tuhan.<sup>22</sup> Dalam konteks menyelesaikan masalah, konseling Kristen tidak hanya bergantung pada kemampuan manusia untuk mengambil tanggung jawab, tetapi juga pada keberadaan Roh Kudus yang tinggal di dalam individu percaya, memungkinkannya mengatasi berbagai tantangan. Dengan bantuan dari Allah, orang-orang yang percaya tidak lagi terikat oleh kelemahan kehendak manusia, latar belakang masa lalu, atau tekanan sosial. Roh Kudus menjadi sumber kekuatan dan hikmat, baik bagi konselor maupun konseli, dalam memahami dan mengatasi masalah yang dihadapi.<sup>23</sup>

### **Pendekatan Konseling Kristen Terhadap Korban *Cyberbullying***

Konseling Kristen menerapkan pendekatan holistik yang menggabungkan prinsip-prinsip iman Kristen dengan prinsip-prinsip umum dalam konseling. Berikut adalah beberapa langkah umum dalam konseling Kristen:

- a) **Membangun Hubungan:** Prioritas utama adalah menciptakan hubungan yang kuat antara konselor dan klien. Ini melibatkan mendengarkan dengan empati, menunjukkan kepedulian, dan menciptakan lingkungan yang aman dan terbuka bagi klien untuk berbagi.
- b) **Evaluasi dan Pengumpulan Informasi:** Konselor Kristen akan menghabiskan waktu untuk mengumpulkan informasi tentang latar belakang, masalah yang dihadapi, dan sejarah hidup klien. Hal ini membantu dalam memahami konteks situasi klien.
- c) **Pendekatan Berbasis Alkitab:** Alkitab menjadi landasan utama dalam konseling Kristen. Konselor menggunakan prinsip-prinsip Alkitab untuk membimbing klien dalam mengatasi masalah dan mencari solusi yang sesuai dengan keyakinan Kristen.
- d) **Doa:** Doa memiliki peran penting dalam konseling Kristen. Konselor dan klien dapat berdoa bersama untuk memohon bimbingan, kekuatan, dan penghiburan dari Tuhan dalam proses konseling.
- e) **Penerapan Prinsip-prinsip Alkitab:** Konselor membantu klien menerapkan prinsip-prinsip Alkitab dalam kehidupan sehari-hari. Ini melibatkan pengajaran dan implementasi konsep seperti pengampunan, kasih, kerendahan hati, dan kebijaksanaan Alkitabiah.
- f) **Bimbingan Praktis:** Selain prinsip-prinsip Alkitab, konselor Kristen juga memberikan nasihat praktis yang relevan untuk membantu klien mengatasi masalah. Ini bisa meliputi strategi pemecahan masalah, keterampilan komunikasi, atau perubahan gaya hidup.

---

<sup>21</sup> Tony Tedjo, "A-Z Konseling Kristen" (Yogyakarta: PBMR ANDI, 2020), 19-20.

<sup>22</sup> Dewi S Siagian et al., "Peran Konseling Kristen dalam Pemulihan Korban Bullying Terhadap Anak SMA 1 Sipoholon Tahun 2023" 2 (2023).

<sup>23</sup> Tony Tedjo, "A-Z Konseling Kristen."

- 
- g) Akuntabilitas: Konseling Kristen juga mencakup elemen akuntabilitas, di mana konselor dan klien saling berbagi tentang kemajuan dan tanggung jawab mereka dalam mencapai tujuan yang telah ditetapkan.
  - h) Penutupan: Ketika sesi konseling mencapai titik di mana klien merasa mencapai tujuan atau siap untuk mengakhiri proses, konselor membantu dalam proses penutupan. Ini bisa meliputi refleksi tentang perjalanan konseling, peninjauan tujuan yang tercapai, dan merencanakan langkah-langkah lanjutan jika diperlukan.<sup>24</sup>

Jacob Engel dalam tulisan Siagian et al mengemukakan bahwa Pendampingan konseling diberikan kepada individu yang sedang mengalami masalah agar mereka bisa mendapatkan bantuan dalam mengatasi masalah mereka. Dalam konteks ini, Rumimassa dan Ricardo merujuk pada pernyataan Neil Holm yang menekankan pentingnya kehadiran dalam proses pendampingan pastoral. Bagi seorang pendamping, penting untuk menunjukkan kehadiran yang tulus dan sungguh-sungguh. Holm kemudian menggunakan empat langkah "merangkul" dari Miroslav Volf untuk menjelaskan bagaimana praktik "menghadirkan" diri seharusnya dilakukan dalam pendampingan pastoral.<sup>25</sup> **Pertama**, sebuah langkah penting dalam pendampingan adalah ketika seorang pendamping secara terbuka membuka diri bagi individu yang ia dampingi. Ini menandakan bahwa pendamping ingin terhubung secara emosional dengan individu yang ia dampingi. **Kedua**, pendamping memberikan kesempatan bagi individu yang ingin didampingi untuk merespons. Artinya, pendamping menciptakan ruang dan menunggu kesediaan individu tersebut. Jika individu tersebut merasa nyaman dan bersedia untuk menerima bantuan pendamping tanpa ada tekanan, dia akan melakukannya. **Ketiga**, pendamping dan individu yang didampingi saling menerima satu sama lain. Pada tahap ini, kedua belah pihak menunjukkan keterbukaan, terutama individu yang didampingi. Meskipun ini bisa menjadi titik rentan bagi pendamping karena mungkin terjadi perbedaan nilai-nilai, namun ini juga dianggap sebagai proses pembentukan bersama. **Keempat**, langkah terakhir adalah melepaskan rangkulan. Ini menandakan kesadaran bahwa baik pendamping maupun individu yang didampingi adalah dua individu yang berbeda.

Meskipun demikian, keduanya telah menciptakan hubungan yang memungkinkan untuk saling memahami. Sebagai pendamping yang baik, penting bagi pendamping untuk melepaskan rangkulannya terhadap individu yang didampingi, sehingga individu tersebut dapat terus berkembang dengan pemahaman diri yang baru dan dalam hubungan-hubungan yang lebih luas dan beragam.<sup>26</sup>

Dalam pendampingan remaja yang menjadi korban *Cyberbullying*, peran pendamping adalah membantu mereka dalam proses penyembuhan emosional. Meskipun pendampingan pastoral melalui konseling pastoral berbeda dengan sekadar mendengarkan keluhan, tujuannya adalah agar remaja yang mengalami krisis dapat pulih dan berkembang setelah melewati masa sulit. Melalui pendampingan remaja korban *Cyberbullying*, hubungan interpersonal mereka dapat diperbaiki, dan mereka dapat memperoleh kepercayaan diri untuk mengatasi ketakutan dan trauma, serta memperbaiki hubungan mereka dengan Tuhan. Di sinilah, pendamping mulai melepaskan keterlibatannya untuk memungkinkan remaja tersebut berkembang dalam kehidupan dan hubungan yang akan mereka bangun di masa depan. Meskipun begitu, pendamping tetap siap membantu ketika remaja tersebut membutuhkan bantuan lagi.<sup>27</sup>

---

<sup>24</sup> Siagian et al., "Peran Konseling Kristen dalam Pemulihan Korban Bullying Terhadap Anak SMA 1 Sipoholon Tahun 2023."

<sup>25</sup> Peter K. Smith et al., "Cyberbullying: its nature and impact in secondary school pupils," *Journal of Child Psychology and Psychiatry* 49, no. 4 (April 2008): 376-85, <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2007.01846.x>.

<sup>26</sup> Smith et al.

<sup>27</sup> Smith et al.



---

Pendekatan Pastoral Konseling dalam mendukung Korban *bullying* merupakan pendekatan yang komprehensif yang mengintegrasikan bantuan tidak hanya secara psikologis, namun juga spiritual guna membantu individu yang menjadi korban *bullying* dalam mengatasi dampak yang timbul secara fisik, emosional, dan spiritual akibat perlakuan tersebut. Program ini mencakup sesi refleksi dan konseling individual, di mana korban dapat berbagi perasaan serta pengalaman mereka dengan seorang konselor pastoral yang bertugas sebagai fasilitator penyembuhan. Melalui proses ini, korban diberikan kesempatan untuk menemukan makna baru dalam pengalaman mereka serta mengembangkan harapan baru untuk masa depan.<sup>28</sup>

Peran gereja atau lembaga pastoral menjadi krusial dalam pelaksanaan pendekatan ini, karena mereka tidak hanya menyediakan tempat perlindungan, dukungan spiritual, tetapi juga memiliki pemahaman yang mendalam terhadap kondisi korban. Selain itu, gereja juga memiliki tanggung jawab untuk meningkatkan kesadaran dan memberikan edukasi tentang pentingnya mendukung korban *bullying* serta mencegahnya. Pendekatan ini bertujuan untuk memperkuat fondasi spiritual korban dan membantu mereka untuk kembali terhubung dengan komunitas dengan adanya jaringan dukungan sosial yang kokoh<sup>29</sup>

## Kesimpulan

Pada masa remaja, individu mengalami berbagai perubahan fisik, hormonal, psikologis, dan sosial yang membentuk kematangan mental mereka, terutama dalam interaksi sosial dengan teman sebaya, yang juga menjadi landasan bagi pengembangan keterampilan berkomunikasi sosial. Namun, fenomena *bullying*, terutama *cyberbullying*, telah menjadi ancaman serius bagi kesejahteraan mental remaja, dengan dampak negatif seperti depresi, kecemasan, isolasi sosial, dan bahkan keinginan untuk mengakhiri hidup. Dalam konteks ini, pendekatan konseling Kristen menawarkan dukungan spiritual dan emosional bagi korban *Cyberbullying*, membantu mereka dalam proses pemulihan dan mengatasi dampak psikologis traumatis yang mereka alami. Pendekatan konseling Kristen terhadap korban *Cyberbullying* mencakup berbagai langkah, mulai dari membangun hubungan yang kuat antara konselor dan klien, evaluasi dan pengumpulan informasi, pendekatan berbasis Alkitab, doa, penerapan prinsip-prinsip Alkitab dalam kehidupan sehari-hari, bimbingan praktis, hingga akuntabilitas. Melalui pendampingan pastoral, konselor membantu remaja korban untuk menyembuhkan luka batin mereka, memperbaiki hubungan interpersonal, dan memulihkan hubungan mereka dengan Tuhan. Dengan demikian, pendekatan konseling Kristen menawarkan cara holistik untuk membantu remaja korban *Cyberbullying* mengatasi dampak psikologis traumatis yang mereka alami, sambil memperkuat iman dan hubungan spiritual mereka.

## Referensi

- Agata, Bulanda, Mariani Barus, and Yonatan Alex Arifianto. "Pendidikan Kristiani Membangun Nilai Spiritualitas Remaja Kristen." *SIKIP: Jurnal Pendidikan Agama Kristen* 3, no. 2 (August 30, 2022): 115–28. <https://doi.org/10.52220/sikip.v3i2.150>.
- . "Pendidikan Kristiani Membangun Nilai Spiritualitas Remaja Kristen." *SIKIP: Jurnal Pendidikan Agama Kristen* 3, no. 2 (August 30, 2022): 115–28. <https://doi.org/10.52220/sikip.v3i2.150>.
- Arif Sakinah Nurul and Ahmad. "Dampak Cyberbullying Terhadap Kesehatan Mental Korban." Yogyakarta: Universitas Muhammadiyah, 2020.

---

<sup>28</sup> Desi Rendealla, "Strategi dan Tantangan Pada Pendekatan Pastoral Konseling Untuk Membantu Remaja yang Menjadi Korban *Bullying* Fisik," *Relinesia: Jurnal Kajian Agama dan Multikulturalisme Indonesia* 3, no. 1 (2024): 86–96.

<sup>29</sup> Rendealla.

- 
- Arifianto, Yonatan Alex, and Joseph Christ Santo. "Iman Kristen dan Perundungan di Era Disrupsi." *Angelion: Jurnal Teologi dan Pendidikan Kristen* 1, no. 2 (December 31, 2020): 149–63. <https://doi.org/10.38189/jan.v1i2.73>.
- Bawamenewi, Yunida, Priscila Stefani, and Deasy Angelina Widiatmadja. "Guru Kristiani Mengatasi Cyberbullying Anak Remaja Usia 13-18 tahun." *DIDAKTIKOS: Jurnal Pendidikan Agama Kristen* 5, no. 1 (June 15, 2022): 39–46. <https://doi.org/10.32490/didaktik.v5i1.100>.
- Hutagalung Stimson. "Pendampingan Pastoral: Teori Dan Praktik." Medan: Yayasan Kita Menulis, 2021.
- Indra Wahyudi Prakosa. "Perlindungan Hukum Bagi Anak Korban Tindak Pidana Cyberbullying." *Nusantara: Jurnal Pendidikan, Seni, Sains Dan Sosial Humanioral* 1, no. 01 (July 2023): 1–25.
- Negolaro Dokubani, Kireina, and Wiwin Hendriani. "Persepsi Remaja Terhadap Cyberbullying." *Jurnal Syntax Fusion* 3, no. 08 (August 20, 2023): 899–909. <https://doi.org/10.54543/fusion.v3i08.354>.
- Rana, Astuti, and Basti Tetteng. "Motivasi Remaja Melakukan Cyberbullying di Media Sosial" 2, no. 1 (2023).
- Rendealla, Desi. "Strategi Dan Tantangan Pada Pendekatan Pastoral Konseling Untuk Membantu Remaja Yang Menjadi Korban Bullying Fisik." *Relinesia: Jurnal Kajian Agama dan Multikulturalisme Indonesia* 3, no. 1 (2024): 86–96.
- Riswanto, Dody, and Rahmiwati Marsinun. "Perilaku Cyberbullying Remaja di Media Sosial." *Analitika* 12, no. 2 (December 30, 2020): 98–111. <https://doi.org/10.31289/analitika.v12i2.3704>.
- Ruliyatin, Endah, and Dwi Ridhowati. "Dampak Cyber Bullying Pada Pribadi Siswa Dan Penanganannya Di Era Pandemi Covid-19." *Jurnal Bikotetik (Bimbingan dan Konseling: Teori dan Praktik)* 5, no. 1 (June 9, 2021): 1–5. <https://doi.org/10.26740/bikotetik.v5n1.p1-5>.
- Rumra, Nurlaila Sari, and Bety Agustina Rahayu. "Perilaku Cyberbullying Remaja" 3, no. 1 (2021).
- Siagian, Dewi S, Iwa Samudera T Sidabutar, Melvina V Lumbantoruan, and Gunawan Pasaribu. "Peran Konseling Kristen Dalam Pemulihan Korban Bullying Terhadap Anak SMA 1 Sipoholon Tahun 2023" 2 (2023).
- Sihombing, Sempurna, Rut Ketlin Nababan, Britti Rosalina Togatorop, Gunawan Pasaribu, and IAKN Tarutung. "Peranan Pendampingan Konseling Kristen Dalam Meningkatkan Percaya Diri Siswa Kelas X SMK Nahason Sipoholon." *Pediaqu: Jurnal Pendidikan Sosial dan Humaniora* 2, no. 2 (2023).
- Smith, Peter K., Jess Mahdavi, Manuel Carvalho, Sonja Fisher, Shanette Russell, and Neil Tippett. "Cyberbullying: its nature and impact in secondary school pupils." *Journal of Child Psychology and Psychiatry* 49, no. 4 (April 2008): 376–85. <https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2007.01846.x>.
- Tony Tedjo. "A-Z Konseling Kristen." Yogyakarta: PBMR ANDI, 2020.
- Unicef Indonesia, n.d. <https://www.unicef.org/indonesia/id/child-protection/apa-itu-cyberbullying>.
- Yusril. "Relasi Kuat Antara Generasi Milenial Dan Media." Malang: Intrans Publishing Group, n.d.
- Zaluchu, Sonny Eli. "Metode Penelitian di dalam Manuskrip Jurnal Ilmiah Keagamaan." *Jurnal Teologi Berita Hidup* 3, no. 2 (March 25, 2021): 249–66. <https://doi.org/10.38189/jtbh.v3i2.93>.
-