

KERANGKA KONSEPTUAL KONSELING PASTORAL DALAM PENGUATAN IDENTITAS DIRI ANAK YANG MENGALAMI RENDAH DIRI DI LINGKUNGAN PENDIDIKAN

Bahagia Tarigan Tarigan
Sekolah Tinggi Teologi Abdi Sabda

*Koresponden: dila@markaz.or.id

Abstract : *Low self-esteem among children and adolescents in educational settings can disrupt identity formation, weaken self-worth, and reduce engagement in learning. Existing school interventions predominantly emphasize psychological-cognitive and social-emotional strategies, whereas the relational-spiritual mechanisms of pastoral counseling remain conceptually fragmented. This article develops a testable framework explaining how five pastoral functions—healing, sustaining, guiding, reconciling, and nurturing—may strengthen the self-identity of children with low self-esteem. An integrative conceptual review was conducted through thematic synthesis and theory mapping of 42 verified sources, comprising 34 recent publications (2021–2025) and eight foundational works. The analysis mapped risk factors, pastoral functions, relational-spiritual mediators, boundary conditions, and identity-related outcomes. Six propositions were formulated: the five pastoral functions are expected to operate through relational safety, love and acceptance, forgiveness, hope, meaning-making, and self-efficacy, while a supportive ecosystem and an inclusive religious context moderate the strength and durability of their effects. The framework predicts improvements in positive self-concept, identity clarity, self-acceptance, courage, well-being, and school engagement. Its novelty lies in translating classical pastoral functions into an inclusive school-based model with explicit mediators, moderators, outcomes, and empirically testable propositions.*

Keyword : *Pastoral Counseling; Self-Identity; Self-Esteem; Children; Holistic Education*

Abstrak : Rasa rendah diri pada anak dan remaja di lingkungan pendidikan dapat menghambat pembentukan identitas, melemahkan harga diri, dan menurunkan keterlibatan belajar. Intervensi sekolah selama ini lebih banyak menekankan strategi psikologis-kognitif dan sosial-emosional, sedangkan mekanisme relasional-spiritual konseling pastoral masih tersebar dan belum dirumuskan sebagai model yang dapat diuji. Artikel ini membangun kerangka konseptual mengenai bagaimana lima fungsi pastoral—penyembuhan, penopangan, pembimbingan, pendamaian, dan pemeliharaan—dapat menguatkan identitas diri anak yang mengalami rendah diri. Kajian konseptual integratif dilakukan melalui sintesis tematik dan pemetaan teori terhadap 42 sumber terverifikasi, yang terdiri atas 34 publikasi mutakhir (2021–2025) dan delapan karya fundamental. Analisis memetakan faktor risiko, fungsi pastoral, mediator relasional-spiritual, kondisi batas, dan luaran penguatan identitas. Enam proposisi dirumuskan: kelima fungsi pastoral diperkirakan bekerja melalui rasa aman relasional, kasih dan penerimaan, pengampunan, harapan, pemaknaan, dan efikasi diri; sementara ekosistem pendukung serta konteks religiositas yang inklusif memoderasi kekuatan dan keberlanjutan dampaknya. Model memprediksi penguatan konsep diri positif, kejelasan identitas, penerimaan diri, keberanian, kesejahteraan, dan keterlibatan di sekolah. Kebaruan artikel terletak pada penerjemahan fungsi pastoral klasik menjadi model berbasis sekolah yang inklusif dengan mediator, moderator, luaran, dan proposisi yang dinyatakan secara eksplisit untuk pengujian empiris.

Kata Kunci : Konseling Pastoral; Identitas Diri; Harga Diri; Anak; Pendidikan Holistik

How To Cite : (2026). *Kerangka Konseptual Konseling Pastoral Dalam Penguatan Identitas Diri Anak Yang Mengalami Rendah Diri Di Lingkungan Pendidikan*. *Biblio Couns: Jurnal Kajian Konseling dan Pendidikan*, 9 (2), 83-95.



This is an open access article distributed under the Creative Commons 4.0 Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited. © 2025 by author

PENDAHULUAN

Masa kanak-kanak akhir hingga remaja awal adalah periode ketika seorang anak mulai menyusun jawaban atas pertanyaan paling mendasar dalam hidupnya: siapa saya, dan apakah saya cukup berharga. Pertanyaan itu jarang diucapkan dengan lantang, tetapi jejaknya terlihat pada cara anak menatap dirinya di hadapan teman, guru, dan keluarganya. Sintesis terhadap riset satu dekade menunjukkan bahwa pembentukan identitas pada fase ini berlangsung melalui proses bertahap yang sekaligus stabil dan rentan terhadap guncangan relasional (Branje et al., 2021). Ketika anak gagal memperoleh pengalaman yang meneguhkan, benih rasa rendah diri tumbuh dan, jika dibiarkan, dapat mengeras menjadi pandangan negatif yang menetap tentang diri sendiri.

Rasa rendah diri tidak berdiri sendiri. Studi pencitraan otak longitudinal memperlihatkan adanya penurunan positivitas konsep diri pada pertengahan masa remaja, terutama pada domain akademik, sementara evaluasi diri yang positif justru memprediksi peningkatan kejelasan konsep diri dan berkurangnya ketakutan akan penilaian negatif di tahun-tahun berikutnya (van der Crujsen et al., 2023). Temuan ini menegaskan bahwa periode rentan tersebut bersifat formatif: arah perkembangan masih dapat dibelokkan. Meta-analisis berskala besar yang melibatkan ratusan ribu remaja memperkuat hal itu dengan menunjukkan bahwa harga diri dan konsep diri yang rendah memiliki keterkaitan paling kuat dengan gejala depresi, bahkan dalam hubungan sebab-akibat dua arah (Yeo et al., 2023). Dengan kata lain, rendah diri yang tidak tertangani bukan hanya membuat anak tidak bahagia; ia membuka jalan bagi gangguan kesehatan mental yang lebih serius, sebagaimana ditunjukkan oleh meningkatnya angka depresi pada kaum muda secara global (Thapar et al., 2022).

Lingkungan pendidikan, yang seharusnya menjadi tempat tumbuh, sering kali justru menjadi panggung tempat rasa rendah diri dipentaskan. Tekanan akademik dan kegagalan relasi dapat menekan harga diri, dan hubungan timbal balik antara prestasi, konsep diri akademik, serta kecemasan terdokumentasi dengan baik dalam studi panel lintas-waktu (Zhang et al., 2022). Konsep diri akademik terbentuk melalui kerangka rujukan internal dan eksternal yang membuat anak terus-menerus membandingkan dirinya dengan teman sekelas dan dengan capaiannya sendiri di mata pelajaran lain (Arens & Niepel, 2023). Harga diri yang rapuh kemudian berdampak langsung pada keterlibatan belajar dan, pada akhirnya, pada performa akademik (Acosta-Gonzaga, 2023). Anak yang merasa dirinya tidak berharga cenderung menarik diri lebih dulu sebelum sempat gagal, sebuah strategi perlindungan diri yang ironisnya memperdalam keterpurukannya.

Penarikan diri itu memiliki banyak wajah. Rasa malu, ketidaksukaan bergaul, dan penghindaran sosial merupakan subtipe penarikan diri yang berbeda dan berhubungan secara khas dengan kesulitan sosioemosional pada anak dan remaja awal (Ding et al., 2023). Motivasi penarikan diri bahkan menular dalam relasi persahabatan: rasa malu dan keengganan bergaul seorang sahabat dapat ikut membentuk penyesuaian sosioemosional anak (Li et al., 2024). Padahal, intervensi untuk kecemasan sosial dan rasa malu pada anak usia sekolah terbukti efektif menurunkan dampak negatifnya, khususnya bila dilakukan dalam latar sekolah dan melibatkan teman sebaya (Cordier et al., 2021). Ini menyiratkan bahwa sekolah adalah medan intervensi yang strategis—asalkan pendekatannya menyentuh akar relasional, bukan sekadar gejala perilaku.

Akar relasional itu juga tampak pada pengalaman menyakitkan seperti perundungan. Harga diri yang otentik terbukti menyangga dampak negatif viktimisasi teman sebaya terhadap kecemasan sosial dan konsentrasi di kelas (Boulton & Macaulay, 2022). Kemampuan menilai ulang situasi secara kognitif memoderasi hubungan longitudinal antara viktimisasi dan erosi harga diri, sehingga sebagian anak mampu bertahan sementara yang lain runtuh (Spyropoulou & Giovazolias, 2024). Pertanyaannya menjadi jelas: bagaimana

menumbuhkan harga diri yang otentik dan kapasitas memaknai ulang itu pada anak yang sudah telanjur merasa kecil?

Sebagian jawaban terletak pada kualitas relasi di sekolah dan keluarga. Iklim sekolah yang otoritatif—sangat suportif sekaligus terstruktur—berhubungan dengan kesehatan sosioemosional remaja yang lebih baik (Wong et al., 2021), dan rasa keterhubungan dengan sekolah terbukti menurunkan gejala depresi serta kecemasan (Drysdale et al., 2025). Relasi guru-murid yang berkualitas berfungsi sebagai barometer efektivitas pembelajaran sekaligus kesejahteraan (Jowett et al., 2023), dan refleksi yang berfokus pada relasi mampu meningkatkan kedekatan guru dengan anak yang sulit dijangkau (Bosman et al., 2021). Di ranah keluarga, kehangatan orang tua menumbuhkan regulasi emosi yang sehat dan melindungi kesehatan mental anak (Boullion et al., 2023), sementara keintiman keluarga memprediksi kejelasan konsep diri dan konflik keluarga menggerusnya (Xiang et al., 2025). Gaya pengasuhan yang penuh kehangatan turut memperkuat harga diri anak (Huang & Wan, 2025). Tinjauan sistematis lintas konteks menegaskan bahwa dukungan keluarga, dukungan sekolah, relasi teman sebaya, dan resiliensi individu merupakan faktor protektif yang menurunkan depresi serta meningkatkan harga diri dan kesejahteraan (Ancín-Nicolás et al., 2024; Mattelin et al., 2022).

Di sinilah dimensi yang selama ini kurang digarap menjadi penting: spiritualitas. Tinjauan sistematis dan meta-analisis menunjukkan bahwa kesejahteraan spiritual bersifat protektif terhadap depresi pada kaum muda, sementara koping religius yang negatif justru berisiko (Aggarwal et al., 2023). Kesejahteraan spiritual berhubungan erat dengan kesehatan psikologis (Leung & Pong, 2021), pengampunan memediasi hubungan antara substrat neurobiologis dan gejala klinis pada remaja (Schuttenberg et al., 2022), serta harapan dan optimisme memprediksi kesejahteraan yang lebih baik di masa krisis (Long et al., 2024). Berbagai intervensi berbasis sekolah—mulai dari afirmasi nilai dan rasa syukur (Venturo-Conerly et al., 2021; Tolcher et al., 2022), kesadaran penuh (Bazzano et al., 2022), pembelajaran sosial-emosional (Shi & Cheung, 2024), hingga pengalaman bermakna yang menumbuhkan rasa memiliki dan identitas (Murphy et al., 2022; Samuels et al., 2021)—menunjukkan bahwa penguatan diri dapat ditumbuhkan secara terstruktur. Bahkan konseling humanistik yang ditambahkan pada layanan pastoral di sekolah terbukti menurunkan distres psikologis remaja dalam uji acak terkendali (Cooper et al., 2021), sebuah isyarat empiris bahwa pendampingan bernuansa pastoral memiliki tempat yang sah di sekolah.

Konseling pastoral, dalam tradisi Kristen, menawarkan kerangka yang justru menempatkan relasi, kasih, dan makna sebagai pusat. Secara historis, pelayanan pastoral dirumuskan melalui fungsi-fungsi menyembuhkan, menopang, membimbing, dan mendamaikan (Clebsch & Jaekle, 1994), yang kemudian diperluas dengan fungsi memelihara atau memulihkan untuk menekankan pertumbuhan pribadi yang utuh (Clinebell & McKeever, 2011). Pendekatan ini bersifat lintas budaya dan kontekstual, menghormati keunikan setiap pribadi tanpa mereduksinya menjadi sekadar kasus (Lartey, 2003). Ketika dipadukan dengan teori perkembangan identitas (Erikson, 1968), teori harga diri (Rosenberg, 1965), konstruksi diri (Harter, 2012), efikasi diri (Bandura, 1997), dan kerangka ekologis perkembangan manusia (Bronfenbrenner, 1979), konseling pastoral menjanjikan jalan penguatan identitas yang holistik—menyatukan dimensi psikologis, sosial, dan spiritual.

Dalam konteks pendidikan Indonesia, konseling pastoral tidak diposisikan untuk menggantikan bimbingan dan konseling (BK) konvensional. Layanan BK berfokus pada perkembangan, penyesuaian, keterampilan sosial-emosional, dan pemecahan masalah, sedangkan konseling pastoral menambahkan lapisan makna, spiritualitas, pengampunan, dan harapan ketika dimensi tersebut relevan bagi anak. Di sekolah berbasis agama, bahasa teologis dapat digunakan secara eksplisit sesuai identitas lembaga dan persetujuan anak serta keluarga. Di sekolah umum atau plural, nilai pastoral perlu diterjemahkan secara inklusif—kasih sebagai penerimaan tanpa syarat, pengampunan sebagai pemulihan relasi,

dan harapan sebagai orientasi masa depan—tanpa pemaksaan keyakinan. Posisi komplementer ini menuntut kompetensi lintas budaya, koordinasi dengan konselor profesional, dan penghormatan terhadap kebebasan beragama (Lartey, 2003; Cooper et al., 2021; Rohman et al., 2025).

Kajian terdahulu telah menjelaskan dinamika identitas dan harga diri, faktor protektif keluarga serta sekolah, manfaat kesejahteraan spiritual, dan efektivitas sejumlah intervensi berbasis sekolah. Namun, tiga celah tetap terbuka. Pertama, temuan-temuan tersebut masih terpisah menurut disiplin dan belum dipadukan ke dalam arsitektur konseling yang utuh. Kedua, belum dijelaskan secara eksplisit mekanisme yang menghubungkan lima fungsi pastoral dengan perubahan konsep diri dan kejelasan identitas anak. Ketiga, kondisi batas berupa dukungan ekosistem dan inklusivitas religius belum ditempatkan sebagai moderator model. Artikel ini mengisi celah tersebut dengan mengintegrasikan lima fungsi pastoral sebagai konstruk utama, nilai serta relasi spiritual sebagai mediator, ekosistem pendukung sebagai moderator, dan penguatan identitas sebagai luaran. Posisi konseptual artikel terhadap kajian terdahulu dirangkum pada Tabel 1.

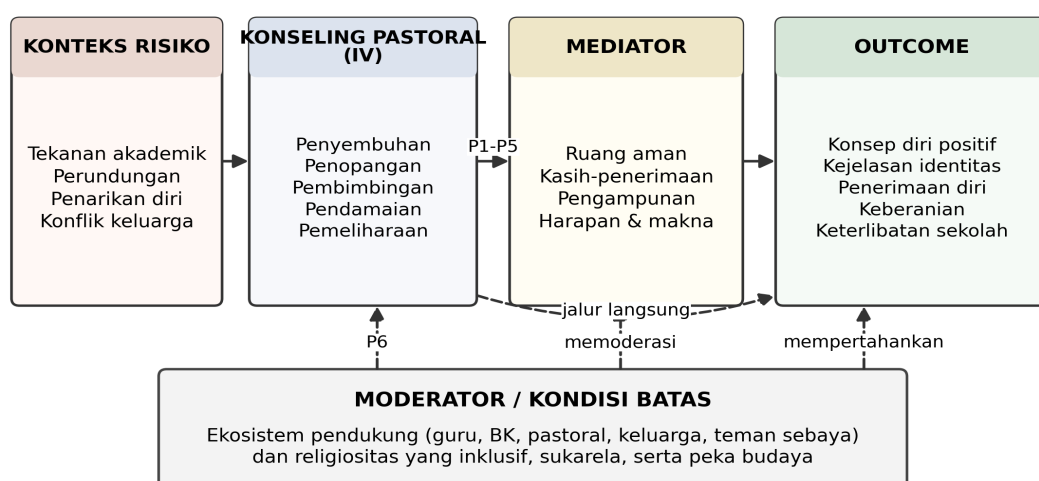
Tabel 1. Posisi konseptual artikel terhadap kajian terdahulu

Klaster kajian	Yang telah dijelaskan	Celah yang tersisa	Posisi artikel ini
Identitas, konsep diri, dan harga diri	Dinamika identitas serta kaitannya dengan kesehatan mental dan prestasi (Branje et al., 2021; Yeo et al., 2023).	Belum menjelaskan fungsi pastoral dan mekanisme spiritual-relasional.	Menautkan kebutuhan perkembangan identitas dengan lima fungsi pastoral.
Ekosistem sekolah, keluarga, dan teman sebaya	Relasi suportif dan keterhubungan sekolah melindungi kesejahteraan (Wong et al., 2021; Xiang et al., 2025).	Faktor ekologis belum ditempatkan sebagai penguat/pembatas dampak pastoral.	Menempatkan ekosistem sebagai moderator keberlanjutan efek.
Spiritualitas dan kesejahteraan	Harapan, pengampunan, dan kesejahteraan spiritual berkaitan dengan kesehatan psikologis (Aggarwal et al., 2023; Schuttenberg et al., 2022).	Nilai spiritual belum diterjemahkan menjadi mekanisme konseling sekolah.	Menetapkan kasih, penerimaan, pengampunan, harapan, dan makna sebagai mediator.
Intervensi sekolah dan layanan pastoral	Intervensi sosial-emosional, mindfulness, dan konseling menurunkan distress (Cooper et al., 2021; Shi & Cheung, 2024).	Belum ada model terpadu lima fungsi pastoral–identitas diri.	Merumuskan model inklusif dan enam proposisi yang dapat diuji.

Sumber: disusun penulis dari sintesis literatur, 2026.

Berdasarkan posisi tersebut, artikel ini bertujuan mensintesis bukti lintas disiplin, menjelaskan mekanisme psikologis dan spiritual dari fungsi pastoral, serta merumuskan proposisi yang dapat diuji. Struktur hubungan antarkonstruk ditampilkan pada Gambar 1.

Faktor risiko → fungsi pastoral → mekanisme relasional-spiritual → penguatan identitas



Sumber: hasil sintesis penulis, 2026.

Gambar 1. Model konseptual penguatan identitas diri anak melalui konseling pastoral.

METODE

Artikel ini menggunakan kajian konseptual integratif (integrative conceptual review) untuk membangun kerangka teoretis, bukan melaporkan studi kasus atau pengumpulan data lapangan. Pendekatan ini dipilih karena memungkinkan sintesis lintas disiplin—psikologi perkembangan, pendidikan, kesehatan mental, spiritualitas, dan teologi pastoral—serta perumusan proposisi yang dapat diuji melalui penelitian berikutnya.

Penelusuran sumber dilakukan secara terarah dan iteratif melalui Scopus, Web of Science Core Collection, PubMed, dan Google Scholar, dilengkapi penelusuran mundur dan maju dari artikel kunci. Kombinasi kata kunci berbahasa Inggris dan Indonesia mencakup pastoral counseling/pastoral care, self-esteem, self-concept, identity development, inferiority/low self-esteem, child/adolescent/student, school, social withdrawal, bullying, spiritual well-being, forgiveness, hope, serta padanan Indonesianya. Publikasi 2021–2025 diprioritaskan untuk menangkap bukti mutakhir, sedangkan karya fundamental tetap diikuti untuk menopang definisi konstruk dan sejarah fungsi pastoral.

Kriteria inklusi meliputi: relevansi langsung dengan identitas atau harga diri anak dan remaja; keterkaitan dengan faktor relasional, lingkungan pendidikan, spiritualitas, atau konseling pastoral; artikel peer-reviewed atau karya teoretis fundamental; serta identitas bibliografis yang dapat diverifikasi. Sumber dikeluarkan apabila hanya membahas populasi dewasa tanpa relevansi transfer ke pendidikan, tidak berkontribusi pada mekanisme model, bersifat nonilmiah, terduplikasi, atau tidak dapat diverifikasi. Korpus akhir berjumlah 42 sumber, terdiri atas 34 publikasi 2021–2025 dan delapan karya fundamental 1965–2012. Karena tujuan kajian adalah pengembangan teori, pemilihan sumber menekankan kecukupan konseptual, bukan klaim kelengkapan seperti pada tinjauan sistematis untuk estimasi efek.

Sintesis dilakukan dalam empat tahap. Pertama, setiap sumber diekstraksi ke dalam matriks yang memuat konteks, populasi, desain, konstruk, temuan utama, dan relevansinya bagi model. Kedua, pengodean tematik mengelompokkan faktor risiko, faktor protektif, kebutuhan psikologis, dan nilai spiritual-relasional. Ketiga, temuan dipetakan secara abduktif ke dalam lima fungsi pastoral, lalu dibedakan sebagai konstruk utama, mediator, moderator, dan luaran. Keempat, hubungan antarkonstruk dirumuskan menjadi enam proposisi dan diperiksa terhadap penjelasan alternatif dari pendekatan kognitif, sosial-emosional, dan ekologis. Tidak ada wawancara, observasi, atau partisipan manusia dalam artikel ini. Alur penelusuran dan sintesis diringkas pada Gambar 2.

Alur penelusuran dan sintesis literatur



Adaptasi prinsip transparansi PRISMA untuk kajian konseptual; tujuan utama adalah pengembangan teori, bukan meta-analisis.

Sumber: proses kajian konseptual integratif penulis, 2026.

Gambar 2. Alur penelusuran, seleksi, dan sintesis sumber.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Memahami Anatomi Rasa Rendah Diri pada Anak

Sintesis literatur memperlihatkan bahwa rasa rendah diri bukanlah satu entitas tunggal, melainkan titik temu dari beberapa jalur yang saling menguatkan. Pada jalur akademik, perbandingan sosial dan capaian yang dirasa kurang menekan konsep diri akademik, dan tekanan ini berbalik memperburuk kecemasan dalam siklus yang sulit diputus (Zhang et al., 2022; Arens & Niepel, 2023). Pada jalur relasional, viktimisasi teman sebaya mengikis harga diri, terutama pada anak yang belum memiliki kapasitas menilai ulang situasinya secara sehat (Spyropoulou & Giovazolias, 2024). Pada jalur temperamen, rasa malu dan kecenderungan menarik diri membuat anak kehilangan kesempatan memperoleh pengalaman koreksi yang positif, sehingga keyakinan negatif tentang diri tidak pernah teruji ulang (Ding et al., 2023; Li et al., 2024). Pada jalur keluarga, konflik dan minimnya kehangatan menggerus kejelasan konsep diri dan kemampuan meregulasi emosi (Xiang et al., 2025; Boullion et al., 2023).

Pemahaman berlapis ini penting karena menentukan arah intervensi. Jika rendah diri hanya dipandang sebagai defisit kognitif, intervensi akan berhenti pada pelatihan berpikir positif. Namun bila ia dipahami sebagai luka relasional dan maknawi, maka pemulihannya menuntut relasi yang menyembuhkan dan makna yang meneguhkan—wilayah yang justru menjadi keunggulan konseling pastoral. Kerangka harga diri klasik telah lama menegaskan bahwa citra diri anak terbentuk dalam matriks relasi sosialnya (Rosenberg, 1965), dan konstruksi diri berlangsung melalui interaksi perkembangan dan sosiokultural yang terus-menerus (Harter, 2012). Maka, memperbaiki rasa rendah diri pada hakikatnya adalah memperbaiki kualitas relasi tempat anak mengalami dirinya.

Konseling Pastoral sebagai Ruang Relasi yang Menyembuhkan

Konseling pastoral menawarkan sesuatu yang tidak selalu tersedia dalam pendekatan teknis: kehadiran yang menerima tanpa syarat. Dalam tradisinya, pelayanan ini berdiri di atas fungsi menyembuhkan, menopang, membimbing, dan mendamaikan (Clebsch & Jaekle, 1994), yang diperluas dengan fungsi memelihara untuk menekankan pertumbuhan menuju keutuhan (Clinebell & McKeever, 2011). Bukti empiris memberi dukungan tidak langsung namun bermakna: penambahan konseling pada layanan pastoral di sekolah menurunkan distres psikologis remaja (Cooper et al., 2021), dan pendekatan yang menghormati keunikan kultural setiap pribadi memperkuat efektivitas pendampingan (Lartey, 2003).

Yang membedakan konseling pastoral adalah mekanisme spiritual yang menjadi nadinya. Kasih yang diterima tanpa syarat menjawab langsung keyakinan inti anak rendah diri bahwa ia tidak layak dicintai. Penerimaan menumbuhkan rasa aman yang memungkinkan anak berhenti bersembunyi. Pengampunan—baik menerima maupun memberi—membebaskan anak dari beban masa lalu, dan bukti neurobiologis menunjukkan bahwa pengampunan memediasi hubungan antara struktur otak pengatur kognisi dengan berkurangnya gejala depresi dan kecemasan pada remaja (Schuttenberg et al., 2022). Harapan memberi anak alasan untuk memandang masa depan dengan optimisme, dan optimisme terbukti memprediksi kesejahteraan yang lebih kokoh (Long et al., 2024). Kesejahteraan spiritual secara umum bersifat protektif terhadap gangguan suasana hati pada kaum muda (Aggarwal et al., 2023; Leung & Pong, 2021). Dengan demikian, nilai-nilai spiritual bukan ornamen religius, melainkan mekanisme psikologis aktif yang bekerja pada akar rasa rendah diri.

Kelima fungsi pastoral dipilih karena membentuk arsitektur pemulihan yang berurutan namun fleksibel. Penyembuhan menanggapi luka dan rasa tidak aman; penopangan menstabilkan anak ketika tekanan belum dapat diubah; pembimbingan membantu menyusun makna dan pilihan; pendamaian memulihkan relasi secara sukarela setelah keamanan serta tanggung jawab dipastikan; dan pemeliharaan mengonsolidasikan pertumbuhan melalui pengalaman kompetensi dan rasa memiliki. Model ini tidak mengasumsikan bahwa konseling pastoral selalu lebih efektif daripada BK kognitif atau pembelajaran sosial-emosional.

Keunggulan distinktifnya terletak pada integrasi rasa aman relasional, pemaknaan spiritual, dan orientasi harapan ketika kebutuhan serta keyakinan anak memang menghendakinya. Secara psikologis, mekanismenya mencakup regulasi emosi melalui relasi aman, penilaian ulang melalui pemaknaan, pengurangan rasa malu melalui penerimaan, perbaikan relasi melalui pengampunan, dan peningkatan efikasi diri melalui pengalaman keberhasilan.

Menautkan Fungsi Pastoral dengan Kebutuhan Psikologis Anak

Inti kontribusi artikel ini adalah menautkan setiap fungsi pastoral dengan kebutuhan psikologis anak, mekanisme relasional-spiritual, dan contoh operasional di sekolah, sebagaimana dirangkum pada Tabel 2. Penautan ini menunjukkan bahwa konseling pastoral merupakan repertoar respons yang dipilih berdasarkan kebutuhan, bukan paket intervensi yang diterapkan secara seragam.

Tabel 2. Penautan fungsi konseling pastoral, kebutuhan psikologis, dan operasionalisasi di sekolah

Fungsi pastoral	Kebutuhan psikologis anak	Mekanisme spiritual-relasional	Dukungan literatur	Contoh operasional di sekolah
Penyembuhan	Pemulihan dari luka relasional dan viktimisasi	Kasih tanpa syarat; ruang aman	Boulton & Macaulay (2022); Schuttenberg et al. (2022)	Sesi individual yang memvalidasi pengalaman, memastikan keamanan, dan menulis ulang narasi diri setelah perundungan.
Penopangan	Daya tahan saat krisis dan tekanan akademik	Harapan; kehadiran yang konsisten	Long et al. (2024); Thapar et al. (2022)	Pertemuan singkat berkala, rencana menghadapi krisis, dan pemantauan dukungan ketika masalah belum dapat segera diselesaikan.
Pembimbingan	Kejelasan identitas dan pengambilan keputusan	Makna; refleksi nilai dan kekuatan	Branje et al. (2021); van der Cruisen et al. (2023)	Pemetaan kekuatan, klarifikasi nilai, dan penyusunan tujuan belajar maupun relasi yang realistis.
Pendamaian	Rekonsiliasi dengan diri, sesama, dan Tuhan	Pengampunan; penerimaan; tanggung jawab	Schuttenberg et al. (2022); Xiang et al. (2025)	Pertemuan restoratif hanya setelah keamanan terjamin; pengakuan dampak, tanggung jawab pelaku, dan pilihan memaafkan tanpa paksaan.
Pemeliharaan/pemulihan	Pertumbuhan menuju konsep diri positif	Penguatan; pengalaman bermakna; efikasi diri	Murphy et al. (2022); Samuels et al. (2021)	Mentoring, tugas kepemimpinan bertahap, kegiatan sebaya, dan umpan balik yang meneguhkan kompetensi anak.

Sumber: disusun penulis dari sintesis literatur, 2026.

Urutan fungsi dalam Tabel 2 tidak bersifat kaku. Pada anak yang mengalami perundungan, prioritas pertama adalah menghentikan ancaman, memvalidasi pengalaman, dan memulihkan rasa aman; pendamaian tidak boleh digunakan untuk mendorong pengampunan prematur atau mengabaikan tanggung jawab pelaku. Setelah kondisi stabil, pembimbingan membantu anak membedakan identitasnya dari label negatif yang diterima, sedangkan pemeliharaan menyediakan pengalaman keberhasilan yang dapat mengoreksi konsep diri. Pada tekanan akademik, penopangan dan pembimbingan dapat digunakan lebih awal melalui kehadiran yang konsisten, pemetaan kekuatan, dan tujuan bertahap. Diferensiasi ini menunjukkan bahwa efektivitas pastoral bergantung pada ketepatan fungsi, urutan, dan kondisi keamanan, bukan pada penggunaan bahasa religius semata.

Ekosistem Pendukung dan Pendidikan Holistik

Konseling pastoral tidak bekerja di ruang hampa. Kerangka ekologis perkembangan manusia mengingatkan bahwa anak tumbuh dalam jaringan sistem yang saling memengaruhi (Bronfenbrenner, 1979). Karena itu, penguatan identitas menuntut keterlibatan ekosistem: guru yang membangun relasi berkualitas (Jowett et al., 2023; Bosman et al., 2021), iklim sekolah yang suportif sekaligus terstruktur (Wong et al., 2021; Drysdale et al., 2025), keluarga yang hangat (Huang & Wan, 2025; Boullion et al., 2023), serta teman sebaya yang menerima. Faktor-faktor protektif ini—dukungan keluarga, sekolah, teman sebaya, dan resiliensi—berulang kali muncul sebagai penopang harga diri dan kesejahteraan (Ancín-Nicolás et al., 2024; Mattelin et al., 2022).

Pendekatan pendidikan holistik menyediakan wadah ideal bagi integrasi ini. Program pembelajaran sosial-emosional terbukti meningkatkan keterampilan dan menurunkan masalah perilaku (Shi & Cheung, 2024), intervensi berbasis kesadaran penuh menurunkan kecemasan remaja di sekolah (Bazzano et al., 2022), dan strategi afirmasi nilai serta rasa

syukur memperbaiki kesejahteraan (Venturo-Conerly et al., 2021; Tolcher et al., 2022). Bahkan intervensi sederhana terhadap kesepian yang menumbuhkan keterhubungan sosial menunjukkan hasil yang menjanjikan (Ellard et al., 2022). Konseling pastoral dapat menjadi benang merah spiritual yang menyatukan beragam upaya ini, memberi mereka orientasi makna yang lebih dalam. Dalam konteks Indonesia, integrasi semacam ini relevan dengan kebutuhan penguatan layanan bimbingan dan konseling yang masih menyisakan kesenjangan kebijakan (Rohman et al., 2025).

Dalam model ini, ekosistem pendukung dan konteks religiositas berfungsi sebagai moderator. Relasi pastoral yang baik dapat kehilangan dampaknya apabila anak kembali ke kelas atau keluarga yang memperlakukan, mengabaikan, atau tidak aman. Sebaliknya, dukungan guru, keluarga, dan teman sebaya memperkuat generalisasi perubahan dari ruang konseling ke kehidupan sehari-hari. Inklusivitas religius juga menentukan penerimaan intervensi: bahasa teologis yang sesuai dapat memperdalam makna di sekolah berbasis agama, sedangkan pendekatan yang sukarela dan berbahasa nilai universal lebih tepat di sekolah plural. Karena itu, konseling pastoral bekerja paling etis dan efektif sebagai bagian dari sistem layanan sekolah yang terkoordinasi.

Proposisi Konseptual dan Operasionalisasi Pengujian

Sintesis menghasilkan enam proposisi yang menyatakan arah hubungan, mekanisme, dan indikator pengujian. Proposisi 1–5 menjelaskan jalur fungsi pastoral menuju penguatan identitas, sedangkan Proposisi 6 menempatkan ekosistem pendukung dan inklusivitas religius sebagai moderator. Rumusannya disajikan pada Tabel 3 dan tetap diperlakukan sebagai dugaan teoretis, bukan temuan empiris.

Tabel 3. Proposisi konseptual dan indikator pengujian empiris

No.	Rumusan proposisi	Mekanisme yang diuji	Indikator empiris
P1	Relasi pastoral yang aman dan menerima diperkirakan menurunkan keyakinan inti negatif tentang diri.	Rasa aman relasional; kasih dan penerimaan.	Harga diri, skema diri negatif, dan rasa aman dalam relasi.
P2	Penopangan yang menumbuhkan harapan diperkirakan meningkatkan daya tahan terhadap tekanan akademik dan relasional.	Harapan; regulasi emosi; coping.	Harapan, resiliensi, dan distress akademik/relasional.
P3	Pembimbingan melalui refleksi nilai dan makna diperkirakan memperjelas identitas dan keputusan anak.	Pemaknaan; klarifikasi nilai; penilaian ulang.	Kejelasan konsep diri dan keyakinan mengambil keputusan.
P4	Pendamaian yang sukarela dan berkeadilan diperkirakan meningkatkan penerimaan diri serta kualitas relasi.	Pengampunan, penerimaan, dan tanggung jawab relasional.	Penerimaan diri, kemarahan/resentmen, dan kualitas relasi.
P5	Pemeliharaan melalui pengalaman bermakna dan keberhasilan bertahap diperkirakan meningkatkan efikasi diri dan keberanian.	Pengalaman penguasaan; penguatan; rasa memiliki.	Efikasi diri, inisiatif, partisipasi, dan keberanian sosial.
P6	Dukungan ekosistem dan religiositas yang inklusif diperkirakan memperkuat serta mempertahankan dampak P1–P5.	Moderasi dukungan sekolah/keluarga/teman dan kesesuaian konteks religius.	Keterhubungan sekolah, dukungan sosial, penerimaan intervensi, dan keberlanjutan efek.

Sumber: hasil sintesis dan pengembangan proposisi penulis, 2026.

Pengujian model sebaiknya membedakan efek langsung dan tidak langsung. Perubahan identitas dapat terjadi langsung melalui pengalaman diterima, tetapi juga secara tidak langsung melalui peningkatan harapan, pengampunan, pemaknaan, dan efikasi diri. Selain itu, pengukuran moderator diperlukan agar kegagalan intervensi tidak segera ditafsirkan sebagai kelemahan fungsi pastoral ketika penyebabnya justru terletak pada lingkungan yang tidak mendukung atau penggunaan bahasa religius yang tidak sesuai dengan konteks anak.

Kontribusi Teoretis Penelitian

Kebaruan artikel ini terletak pada empat hal yang saling terkait. Pertama, lima fungsi pastoral klasik diterjemahkan menjadi konstruk intervensi yang dapat dioperasionalkan dalam lingkungan sekolah. Kedua, model membedakan secara eksplisit konstruk utama, mediator relasional-spiritual, moderator ekologis dan religius, serta luaran identitas. Ketiga, konseling pastoral diposisikan sebagai pelengkap BK yang inklusif, bukan sebagai substitusi

atau sarana pemaksaan keyakinan. Keempat, enam proposisi mengubah integrasi teori yang semula bersifat naratif menjadi agenda pengujian yang terarah. Dengan demikian, artikel ini menjembatani psikologi perkembangan, teori harga diri, spiritualitas, teologi pastoral, dan pendidikan holistik dalam satu arsitektur model.

Implikasi, Keterbatasan, dan Agenda Riset

Secara praktis, Tabel 2 dapat digunakan sebagai peta awal bagi konselor sekolah dan pendamping pastoral untuk memilih fungsi yang sesuai dengan kebutuhan anak serta mengoordinasikannya dengan guru dan keluarga. Model ini tetap memiliki keterbatasan: korpus bersifat integratif dan tidak dimaksudkan sebagai estimasi efek sistematis; bukti mengenai konseling pastoral di sekolah masih terbatas; dan penerapan lintas agama membutuhkan adaptasi budaya serta persetujuan yang jelas. Oleh karena itu, model belum dapat dianggap efektif sebelum diuji pada konteks nyata.

Tahap penelitian berikutnya dapat menggunakan studi kasus kualitatif pada sekolah berbasis agama dan sekolah plural. Data dapat diperoleh dari wawancara semiterstruktur dengan anak, konselor, guru, dan orang tua; observasi proses pendampingan; serta dokumen perkembangan, dengan perlindungan kerahasiaan, persetujuan anak dan wali, dan prosedur rujukan apabila ditemukan risiko psikologis. Setelah mekanisme model dipahami, studi longitudinal atau pemodelan persamaan struktural dapat menguji mediasi rasa aman, harapan, pengampunan, dan efikasi diri serta moderasi dukungan ekosistem dan inklusivitas religius.

KESIMPULAN

Kajian terhadap 42 sumber menghasilkan model konseptual yang menautkan lima fungsi konseling pastoral dengan penguatan identitas diri anak melalui rasa aman relasional, kasih dan penerimaan, pengampunan, harapan, pemaknaan, dan efikasi diri. Kontribusi utama artikel ini adalah penempatan fungsi pastoral sebagai konstruk yang dapat dioperasionalkan, mekanisme relasional-spiritual sebagai mediator, serta ekosistem pendukung dan inklusivitas religius sebagai moderator. Model ini menawarkan panduan bagi pendidikan holistik untuk melengkapi layanan BK dengan pendampingan spiritual yang etis, sukarela, dan peka budaya. Namun, enam proposisi yang diajukan masih bersifat teoretis dan belum membuktikan efektivitas intervensi. Penelitian berikutnya perlu mengujinya melalui studi kasus kualitatif dan desain longitudinal atau kuantitatif yang menilai jalur mediasi, moderasi, serta perubahan konsep diri, penerimaan diri, keberanian, kesejahteraan, dan keterlibatan anak di sekolah.

REFERENSI

- Acosta-Gonzaga, E. (2023). The effects of self-esteem and academic engagement on university students' performance. *Behavioral Sciences*, 13(4), 348. <https://doi.org/10.3390/bs13040348>
- Aggarwal, S., Wright, J., Morgan, A., Patton, G., & Reavley, N. (2023). Religiosity and spirituality in the prevention and management of depression and anxiety in young people: A systematic review and meta-analysis. *BMC Psychiatry*, 23, 729. <https://doi.org/10.1186/s12888-023-05091-2>
- Ancín-Nicolás, R. A., Pastor, Y., López-Sáez, M. Á., & Platero, L. (2024). Protective factors in the LGBTIQ+ adolescent experience: A systematic review. *Healthcare*, 12(18), 1865. <https://doi.org/10.3390/healthcare12181865>

-
- Arens, A. K., & Niepel, C. (2023). Formation of academic self-concept and intrinsic value within and across three domains: Extending the reciprocal internal/external frame of reference model. *British Journal of Educational Psychology*, 93(2), 545–570. <https://doi.org/10.1111/bjep.12578>
- Bandura, A. (1997). *Self-efficacy: The exercise of control*. W. H. Freeman.
- Bazzano, A. N., Sun, Y., Chavez-Gray, V., Akintimehin, T., Gustat, J., Barrera, D., & Roi, C. (2022). Effect of yoga and mindfulness intervention on symptoms of anxiety and depression in young adolescents attending middle school. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(19), 12076. <https://doi.org/10.3390/ijerph191912076>
- Bosman, R. J., Zee, M., de Jong, P. F., & Koomen, H. M. Y. (2021). Using relationship-focused reflection to improve teacher–child relationships and teachers' student-specific self-efficacy. *Journal of School Psychology*, 87, 28–47. <https://doi.org/10.1016/j.jsp.2021.06.001>
- Boullion, A., Linde-Krieger, L. B., Doan, S. N., & Yates, T. M. (2023). Parental warmth, adolescent emotion regulation, and adolescents' mental health during the COVID-19 pandemic. *Frontiers in Psychology*, 14, 1216502. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1216502>
- Boulton, M. J., & Macaulay, P. J. R. (2022). Does authentic self-esteem buffer the negative effects of bullying victimization on social anxiety and classroom concentration? *British Journal of Educational Psychology*, 93(2), 500–512. <https://doi.org/10.1111/bjep.12573>
- Branje, S., de Moor, E. L., Spitzer, J., & Becht, A. I. (2021). Dynamics of identity development in adolescence: A decade in review. *Journal of Research on Adolescence*, 31(4), 908–927. <https://doi.org/10.1111/jora.12678>
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Harvard University Press.
- Clebsch, W. A., & Jaekle, C. R. (1994). *Pastoral care in historical perspective*. Jason Aronson.
- Clinebell, H., & McKeever, B. C. (2011). *Basic types of pastoral care and counseling: Resources for the ministry of healing and growth* (3rd ed.). Abingdon Press.
- Cooper, M., Stafford, M. R., Saxon, D., Beecham, J., Bonin, E.-M., Barkham, M., Bower, P., Cromarty, K., Duncan, C., Pearce, P., Rameswari, T., & Ryan, G. (2021). Humanistic counselling plus pastoral care as usual versus pastoral care as usual for the treatment of psychological distress in adolescents in UK state schools (ETHOS): A randomised controlled trial. *The Lancet Child & Adolescent Health*, 5(3), 178–189. [https://doi.org/10.1016/S2352-4642\(20\)30363-1](https://doi.org/10.1016/S2352-4642(20)30363-1)
- Cordier, R., Speyer, R., Mahoney, N., Arnesen, A., Mjelve, L. H., & Nyborg, G. (2021). Effects of interventions for social anxiety and shyness in school-aged children: A systematic review and meta-analysis. *PLoS ONE*, 16(7), e0254117. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0254117>

-
- Ding, X., Zhang, W., Ooi, L. L., Coplan, R. J., Zhu, X., & Sang, B. (2023). Relations between social withdrawal subtypes and socio-emotional adjustment among Chinese children and early adolescents. *Journal of Research on Adolescence*, 33(3), 774–785. <https://doi.org/10.1111/jora.12837>
- Drysdale, R. E., Mvelase, S., Kane, J., Gruver, R. S., Desmond, C., & Davidson, L. L. (2025). Adolescent mental health and school belonging in KwaZulu-Natal, South Africa: Impact of the COVID-19 pandemic and subsequent government lockdowns. *Journal of Adolescent Health*, 76(4), 638–646. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2024.11.240>
- Ellard, O. B., Dennison, C., & Tuomainen, H. (2022). Review: Interventions addressing loneliness amongst university students — A systematic review. *Child and Adolescent Mental Health*, 28(4), 512–523. <https://doi.org/10.1111/camh.12614>
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and crisis*. W. W. Norton.
- Harter, S. (2012). *The construction of the self: Developmental and sociocultural foundations* (2nd ed.). Guilford Press.
- Huang, S., & Wan, Z. (2025). Parental rearing styles and adolescent self-esteem: The mediating roles of body image. *BMC Psychology*, 13(1), 549. <https://doi.org/10.1186/s40359-025-02887-7>
- Jowett, S., Warburton, V. E., Beaumont, L. C., & Felton, L. (2023). Teacher–student relationship quality as a barometer of teaching and learning effectiveness: Conceptualization and measurement. *British Journal of Educational Psychology*, 93(3), 842–861. <https://doi.org/10.1111/bjep.12600>
- Lartey, E. Y. (2003). *In living color: An intercultural approach to pastoral care and counseling* (2nd ed.). Jessica Kingsley Publishers.
- Leung, C. H., & Pong, H. K. (2021). Cross-sectional study of the relationship between the spiritual wellbeing and psychological health among university students. *PLoS ONE*, 16(4), e0249702. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0249702>
- Li, M., Yu, J., Coplan, R. J., Bowker, J. C., Xu, G., & Ding, X. (2024). The significance of best friends' motivations for social withdrawal: Associations with socio-emotional adjustment in Chinese children and adolescents. *Journal of Research on Adolescence*, 35(1), e13043. <https://doi.org/10.1111/jora.13043>
- Long, L. J., Viana, A. G., Zvolensky, M. J., Lu, Q., & Gallagher, M. W. (2024). The influence of hope and optimism on trajectories of COVID-19 stress, health anxiety, and wellbeing during the COVID-19 pandemic. *Journal of Clinical Psychology*, 80(12), 2387–2404. <https://doi.org/10.1002/jclp.23746>
- Mattelin, E., Paidar, K., Söderlind, N., Fröberg, F., & Korhonen, L. (2022). A systematic review of studies on resilience and risk and protective factors for health among refugee children in Nordic countries. *European Child & Adolescent Psychiatry*, 33(3), 667–700. <https://doi.org/10.1007/s00787-022-01975-y>
- Murphy, J., McGrane, B., White, R. L., & Sweeney, M. R. (2022). Self-esteem, meaningful experiences and the rocky road — Contexts of physical activity that impact mental health

-
- in adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(23), 15846. <https://doi.org/10.3390/ijerph192315846>
- Rohman, Y. N., Pasaribu, B., Adiwinata, A. H., Saripah, I., & Yudha, E. S. (2025). Adolescent mental health policy: A reflection on policy gaps and urgent needs in Indonesia. *Asian Journal of Psychiatry*, 111, 104619. <https://doi.org/10.1016/j.ajp.2025.104619>
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. Princeton University Press.
- Samuels, J., Keenan, J., & Jolly, A. (2021). A qualitative investigation of the impact that therapeutic recreational camps have on the psychological wellbeing of siblings of individuals with health conditions. *Child: Care, Health and Development*, 48(2), 259–268. <https://doi.org/10.1111/cch.12926>
- Schuttenberg, E. M., Sneider, J. T., Rosmarin, D. H., Cohen-Gilbert, J. E., Oot, E. N., Seraikas, A. M., Stein, E. R., Maksimovskiy, A. L., Harris, S. K., & Silveri, M. M. (2022). Forgiveness mediates the relationship between middle frontal gyrus volume and clinical symptoms in adolescents. *Frontiers in Human Neuroscience*, 16, 782893. <https://doi.org/10.3389/fnhum.2022.782893>
- Shi, J., & Cheung, A. C. K. (2024). Effective components of social emotional learning programs: A meta-analysis. *Journal of Youth and Adolescence*, 53(4), 755–771. <https://doi.org/10.1007/s10964-024-01942-7>
- Spyropoulou, E., & Giovazolias, T. (2024). Cognitive reappraisal moderates the longitudinal relationship between adolescents' peer victimization and self-esteem: A latent interaction model. *Child Psychiatry & Human Development*, 56(6), 1767–1779. <https://doi.org/10.1007/s10578-024-01688-0>
- Thapar, A., Eyre, O., Patel, V., & Brent, D. (2022). Depression in young people. *The Lancet*, 400(10352), 617–631. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(22\)01012-1](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(22)01012-1)
- Tolcher, K., Cauble, M., & Downs, A. (2022). Evaluating the effects of gratitude interventions on college student well-being. *Journal of American College Health*, 72(5), 1321–1325. <https://doi.org/10.1080/07448481.2022.2076096>
- van der Crujsen, R., Blankenstein, N. E., Spaans, J. P., Peters, S., & Crone, E. A. (2023). Longitudinal self-concept development in adolescence. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, 18(1), nsac062. <https://doi.org/10.1093/scan/nsac062>
- Venturo-Conerly, K. E., Osborn, T. L., Wasil, A. R., Le, H., Corrigan, E., Wasanga, C., & Weisz, J. R. (2021). Testing the effects of the Shamiri intervention and its components on anxiety, depression, wellbeing, and academic functioning in Kenyan adolescents: Study protocol for a five-arm randomized controlled trial. *Trials*, 22(1), 829. <https://doi.org/10.1186/s13063-021-05736-1>
- Wong, M. D., Dosanjh, K. K., Jackson, N. J., R nger, D., & Dudovitz, R. N. (2021). The longitudinal relationship of school climate with adolescent social and emotional health. *BMC Public Health*, 21, 207. <https://doi.org/10.1186/s12889-021-10245-6>
- Xiang, G., Mou, S., Zhu, S., Teng, Z., Du, X., & Yang, L. (2025). Knowing yourself in relations: Longitudinal associations between family intimacy, family conflict, and self-concept clarity



in adolescents. Journal of Adolescence, 98(1), 262–271.
<https://doi.org/10.1002/jad.70059>

Yeo, G., Tan, C., Ho, D., & Baumeister, R. F. (2023). How do aspects of selfhood relate to depression and anxiety among youth? A meta-analysis. *Psychological Medicine*, 53(11), 4833–4855. <https://doi.org/10.1017/S0033291723001083>

Zhang, J., Chiu, M. M., & Lei, H. (2022). Achievement, self-concept and anxiety in mathematics and English: A three-wave cross-lagged panel study. *British Journal of Educational Psychology*, 93(1), 56–72. <https://doi.org/10.1111/bjep.12539>