

## Konseling Pastoral sebagai Pendekatan dalam Menghadapi Stagnasi Rohani di Perkotaan

**Charles Poerwanto, Juliana Hindrajat**  
Sekolah Tinggi Teologi Kharisma Bandung  
[charlespoerwanto@gmail.com](mailto:charlespoerwanto@gmail.com)

**Abstract:** This research examines the application of pastoral counseling as an approach to dealing with spiritual stagnation experienced by individuals in urban areas. This phenomenon is a concern because the dynamics of modern life often cause spiritual saturation, which has an impact on mental health, emotions and social relations. The purpose of this research is to understand the causes of spiritual stagnation, explore effective pastoral counseling approaches, and evaluate their impact on counselees' recovery. This research found that pastoral counseling that integrates the principles of confidentiality, empathy, validation, normalization, and teaching spiritual skills is able to help clients identify the root of the problem and develop recovery strategies. Interventions such as reflective prayer, community involvement, and changes in routine have proven effective in strengthening clients' relationship with God and improving their holistic well-being. The results of this research are important because they show that pastoral counseling is not only relevant as a spiritual approach but also as a practical solution to support spiritual growth amidst the complexity of urban life. This strengthens the role of the church as a spiritual assistance agent capable of having a significant impact on the lives of individuals and communities in the modern era.

**Keywords:** Pastoral Counseling, Spiritual Stagnation, Urban Life

**Abstrak:** Penelitian ini mengkaji penerapan konseling pastoral sebagai pendekatan dalam menghadapi stagnasi rohani yang dialami individu di wilayah perkotaan. Fenomena ini menjadi perhatian karena dinamika kehidupan modern sering kali menyebabkan kejenuhan spiritual, yang berdampak pada kesehatan mental, emosional, dan relasi sosial. Tujuan penelitian ini adalah untuk memahami penyebab stagnasi rohani, mengeksplorasi pendekatan konseling pastoral yang efektif, serta mengevaluasi dampaknya terhadap pemulihan konseli. Penelitian ini menemukan bahwa konseling pastoral yang mengintegrasikan prinsip kerahasiaan, empati, validasi, normalisasi, dan pengajaran keterampilan spiritual mampu membantu konseli mengidentifikasi akar masalah dan mengembangkan strategi pemulihan. Intervensi seperti doa reflektif, keterlibatan komunitas, dan perubahan rutinitas terbukti efektif dalam memperkuat hubungan konseli dengan Tuhan dan meningkatkan kesejahteraan mereka secara holistik. Hasil penelitian ini penting karena menunjukkan bahwa konseling pastoral tidak hanya relevan sebagai pendekatan spiritual tetapi juga sebagai solusi praktis untuk mendukung pertumbuhan rohani di tengah kompleksitas kehidupan perkotaan. Hal ini memperkuat peran gereja sebagai

agen pendampingan spiritual yang mampu memberikan dampak signifikan dalam kehidupan individu dan komunitas di era modern.

**Kata kunci:** Konseling Pastoral, Stagnasi Rohani, Kehidupan Perkotaan

## **PENDAHULUAN**

Kehidupan di perkotaan membawa berbagai dinamika yang kompleks. Di satu sisi, perkotaan menawarkan peluang besar dalam hal ekonomi, pendidikan, dan teknologi. Namun, Rini mengungkapkan, kehidupan urban sering kali menghadirkan tantangan yang signifikan terhadap kesehatan rohani individu (Rachmawati, 2014). Adon Jamaludin membahas tentang gaya hidup yang serba cepat, tekanan pekerjaan yang tinggi, dan dominasi nilai-nilai materialistik sering kali membuat individu kehilangan keseimbangan antara kebutuhan duniawi dan kebutuhan spiritual (Jamaludin, 2015). Keadaan ini ditandai dengan munculnya fenomena stagnasi rohani, di mana seseorang merasa kehilangan gairah dalam menjalani iman Kristen. Mereka mungkin tetap terlibat dalam kegiatan gereja, tetapi hubungan pribadi mereka dengan Tuhan terasa hampa dan tidak berkembang. Fenomena ini tidak hanya menjadi masalah individu, tetapi juga berdampak pada kehidupan gereja secara keseluruhan, karena jemaat yang mengalami stagnasi rohani cenderung kurang berkontribusi dalam pelayanan atau bahkan perlahan-lahan menjauh dari komunitas rohani.

Stagnasi rohani ini dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berkaitan. Firdaus memaparkan, salah satunya adalah ritme kehidupan perkotaan yang padat, di mana individu sering kali harus menghadapi tekanan pekerjaan yang tidak mengenal batas waktu. Sehingga, waktu untuk refleksi pribadi dan pengembangan spiritual sering terabaikan (Firdaus & Azizah, 2024). Selain itu, budaya materialisme dan individualisme yang dominan di perkotaan juga memainkan peran besar dalam menggeser fokus individu dari nilai-nilai rohani ke pencapaian materiil. Dalam banyak kasus, individu yang terjebak dalam pola pikir ini merasa bahwa kebahagiaan dan keberhasilan hanya dapat dicapai melalui harta, status, atau prestasi duniawi. Situasi ini diperparah oleh isolasi sosial, yang meskipun paradoks di tengah keramaian kota, tetap menjadi kenyataan bagi banyak orang (Dionisius Barai Putra & Firmanto, 2023). Ketidakterlibatan dalam komunitas rohani semakin memperburuk kondisi ini, karena individu kehilangan dukungan emosional dan spiritual yang seharusnya mereka dapatkan dari lingkungan gereja.

Gereja memiliki peran penting untuk membantu jemaatnya mengatasi stagnasi rohani. Salah satu pendekatan yang dapat dilakukan adalah melalui konseling pastoral, yaitu sebuah metode bimbingan rohani yang berakar pada prinsip-prinsip Alkitab dan dipandu oleh Roh Kudus (Simanjuntak, 2015). Konseling pastoral bertujuan untuk memulihkan hubungan individu dengan Tuhan, dengan cara mendampingi mereka secara personal untuk memahami akar permasalahan spiritual yang mereka alami (Lantaa et al., 2024). Pendekatan ini diyakini bahwa bukan hanya menawarkan solusi untuk masalah-masalah rohani, tetapi juga memberikan ruang bagi individu untuk mengolah emosi, merenungkan nilai-nilai hidup mereka, dan menemukan kembali makna serta tujuan dalam iman Kristen.

Berdasarkan hal tersebut, penelitian ini berfokus pada upaya untuk menjawab beberapa pertanyaan mendasar terkait fenomena stagnasi rohani di perkotaan dan relevansi konseling pastoral sebagai solusinya yaitu faktor-faktor penyebab stagnasi rohani di kalangan masyarakat

perkotaan, dampak stagnasi rohani terhadap berbagai aspek kehidupan individu, mulai dari hubungan mereka dengan Tuhan hingga dinamika sosial dalam komunitas gereja, efektivitas konseling pastoral sebagai pendekatan untuk mengatasi stagnasi rohani, serta strategi implementasi konseling pastoral yang sesuai dengan konteks kehidupan masyarakat perkotaan yang dinamis dan penuh tekanan.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengkaji secara mendalam fenomena stagnasi rohani yang semakin banyak terjadi di perkotaan serta menawarkan konseling pastoral sebagai solusi yang dapat diterapkan secara praktis. Penelitian ini akan mengidentifikasi faktor-faktor utama yang menyebabkan stagnasi rohani, seperti tekanan sosial, pengaruh budaya materialistik, dan minimnya keterlibatan dalam komunitas rohani. Selain itu, penelitian ini juga berupaya untuk mengeksplorasi dampak yang ditimbulkan oleh stagnasi rohani terhadap kualitas hidup individu, baik secara spiritual maupun emosional. Meskipun stagnasi rohani telah diakui sebagai masalah yang signifikan di lingkungan perkotaan, penelitian sebelumnya cenderung berfokus pada aspek teoritis atau menyederhanakan solusi dalam bentuk pembinaan rohani umum, kurangnya eksplorasi mendalam integrasi konseling pastoral dengan strategi kontekstual yang relevan dengan kehidupan urban sehingga menjadi celah penelitian yang perlu diisi. Selain itu, minimnya pendekatan yang menawarkan rekomendasi praktis untuk implementasi di gereja memperlihatkan adanya kebutuhan untuk mengembangkan solusi yang bersifat aplikatif. Sehingga penelitian ini akan mengidentifikasi akar masalah dan strategi praktis yang relevan dan kontekstual bagi gereja dalam mendukung jemaat menghadapi tantangan spiritual di Perkotaan.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif untuk menganalisis fenomena stagnasi rohani di perkotaan dan mengevaluasi relevansi konseling pastoral sebagai pendekatan strategis dalam mengatasinya. Metodologi ini dipilih karena memungkinkan peneliti untuk mengkaji fenomena secara mendalam berdasarkan data yang bersumber dari literatur, dokumen, dan analisis teologis. Data utama yang digunakan dalam penelitian ini bersumber dari tinjauan literatur terhadap buku, jurnal akademik, dan artikel yang relevan dengan stagnasi rohani serta konseling pastoral. Pendekatan ini melibatkan eksplorasi konsep-konsep teologis terkait konseling pastoral dalam kaitannya dengan dinamika kehidupan spiritual masyarakat perkotaan.

Analisis dilakukan dengan metode interpretatif, yaitu menggali dan memahami data secara kritis untuk menemukan pola dan hubungan yang relevan dengan tujuan penelitian (Moleong, 2016). Peneliti juga menggunakan analisis konteks sosial untuk memahami situasi khas masyarakat perkotaan yang menjadi latar belakang terjadinya stagnasi rohani. Dengan pendekatan ini, penelitian dapat memberikan gambaran yang komprehensif tentang penyebab dan dampak stagnasi rohani serta bagaimana konseling pastoral, yang berbasis prinsip-prinsip iman Kristen, dapat menjadi solusi yang efektif. Hasil dari analisis ini diharapkan dapat menjadi kontribusi bagi pengembangan kajian teologi praktis dan menjadi panduan bagi gereja dalam menangani tantangan spiritual di tengah kehidupan perkotaan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini mengungkap bahwa stagnasi rohani di perkotaan umumnya disebabkan oleh tekanan hidup yang tinggi, gaya hidup individualistis, serta minimnya waktu untuk refleksi spiritual. Faktor-faktor tersebut mengakibatkan jemaat kehilangan gairah dalam menjalani aktivitas rohani, seperti doa, ibadah, dan keterlibatan dalam komunitas gereja. Situasi ini tidak hanya berdampak pada hubungan pribadi individu dengan Tuhan, tetapi juga menimbulkan efek negatif pada kehidupan sosial dan emosional mereka, seperti meningkatnya rasa kesepian dan berkurangnya kualitas interaksi dalam komunitas gerejawi. Kondisi ini memerlukan perhatian serius, khususnya dari gereja, untuk membantu individu menemukan kembali makna dan tujuan spiritual mereka.

Konseling pastoral terbukti menjadi pendekatan yang relevan dalam mengatasi stagnasi rohani ini. Dengan berlandaskan pada prinsip-prinsip Alkitab dan praktik-praktik spiritual, konseling pastoral menyediakan ruang untuk bimbingan rohani yang bersifat personal dan mendalam. Melalui metode ini, individu diajak untuk merenungkan kembali perjalanan iman mereka, mengenali akar permasalahan spiritual, dan memulihkan hubungan mereka dengan Tuhan. Penelitian ini menyoroti pentingnya penerapan konseling pastoral yang kontekstual, khususnya dengan memperhatikan tantangan unik yang dihadapi masyarakat perkotaan. Gereja perlu mengembangkan program konseling pastoral yang lebih terstruktur dan strategis untuk menjawab kebutuhan spiritual jemaat di era modern ini.

## PEMBAHASAN

Fenomena stagnasi rohani di perkotaan merupakan tantangan serius yang memengaruhi kehidupan spiritual banyak individu dan komunitas gerejawi. Untuk memahami dan mengatasi masalah ini, diperlukan analisis mendalam tentang faktor penyebab, dampak, dan pendekatan strategis yang dapat digunakan untuk memulihkan kondisi spiritual jemaat. Peneliti akan menguraikan terlebih dulu dinamika kehidupan perkotaan, penyebab utama stagnasi rohani, relevansi konseling pastoral, hingga implementasi praktis yang dapat dilakukan oleh gereja untuk mendukung pemulihan rohani jemaat di tengah tekanan kehidupan urban.

### *Dinamika Kehidupan Perkotaan dan Dampaknya pada Spiritualitas*

Kehidupan di perkotaan mencerminkan berbagai dinamika kompleks yang secara langsung maupun tidak langsung memengaruhi spiritualitas individu. Adon dalam bukunya, perkotaan sering kali menjadi pusat perkembangan ekonomi, teknologi, dan budaya, yang memberikan peluang besar bagi masyarakat untuk mencapai kesuksesan duniawi (Jamaludin, 2015). Namun, di balik segala kemajuan tersebut, terdapat berbagai tantangan yang secara signifikan mengganggu keseimbangan kehidupan spiritual. Rini menjabarkan, salah satu dinamika utama yang mencolok adalah ritme hidup yang serba cepat dan penuh tekanan (Rachmawati, 2014). Masyarakat perkotaan dituntut untuk terus produktif, baik di tempat kerja, keluarga, maupun lingkungan sosial, yang sering kali mengakibatkan stres kronis. Dalam kondisi ini, kebutuhan spiritual sering kali diabaikan karena dianggap tidak mendesak dibandingkan dengan tuntutan pekerjaan atau kehidupan sehari-hari.

Selain itu, budaya materialisme yang kuat di perkotaan semakin memperburuk kondisi ini. Nilai-nilai materialistik yang dominan membuat banyak orang terjebak dalam perlombaan

untuk mengumpulkan kekayaan, status sosial, dan kemewahan (Jamaludin, 2015). Akibatnya, orientasi hidup bergeser dari pencarian makna dan hubungan dengan Tuhan menjadi fokus pada pencapaian duniawi. Hal ini menciptakan ruang kosong dalam kehidupan spiritual individu, di mana mereka merasa kehilangan kedamaian batin meskipun memiliki segala sesuatu yang mereka inginkan secara materi. Budaya ini juga sering kali menciptakan perasaan kompetisi dan perbandingan sosial yang berlebihan, yang dapat menyebabkan frustrasi, rasa tidak puas, dan bahkan keputusasaan.

Di sisi lain, individualisme yang menjadi ciri khas kehidupan perkotaan juga berdampak besar pada spiritualitas. Realita ini diuraikan oleh Falcon, meskipun berada di tengah keramaian kota, banyak individu merasa terisolasi dan kehilangan koneksi sosial yang bermakna (Falcone, 2016). Perubahan ini sering kali mengurangi keterlibatan mereka dalam komunitas rohani, yang seharusnya menjadi tempat untuk mendapatkan dukungan emosional dan spiritual. Tidak sedikit individu yang hanya menjadikan gereja sebagai tempat singgah sesaat tanpa benar-benar membangun hubungan yang mendalam dengan Tuhan maupun dengan sesama jemaat (Dionisius Barai Putra & Firmanto, 2023). Akibatnya, mereka tidak mendapatkan nutrisi spiritual yang cukup untuk menjaga pertumbuhan iman mereka. Dinamika lain yang perlu diperhatikan adalah minimnya waktu untuk refleksi spiritual di tengah jadwal yang padat (Falcone, 2016). Kehidupan yang diatur oleh tenggat waktu dan jadwal kerja sering kali meninggalkan sedikit atau bahkan tidak ada ruang untuk kegiatan seperti doa, pembacaan Alkitab, atau ibadah pribadi. Dampak selanjutnya menyebabkan banyak orang hidup dengan iman yang dangkal, di mana aktivitas spiritual menjadi rutinitas kosong tanpa makna yang mendalam. Lambat laun, kondisi ini berkembang menjadi stagnasi rohani, di mana individu merasa jauh dari Tuhan meskipun tetap terlibat dalam aktivitas keagamaan.

Dalam konteks ini, gereja menghadapi tantangan besar untuk menjawab kebutuhan spiritual masyarakat perkotaan. Gereja perlu memahami bahwa dinamika kehidupan perkotaan tidak hanya memengaruhi aspek lahiriah, tetapi juga menyentuh inti spiritualitas individu (Nugroho, 2017). Diperlukan pendekatan yang lebih relevan dan kontekstual untuk menjangkau jemaat di tengah tekanan kehidupan urban. Kesadaran akan dinamika ini menjadi langkah awal yang penting bagi gereja untuk membantu individu keluar dari stagnasi rohani dan menemukan kembali makna sejati dalam hubungan mereka dengan Tuhan.

### *Definisi dan Penyebab Stagnasi Rohani*

Stagnasi rohani dapat didefinisikan oleh Daniel Nugraha sebagai kondisi di mana seseorang kehilangan dinamika dan gairah dalam perjalanan spiritualnya, sehingga hubungan dengan Tuhan menjadi dingin, kering, atau bahkan terputus (Tanusaputra, 2000). Kondisi ini tidak hanya ditandai oleh berkurangnya frekuensi aktivitas rohani seperti doa atau ibadah, tetapi juga oleh perasaan hampa secara batin, kehilangan arah, dan hilangnya makna dalam menjalani kehidupan berdasarkan iman (Djajadi & Suryaningsih, 2021). Stagnasi rohani bukan sekadar keadaan pasif, tetapi sering kali merupakan hasil dari proses yang berlangsung secara bertahap, di mana seseorang terjebak dalam rutinitas religius yang tidak lagi membawa pertumbuhan atau pembaruan rohani.

Salah satu penyebab utama stagnasi rohani adalah hilangnya rasa keterhubungan dengan Tuhan akibat krisis iman atau kekecewaan spiritual. Lebih lanjut Daniel menjelaskan, Individu

yang menghadapi situasi sulit, seperti kehilangan, kegagalan, atau doa yang dirasakan tidak terjawab, sering kali mulai meragukan kasih dan rencana Tuhan dalam hidup mereka (Tanusaputra, 2000). Keraguan ini menurut Soewito, jika tidak diatasi, dapat berkembang menjadi kepahitan atau apatis terhadap hal-hal rohani (Djajadi & Suryaningsih, 2021). Selain itu, minimnya disiplin rohani, seperti kurangnya komitmen untuk membaca Alkitab, berdoa, atau bermeditasi, juga menjadi faktor signifikan. Disiplin rohani yang tidak konsisten mengakibatkan individu kehilangan koneksi yang mendalam dengan Tuhan, sehingga iman mereka menjadi dangkal dan mudah terguncang.

Penyebab lainnya adalah pengaruh lingkungan sosial dan budaya yang tidak mendukung pertumbuhan spiritual. Lingkungan yang penuh dengan nilai-nilai sekuler dan hedonistik sering kali menarik perhatian individu menjauh dari fokus pada hal-hal yang bersifat kekal. Ketika seseorang lebih banyak terpapar pada narasi budaya yang menekankan kesuksesan duniawi, kenikmatan instan, dan kebebasan tanpa batas, ia cenderung mengabaikan panggilan untuk menjalani kehidupan yang saleh. Dalam banyak kasus, tekanan sosial untuk memenuhi ekspektasi duniawi atau untuk "menyesuaikan diri" dengan norma-norma budaya juga dapat menggeser prioritas spiritual individu.

Selanjutnya, pola pelayanan gereja yang kurang relevan dan personal sering kali berkontribusi terhadap stagnasi rohani jemaat. Ramses Simanjuntak berpendapat bahwa program-program gereja yang bersifat monoton, kurang kontekstual, atau hanya berfokus pada aspek organisasi tanpa memperhatikan kebutuhan personal jemaat dapat membuat individu merasa diabaikan secara spiritual (Simanjuntak, 2015). Sependapat, Wellem mengungkapkan ketika gereja gagal menyediakan ruang bagi jemaat untuk bertumbuh dalam iman melalui pembinaan rohani yang mendalam, banyak individu akhirnya merasa jenuh atau tidak lagi termotivasi untuk terlibat aktif (Sairwona, 2017). Faktor psikologis juga memainkan peran dalam stagnasi rohani. Kondisi emosional seperti kelelahan, depresi, atau trauma dapat membuat seseorang kehilangan energi dan semangat untuk mendekat kepada Tuhan. Eko Basuki turut menjelaskan ketika individu tidak memiliki strategi atau dukungan yang cukup untuk menghadapi masalah-masalah emosional ini, mereka sering kali mengalami kemunduran dalam kehidupan spiritual (Yusuf Eko Basuki, 2014). Dalam beberapa kasus, perasaan bersalah atas dosa yang belum terselesaikan atau pengalaman hidup yang tidak sesuai dengan nilai-nilai Kristen juga dapat menciptakan jarak antara individu dan Tuhan.

Dengan memahami definisi dan penyebab stagnasi rohani secara mendalam, gereja dan komunitas rohani dapat merancang strategi yang lebih efektif untuk mengatasi masalah ini. Pendekatan yang penuh kasih, relevan, dan berbasis pada kebutuhan personal jemaat dapat menjadi kunci untuk membantu individu keluar dari keadaan stagnasi dan kembali menemukan gairah serta makna dalam perjalanan rohani mereka.

### *Implementasi Konseling Pastoral dalam Konteks Perkotaan*

Implementasi konseling pastoral dalam konteks perkotaan memerlukan pendekatan yang strategis, relevan, dan adaptif terhadap kebutuhan unik masyarakat urban. Perkotaan, dengan karakteristik dinamis dan heterogen, menuntut model konseling pastoral yang tidak hanya berlandaskan pada prinsip-prinsip teologis, tetapi juga memanfaatkan pemahaman sosiologis dan psikologis yang kontekstual. John MacArthur menjabarkan bahwa konseling

pastoral harus dirancang untuk memberikan pendampingan spiritual yang bersifat personal, relevan dengan tantangan kehidupan urban, dan dapat diakses oleh berbagai lapisan masyarakat (Macarthur & Mack, 2019). Implementasi dimulai dengan pengenalan peran konselor pastoral sebagai pendamping rohani yang tidak hanya menyediakan ruang aman untuk berbagi, tetapi juga mengarahkan individu pada pemulihan hubungan mereka dengan Tuhan.

Konseling pastoral di perkotaan perlu menggunakan pendekatan yang memperhatikan keterbatasan waktu seiring dengan hambatan utama bagi individu untuk terlibat dalam interaksi rohani yang mendalam. Lebih lanjut John menambahkan, fleksibilitas dalam bentuk dan metode konseling menjadi kunci utama (Macarthur & Mack, 2019). Yusuf Heri menuliskan, salah satu strategi yang relevan adalah penyediaan sesi konseling yang bersifat modular dan berbasis tujuan jangka pendek, yang memungkinkan individu untuk mendapatkan manfaat maksimal tanpa merasa terikat pada proses yang panjang (Harianto, 2024). Selain itu, pengintegrasian teknologi dalam pelaksanaan konseling pastoral, seperti melalui platform digital atau aplikasi berbasis komunitas, memberikan peluang untuk menjangkau individu yang sulit menghadiri sesi konseling secara langsung. Hal ini menciptakan aksesibilitas yang lebih luas tanpa mengurangi kualitas hubungan personal antara konselor dan konseli.

Aspek penting lainnya dalam implementasi ini adalah kemampuan konselor pastoral untuk memahami tantangan spesifik yang dihadapi oleh masyarakat perkotaan. Samuel Herman memberi contoh, tekanan pekerjaan, isolasi sosial, dan gangguan emosional yang kerap terjadi dalam kehidupan urban membutuhkan pendekatan konseling yang tidak hanya bersifat spiritual, tetapi juga mempertimbangkan aspek psikologis dan praktis (Herman & Hindradjat, 2024). Untuk menciptakan dampak yang lebih holistik, konseling pastoral perlu mengintegrasikan prinsip-prinsip Alkitab dengan teknik-teknik konseling modern yang teruji secara ilmiah. Refleksi diri berbasis spiritual dapat membantu konseli mengevaluasi kondisi rohani mereka dengan lebih mendalam, sekaligus membuka ruang untuk introspeksi yang mendorong transformasi personal. Pengelolaan stres dengan pendekatan pastoral dapat membantu konseli untuk menemukan kedamaian melalui doa, perenungan Firman Tuhan dan pengaturan ritme kehidupan yang seimbang (Macarthur & Mack, 2019), sambil tetap memanfaatkan strategi psikologis seperti teknik relaksasi dan mindfulness (Haryono, 2024). Dalam hal resolusi konflik, penerapan prinsip kasih dan rekonsiliasi yang diajarkan oleh Alkitab dapat diperkuat dengan ketrampilan komunikasi yang asertif (Ruhlessin, 2021) dan teknik mediasi dari dunia konseling. Konseling pastoral perlu mempertimbangkan pendekatan yang kontekstual (Messakh, 2018) terhadap tantangan unik masyarakat perkotaan seperti tekanan pekerjaan, isolasi sosial dan pengaruh budaya sekuler. Dengan memadukan nilai-nilai spiritual dengan kepraktisan metode modern, konseling pastoral dapat lebih responsive terhadap kebutuhan jemaat, memungkinkan konseli untuk memulihkan hubungan mereka dengan Tuhan dan meningkatkan kualitas hubungan interpersonal serta kemampuan mereka menghadapi tekanan hidup sehari-hari. Integrasi ini akan memperkaya pendekatan pastoral dan menjadikan relevan serta aplikatif dalam kehidupan urban yang dinamis. Konselor pastoral juga perlu dibekali dengan pelatihan khusus yang memungkinkan mereka untuk mengidentifikasi kebutuhan mendalam konseli, sekaligus memberikan solusi yang aplikatif tanpa mengesampingkan dimensi spiritual.

Selain fokus pada individu, Firman Blessing menjelaskan bahwa implementasi konseling pastoral di perkotaan juga harus memperhatikan dimensi komunitas (Lantaa et al., 2024). Konseling pastoral tidak hanya berfungsi untuk memulihkan individu secara personal, tetapi juga untuk membangun kembali koneksi mereka dalam komunitas gereja (Harianto, 2024). Dalam konteks ini, konselor pastoral dapat mengembangkan program kelompok kecil atau diskusi rohani yang dirancang untuk menciptakan ruang bagi individu untuk berbagi pengalaman, mendukung satu sama lain, dan memperkuat rasa memiliki dalam komunitas. Program-program seperti, kesatu, kelompok dukungan rohani dengan tema-tema pemulihan emosional, pengelolaan stress yang dipimpin fasilitator terlatih (Rahayu et al., 2023). Kedua, retreat rohani dengan lokasi yang mudah diakses seperti di taman kota, lokasi gereja dengan berisi sesi ketrampilan hidup berbasis iman dan diskusi kelompok untuk memperkuat solidaritas antar jemaat (Greyta et al., 2024). Ketiga, mengembangkan platform konseling hybrid untuk individu yang mengalami kesulitan menghadiri pertemuan fisik namun tetap ingin terhubung dalam komunitas (Lantaa et al., 2024). Keempat, program mentoring dengan tema yang dinamis dan relevan seperti menghadapi tantangan kerja, membangun relasi sehat, menjaga keseimbangan spiritual dalam budaya sekuler. Program seperti ini dapat menjadi sarana untuk mengatasi isolasi sosial yang sering dirasakan oleh masyarakat perkotaan sekaligus memperluas cakupan konseling pastoral itu sendiri.

Dengan strategi yang terencana dan kontekstual, konseling pastoral dapat menjadi instrumen yang efektif untuk memulihkan spiritualitas individu di tengah kompleksitas kehidupan urban. Implementasi yang berfokus pada kebutuhan spesifik masyarakat perkotaan, baik secara individu maupun komunitas, akan memberikan kontribusi signifikan bagi upaya gereja dalam menjawab tantangan spiritual di era modern ini.

### *Peran Gereja dalam Mendukung Pemulihan Rohani*

Samuel Irwan berpendapat, gereja memiliki peran strategis dalam mendukung pemulihan rohani jemaat, terutama di tengah tantangan kehidupan perkotaan yang kompleks (Santoso, 2021). Sebagai komunitas iman, gereja tidak hanya berfungsi sebagai tempat ibadah, tetapi juga sebagai ruang pembinaan spiritual yang holistik, yang mampu menjangkau kebutuhan emosional, sosial, dan rohani individu. Dalam konteks ini, gereja harus mengambil inisiatif untuk menciptakan lingkungan yang kondusif bagi pertumbuhan spiritual, di mana setiap jemaat merasa diterima, didengar, dan didukung dalam perjalanan iman mereka. Peran ini mencakup pemberian pembinaan rohani yang terstruktur, pelaksanaan program pendampingan pastoral yang personal, serta penguatan hubungan antarjemaat sebagai bentuk komunitas yang saling mendukung.

Sebagai langkah awal, gereja perlu memastikan bahwa pelayanan yang diberikan relevan dengan tantangan yang dihadapi jemaat di perkotaan (Santoso, 2021). Hal ini dapat diwujudkan melalui program pembinaan yang dirancang secara kontekstual, misalnya, topik-topik yang membahas pengelolaan stres, penanganan krisis iman, dan penguatan identitas rohani dalam lingkungan yang sekuler (Lase et al., 2025). Dengan pendekatan ini, gereja tidak hanya berperan sebagai pemberi solusi spiritual, tetapi juga sebagai fasilitator yang membantu jemaat untuk menghadapi tantangan hidup mereka dengan perspektif iman (Lase et al., 2025). Gultom menambahkan, gereja dapat memanfaatkan teknologi untuk memperluas jangkauan



pelayanannya, seperti melalui kelas pembinaan online, aplikasi Alkitab interaktif, atau diskusi virtual, yang memungkinkan jemaat tetap terhubung dengan komunitas rohani meskipun berada dalam keterbatasan waktu atau jarak (Gultom, 2023). Langkah-langkah tersebut, memungkinkan gereja menjadi agen transformasi yang relevan dan adaptif, menghadirkan pendampingan rohani yang holistik bagi jemaat perkotaan serta memperkuat peran gereja sebagai komunitas iman yang responsive terhadap dinamika kehidupan modern.

Pentingnya konsistensi dalam pelayanan juga menjadi kunci bagi gereja untuk mendukung pemulihan rohani jemaat. Santoso dalam pembahasannya menjelaskan, bagaimana gereja perlu menyediakan pendampingan rohani yang berkesinambungan melalui tim pastoral atau konselor yang terlatih (Santoso, 2021). Kristeno turut menjelaskan, kehadiran figur pastoral yang dapat diakses oleh jemaat untuk berkonsultasi atau berbagi pengalaman menjadi salah satu cara efektif untuk membangun hubungan personal yang mendalam antara jemaat dan gereja (Juni & Kristeno, 2024). Selain itu, gereja harus menjadi tempat yang aman bagi individu untuk mengekspresikan perasaan dan pergumulannya tanpa rasa takut akan penghakiman. Sikap inklusif ini akan membantu menciptakan atmosfer penerimaan, di mana jemaat dapat mengalami pemulihan tanpa tekanan sosial yang sering kali hadir dalam komunitas yang lebih luas.

Lebih jauh, gereja juga memiliki tanggung jawab untuk membangun komunitas yang mendukung pemulihan rohani secara kolektif. Dinamika kehidupan perkotaan yang sering kali mendorong individualisme perlu dilawan dengan menciptakan hubungan interpersonal yang bermakna di dalam gereja (Harianto, 2024). Program-program seperti kelompok sel, komunitas doa, atau pelayanan sosial dapat menjadi wadah untuk mempererat hubungan antarjemaat sekaligus memperkuat rasa kebersamaan. Ketika jemaat merasa menjadi bagian dari komunitas yang peduli, mereka akan lebih termotivasi untuk terlibat aktif dalam kegiatan rohani dan mendalami hubungan mereka dengan Tuhan.

Fibri turut menjelaskan bahwa dengan berperan aktif sebagai fasilitator, pembimbing, dan komunitas yang mendukung, gereja memiliki potensi besar untuk memulihkan kehidupan rohani jemaat yang mengalami stagnasi (Nugroho, 2017). Implementasi peran ini membutuhkan komitmen yang kuat dari setiap elemen gereja, termasuk para pemimpin, pelayan, dan anggota komunitas, untuk bekerja sama dalam membangun ekosistem rohani yang sehat dan produktif. Melalui upaya yang terencana dan kontekstual, gereja dapat menjadi alat yang efektif dalam mengatasi stagnasi rohani dan membawa jemaat kembali kepada pemulihan iman yang sejati.

## **KESIMPULAN**

Konseling pastoral merupakan pendekatan yang relevan dan efektif dalam menghadapi stagnasi rohani di lingkungan perkotaan yang kompleks dan penuh tantangan spiritual. Dengan mengintegrasikan prinsip-prinsip Alkitabiah dan pemahaman kontekstual terhadap dinamika kehidupan urban, konseling pastoral mampu menjadi sarana pemulihan yang holistik, baik secara personal maupun komunitas. Stagnasi rohani, yang sering dipicu oleh tekanan hidup, isolasi sosial, dan pengaruh budaya sekuler, dapat ditangani melalui pendekatan pastoral yang fleksibel, adaptif, dan relevan dengan kebutuhan masyarakat perkotaan. Gereja, sebagai komunitas iman, memiliki peran strategis dalam mendukung pemulihan ini melalui penyediaan lingkungan yang mendukung pertumbuhan spiritual, pelayanan inklusif, dan program

pembinaan terarah. Implementasi konseling pastoral yang terencana dengan baik, termasuk pemanfaatan teknologi dan penguatan hubungan interpersonal dalam komunitas gereja, dapat memberikan dampak signifikan terhadap pemulihan spiritual jemaat. Melalui pendekatan yang berorientasi pada kasih, kepekaan pastoral, dan relevansi kontekstual, konseling pastoral mampu membantu individu keluar dari stagnasi rohani dan kembali menemukan makna serta dinamika dalam hubungan dengan Tuhan. Penelitian ini menegaskan pentingnya kolaborasi antara konseling pastoral dan peran gereja dalam menjawab tantangan spiritual yang semakin kompleks di era modern.

## DAFTAR PUSTAKA

- Dionisius Barai Putra, & Firmanto, A. D. (2023). Spiritualitas Kaum Muda di Tengah Perkotaan dalam Era Digital. *Missio Ecclesiae*, 11(2), 50–62. <https://doi.org/10.52157/me.v11i2.187>
- Djajadi, S., & Suryaningsih, E. W. (2021). Keluar dari Stagnasi: Kajian Pelayanan dan Implikasinya Berdasarkan Kajian Alkitab dalam Matius 28:19. *Veritas Lux Mea : Jurnal Teologi Dan ...*, 3(1), 65–77. [http://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=2559421&val=24034&title=Gambaran Kepercayaan terhadap Mitos di Kelurahan Sikumana Kota Kupang](http://download.garuda.kemdikbud.go.id/article.php?article=2559421&val=24034&title=Gambaran%20Kepercayaan%20terhadap%20Mitos%20di%20Kelurahan%20Sikumana%20Kota%20Kupang)
- Falcone, J. P. (2016). The Spiritual City: Theology, Spirituality, and the Urban. *Practical Theology*, 9(4), 365–366. <https://doi.org/10.1080/1756073X.2016.1235118>
- Firdaus, H., & Azizah, S. (2024). Work-Life Balance Cuma Ilusi? Menguak Realita Sabtu-Minggu yang Melelahkan. *Arkadia Digital Media*. <https://yoursay.suara.com/kolom/2024/12/15/094632/work-life-balance-cuma-ilusi-menguak-realita-sabtu-minggu-yang-melelahkan?>
- Greyta, E., Kinanti, P., Tinggi, S., Baptis, T., Tinggi, S., & Baptis, T. (2024). Retreat for Spiritual Development of Indonesian Baptist Church Youth, Ngemplak Simongan Retreat Sebagai Upaya Pembinaan Kerohanian Kaum Muda Gereja Baptis Indonesia Ngemplak Simongan. *Prosiding Sekolah Tinggi Baptis Indonesia*, 1(1), 74–79.
- Gultom, J. M. (2023). Sinergisitas Gereja dan influencer Rohani dalam Pemulihan Gambar Diri Native Digital. *Jurnal Teologi Berita Hidup*, 13(1), 104–116.
- Hariato, Y. H. (2024). MENGHADAPI KRISIS ROHANI: PANDUAN KONSELING KRISTEN. *Khamisyim : Jurnal Teologi Dan Pendidikan Kristiani*, 2(1), 16–29.
- Haryono, S. C. (2024). Christian Mindfulness: Sebuah Spiritualitas Holistik Keseharian dalam Tradisi Buddha dan Kristen. *GEMA TEOLOGIKA: Jurnal Teologi Kontekstual Dan Filsafat Keilahian*, 9(1), 105–114. <https://doi.org/10.21460/gema.2024.91.1112>
- Herman, S., & Hindradjat, J. (2024). Innovative Transformation Through Biblical Counseling in Serving the Spiritual Community. *International Journal of Multicultural Counseling and Development*, 1(1), 1–9. <https://doi.org/10.31960/ijomc-v1i1-2228>
- Jamaludin, A. (2015). *Sosiologi Perkotaan* (1st ed.). CV Pustaka Setia.
- Juni, N., & Kristeno, M. R. (2024). Pastoral Kehadiran : Wujud Pengembalaan Umat Dalam Gereja Sinodalitas. *Lumen : Jurnal Pendidikan Agama Katekese Dan Pastoral*, 3(1).
- Lantaa, F. B., Tataung, N. V., Makagansa, D., & Rawis, S. (2024). PASTORAL KONSELING SEBAGAI SARANA KOMUNIKASI. *Atohema : Jurnal Teologi Pastoral Konseling*, 1(3), 47–60.

- Lase, S., Zai, I. P., & Bambang, M. (2025). Penyembuhan Rohani dan Pemulihan Identitas : Pendekatan Hermeneutika terhadap Kisah Pertobatan Paulus di Kisah Para Rasul 9 : 17. *Silih Asuh : Teologi Dan Misi*, 1–13.
- Macarthur, J. F., & Mack, W. A. (2019). *Pengantar Konseling Alkitabiah*. Gandum Mas.
- Messakh, B. . (2018). Menuju Pelayanan Pastoral yang Relevan dan Kontekstual. *Theologia in Loco*, 1(1), 24. <http://www.theologiainloco.com/ojs/index.php/sttjournal/article/view/10/4>
- Moleong, L. J. (2016). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Remaja Rosdakarya.
- Nugroho, F. J. (2017). Pendampingan Pastoral Holistik: Sebuah Usulan Konseptual Pembinaan Warga Gereja. *Evangelikal: Jurnal Teologi Injili Dan Pembinaan Warga Jemaat*, 1(2), 139. <https://doi.org/10.46445/ejti.v1i2.71>
- Rachmawati, R. (2014). *Pengembangan Perkotaan dalam Era Teknologi Informasi dan Komunikasi*. Gadjah Mada University Press.
- Rahayu, Y. F., Hadi, S., & Arifianto, Y. A. (2023). Kelompok Sel dalam Perspektif Kolose 3: 14-15, Upaya Membangun Spiritual dan Pertumbuhan Gereja. *Jurnal Lentera Nusantara*, 2(2), 148–160. <https://doi.org/10.59177/jls.v2i2.219>
- Ruhlessin, J. C. (2021). Konflik dan rekonsiliasi antarjemaat: Sebuah analisis teologis. *Kurios*, 7(2), 329. <https://doi.org/10.30995/kur.v7i2.362>
- Sairwona, W. (2017). Kajian Teologis Penyampaian Firman Sairwona, Wellem. “Kajian Teologis Penyampaian Firman Tuhan Dan Pengaruhnya Bagi Pertumbuhan Iman Jemaat.” *Jurnal Shanan* 1, no. 2 (2017): 116–131. Tuhan Dan Pengaruhnya Bagi Pertumbuhan Iman Jemaat. *Jurnal Shanan*, 1(2), 116–131. <https://doi.org/10.33541/shanan.v1i2.1497>
- Santoso, S. I. (2021). Peranan Konseling Pastoral dalam Gereja bagi Pemulihan Kesehatan Rohani Jemaat. *LOGON ZOES: Jurnal Teologi, Sosial Dan Budaya*, 4(2), 108–123. <https://doi.org/10.53827/lz.v4i2.47>
- Simanjuntak, R. (2015). Peran Roh Kudus dalam Pertumbuhan iman orang percaya. *Santum Domine : Jurnal Teologi*, 117–143.
- Tanusaputra, D. N. (2000). Stagnasi Pelayanan. *Veritas: Jurnal Teologi Dan Pelayanan*, 1(1), 69–81. <https://doi.org/10.36421/veritas.v1i1.26>
- Yusuf Eko Basuki, S. T. (2014). *Memahami dan Mencapai Pertumbuhan Iman Yang Sempurna*. Garudhawaca Online books.