



INTEGRASI BIBLIOTHERAPY DAN JOURNALING DALAM PENDAMPINGAN PASTORAL REFLEKTIF BAGI REMAJA KRISTEN DALAM MENJALANI PACARAN

Anto Oey¹, Juliana Hindradjat²

Sekolah Tinggi Teologi Kharisma, Bandung

antooey.pmc2@gmail.com,¹ julianahindradjat@gmail.com,²

Submitted: 6 January 2026 Accepted: 25 February 2026 Published: 13 April 2026

Abstract

Dating among Christian adolescents remains a complex challenge in pastoral care, often addressed through moralistic approaches that lack reflective depth. This study aims to develop a conceptual model of reflective pastoral counseling through the integration of bibliotherapy and journaling as creative, faith-based methods. Using a qualitative descriptive approach grounded in library research, the study synthesizes scholarly literature published between 2020 and 2025 in the fields of pastoral theology, adolescent psychology, and spiritual formation. The analysis reveals that bibliotherapy functions as a dialogical bridge between scriptural values and relational experiences, while journaling serves as a safe space for emotional regulation and spiritual self-reflection. The proposed model consists of three integrated stages: guided engagement with faith-based texts, reflective journaling as a spiritual discipline, and non-directive pastoral dialogue. This conceptual framework offers churches a theologically grounded yet psychologically informed alternative to moralistic counseling, fostering character formation and responsible relational maturity among Christian youth. Designed for practical implementation, the model requires future empirical validation through field-based trials.

Keywords: *Reflective Pastoral Accompaniment; Christian Adolescent Dating; Bibliotherapy; Journaling; Conceptual Model.*

Abstrak

Pacaran remaja Kristen masih menjadi tantangan kompleks dalam pelayanan pastoral, yang sering kali direspons melalui pendekatan moralistik tanpa kedalaman reflektif. Penelitian ini bertujuan mengembangkan model konseptual pendampingan pastoral reflektif melalui integrasi biblioterapi dan penjurnalan sebagai metode kreatif berbasis iman. Dengan menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif berbasis studi pustaka, penelitian ini mensintesis literatur ilmiah yang terbit antara tahun 2020 dan 2025 dalam bidang teologi pastoral, psikologi remaja, dan formasi spiritual. Analisis menunjukkan bahwa biblioterapi berfungsi sebagai jembatan dialogis antara nilai-nilai Alkitabiah dan pengalaman relasional, sedangkan penjurnalan berperan sebagai ruang aman bagi regulasi emosi dan refleksi spiritual diri. Model yang diusulkan terdiri atas tiga tahap terintegrasi: keterlibatan terpandu dengan teks berbasis iman, penjurnalan reflektif sebagai disiplin spiritual, dan dialog pastoral non-direktif. Kerangka konseptual ini menawarkan kepada jemaat suatu alternatif yang berakar pada teologi namun peka secara psikologis terhadap konseling moralistik, sehingga mendorong formasi karakter dan kedewasaan relasional yang bertanggung jawab di kalangan remaja Kristen. Model ini dirancang untuk penerapan praktis dan memerlukan validasi empiris lebih lanjut melalui uji coba lapangan.

Kata Kunci: Pendampingan Pastoral Reflektif; Pacaran Remaja Kristen; Biblioterapi; Penjurnalan; Model Konseptual.

PENDAHULUAN

Pacaran adalah salah satu bentuk hubungan interpersonal yang penting selama masa remaja, karena hubungan ini tidak hanya melibatkan kedekatan emosional tetapi juga mulai membentuk pemahaman tentang identitas diri, komitmen, dan nilai-nilai relasional jangka panjang.¹ Bagi remaja Kristen, hubungan pacaran idealnya menjadi wahana untuk pertumbuhan spiritual dan karakter, di mana nilai-nilai seperti kasih, pengendalian diri, dan saling menghormati diwujudkan secara nyata. Namun, dalam praktiknya banyak remaja Kristen menghadapi tantangan dalam menyelaraskan iman dengan dinamika hubungan interpersonal di tengah tekanan budaya digital yang kerap mengedepankan kebebasan afektif tanpa tanggung jawab moral yang jelas.²

Gereja sebagai komunitas iman memiliki peran penting dalam mendampingi remaja dalam pergumulan relasional kaum muda tersebut. Namun, banyak pendekatan pendampingan pastoral di gereja saat ini masih bersifat normatif, yaitu lebih menekankan penegakan aturan moral, larangan atau standar etika Kristen terkait hubungan pacaran, tanpa memberikan ruang reflektif yang mendalam bagi remaja untuk memahami pengalaman pribadi dalam terang iman. Pendekatan seperti ini sering menimbulkan resistensi, rasa teralienasi, atau disonansi antara ajaran gereja dan realitas kehidupan remaja. Akibatnya, sejumlah remaja cenderung menyembunyikan pergumulan pacar atau bahkan menjauh dari komunitas gereja ketika menghadapi konflik relasional.³

Beberapa penelitian telah berupaya merespons tantangan ini. Intarti menekankan peran Pendidikan Agama Kristen sebagai wadah konseling pastoral yang membentuk karakter moral remaja. Namun, studi tersebut belum mengembangkan metode

¹ Manahan Uji Simanjuntak., "Psikologi Perkembangan Anak: Seri Pendekatan Alkitab," *Adab Indonesia Grup, Jakarta*, last modified 2025, <https://adabindonesiagrupo.com/2025/09/23/psikologi-perkembangan-anak-seri-pendekatan-alkitab/>.

² Yolanda Y Rumondor, Christian Stenly Mawikere, dan Agnes Raintung, "Following Christ, Not Trends: Christian Ethical Formation for Adolescents in the Digital Age" 8, no. 3 (2025): 128–139.

³ Geovani Loveilia dan Paulus Hermanto Yanto, "Pastoral Guidance for Christian Youth in the Era of Society 5.0," *Indonesian Journal of Christian Education and Theology. (IJCET)* 3, no. 1 (2024): 21–34.

pendampingan yang bersifat reflektif dan personal.⁴ Lalompoh dan Londo menyoroiti urgensi pendampingan pastoral bagi remaja yang terjebak dalam relasi toksik, tetapi fokus utamanya adalah pada deskripsi masalah, bukan pada model intervensi preventif.⁵ Sementara itu, Kapoh dan Onibala menegaskan pentingnya gereja sebagai komunitas formasi karakter, namun belum mengusulkan pendekatan metodologis yang konkret untuk konteks pacaran remaja.⁶

Di sisi lain, dalam ranah konseling dan psikologi perkembangan, dua metode telah terbukti efektif dalam membantu remaja mengolah pengalaman emosional dan membangun kesadaran diri: biblioterapi dan penjurnalan. Penelitian oleh Ting Yen Yu menunjukkan bahwa biblioterapi membantu remaja mengembangkan empati, regulasi emosi, dan pemaknaan pengalaman melalui interaksi dengan teks yang relevan.⁷ Demikian pula, Sani Putri membuktikan bahwa praktik menulis reflektif (penjurnalan) meningkatkan kemampuan remaja dalam mengelola stres emosional dan memperdalam refleksi diri.⁸ Namun, kedua metode ini masih jarang diintegrasikan ke dalam kerangka pendampingan pastoral Kristen, terutama dalam isu pacaran remaja.

Ketidakhadiran integrasi ini menegaskan adanya *research gap* dalam kajian pendampingan remaja Kristen. Kajian teologi pastoral umumnya menekankan pendekatan normatif terhadap pacaran remaja, sementara penelitian psikologi lebih berfokus pada aspek emosional dan perkembangan tanpa mengaitkannya dengan proses pembinaan iman. Akibatnya, belum tersedia model pendampingan pastoral yang secara sistematis mengintegrasikan biblioterapi dan penjurnalan dalam konteks pacaran remaja Kristen. Penelitian yang ada masih berjalan terpisah antara pendekatan teologis dan psikologis, sehingga diperlukan kerangka integratif yang mampu menjembatani kedua perspektif tersebut dalam melakukan praktik pendampingan pastoral.

⁴ Esther Rela Intarti, "Peran Guru Pendidikan Agama Kristen Sebagai Konselor Pastoral Dalam Pendampingan Pacaran Di Kalangan Remaja," *Jurnal Dinamika Pendidikan* 16, no. 2 (2023): 201–209.

⁵ Suryaningsi Dorthea Lalompoh dan Elsy Esterina Londo, "Konseling Pastoral Sebagai Pendampingan Bagi Pemuda Yang Sulit Keluar Dari Toxic Relationship Dalam Pacaran," *ATOHEMA: Jurnal Teologi Pastoral Konseling* 1, no. 1 (2024): 55–67.

⁶ Jehezkiel Novie Kapoh dan Maria Jeklin Onibala, "Urgensitas Pelayanan Konseling Pastoral Di Era Postmodern: Tanggapan Kritis Terhadap Degradasi Moral Remaja Kristen," *Jurnal Murid Kristus* 1, no. 2 (2024): 155–171.

⁷ Ting Yen Yu et al., "Examining the Emotional Healing Process Through Bibliotherapy in Adolescents with Cancer: A Qualitative Descriptive Study," *European Journal of Oncology Nursing* 71 (Agustus 2024), <https://doi.org/10.1016/j.ejon.2024.102653>.

⁸ Zahro Varisna Rohmadani Sani Putri, "Terapi Menulis Ekspresif untuk Meningkatkan Regulasi Emosi pada Remaja di SMP X Yogyakarta," *EduInovasi : Journal of Basic Educational Studies* 5, no. 2 (2025): 1453–1463.

Berdasarkan identifikasi kesenjangan tersebut, penelitian ini merumuskan masalah sebagai berikut: bagaimana pendampingan pastoral reflektif dapat dikembangkan bagi remaja Kristen dalam konteks pacaran melalui integrasi biblioterapi dan penjurnalan sebagai metode pembentukan iman dan karakter?

Pertanyaan ini mencakup tiga aspek kritis: Pertama, bagaimana biblioterapi dapat difungsikan sebagai medium dialog antara teks iman dan pengalaman relasional remaja? Kedua, bagaimana penjurnalan dapat menjadi ruang aman bagi regulasi emosi dan refleksi spiritual? Dan ketiga, bagaimana kedua metode tersebut dapat diintegrasikan dalam kerangka pendampingan pastoral yang non-direktif dan kontekstual?

Penelitian ini bertujuan untuk mengisi celah tersebut dengan mengembangkan model konseptual pendampingan reflektif pastoral yang mengintegrasikan biblioterapi dan penjurnalan. Model ini tidak dimaksudkan untuk sekadar memberikan solusi moral, tetapi untuk menciptakan ruang dialogis di mana remaja dapat merefleksikan pengalaman pacaran dalam terang iman, mengolah emosi secara sehat melalui penulisan reflektif, dan bertumbuh dalam kedewasaan relasional yang berakar pada nilai-nilai Kristiani.

Dari sisi teoritis, penelitian ini berkontribusi memperluas wacana teologi pastoral melalui pengembangan model integratif yang menghubungkan dimensi iman dengan pengelolaan emosi. Dari sisi praktis, model ini memberikan kerangka kerja yang dapat digunakan oleh pendeta, pembina remaja, dan konselor gereja untuk merancang pendampingan yang kontekstual, bersifat tidak menghakimi, dan mampu menghadirkan transformasi. Dari sisi metodologis, penelitian ini menerapkan pendekatan studi pustaka kualitatif untuk mensintesis literatur teologis, pastoral, dan psikologis terkini sebagai dasar pengembangan model.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif dengan metode studi pustaka. Metode ini dipilih karena sesuai dengan tujuan penelitian, yaitu merumuskan model konseptual pendampingan pastoral reflektif melalui integrasi biblioterapi dan penjurnalan. Data diperoleh dari jurnal ilmiah terakreditasi, buku, dan artikel akademik yang relevan serta dipublikasikan antara tahun 2020 dan 2025, yang ditelusuri secara sistematis menggunakan kata kunci yang berkaitan dengan pendampingan pastoral, pacaran remaja Kristen, biblioterapi, dan penjurnalan. Literatur yang terkumpul

dianalisis secara tematik dan reflektif untuk mengidentifikasi prinsip-prinsip teologis, psikologis, dan pastoral yang dapat dipadukan dalam perumusan model pendampingan. Penelitian ini bersifat konseptual dan tidak melibatkan pengumpulan data primer, sehingga model yang diusulkan masih memerlukan pengujian lebih lanjut melalui penelitian lapangan agar relevansinya dapat diuji dalam konteks pelayanan remaja secara nyata.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Pendekatan Pastoral Reflektif: Fondasi Teologis bagi Pendampingan Pacaran Remaja

Pendampingan pastoral reflektif adalah pendekatan yang menempatkan pengalaman hidup individu sebagai titik awal proses pendampingan.⁹ Dalam pendekatan ini, pendamping tidak berfungsi sebagai otoritas yang memberi jawaban akhir, melainkan sebagai mitra dialog yang membantu individu merefleksikan pengalaman hidup dalam terang iman dan spiritualitas. Melalui proses reflektif dan dialogis, individu diajak menemukan makna teologis dari pengalaman konkret dalam kehidupan sehari-hari.¹⁰ Pendekatan ini menekankan pentingnya dialog, kesadaran diri, dan refleksi kritis terhadap pengalaman hidup. Dalam konteks remaja, pendekatan reflektif menjadi relevan karena masa remaja merupakan fase pencarian identitas yang memerlukan ruang aman untuk mengeksplorasi perasaan, nilai, dan relasi pribadi. Studi teologis mengenai pendidikan agama Kristen menunjukkan bahwa metode reflektif membantu generasi muda membangun pemahaman iman yang kontekstual melalui keterlibatan aktif dengan pengalaman hidup.¹¹

Pendekatan ini menghindari pola pendampingan yang bersifat menghakimi atau terlalu normatif. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa model pastoral yang terlalu moralistik atau tekanan penilaian etis semata justru dapat menghambat keterbukaan, introspeksi, dan dialog pada remaja, sehingga kurang efektif dalam membangun

⁹ Lolita Luciana Ririhena, *Konseling Pastoral*, Cantrik Pustaka, Yogyakarta, 2023, <https://gerai.cantrikpustaka.com/product/konseling-pastoral/>.

¹⁰ Anatasya Puasa et al., "Pastoral Konseling Strategi Efektif Mengembangkan Kesadaran Spiritual Pemuda Jemaat Kendagu Ruata Kombos," *Hospitalitas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 2, no. 1 (2025): 27–35.

¹¹ Yunardi Kristian Zega, "Mentorship Gereja dalam Membentuk Karakter Remaja di BNKP Jemaat Hiliomasio Medan," *VOX DEI: Jurnal Teologi dan Pastoral* 2, no. 2 (2021): 136–155.

kepercayaan dan refleksi diri. Oleh karena itu, pendekatan pastoral yang lebih reflektif dan dialogis dipandang lebih sesuai untuk mendampingi remaja dalam menghadapi persoalan relasional dan berbagai tantangan kehidupan remaja. Pendekatan ini sejalan dengan studi teologi pastoral yang menekankan pentingnya empati, hubungan dialogis, dan perhatian terhadap pengalaman hidup individu dalam praktik pastoral.¹²

Pacaran dalam tradisi Kristen tidak memiliki preseden langsung dalam Alkitab, namun prinsip-prinsip relasional seperti kasih agape (1 Korintus 13), kesucian hidup (1 Tesalonika 4:3-5), dan saling membangun (1 Tesalonika 5:11) memberikan dasar teologis yang kuat untuk membentuk pemahaman tentang pacaran yang sehat. Namun, dalam praktik pastoral, isu ini sering disederhanakan menjadi daftar larangan: jangan pacaran terlalu dini, jangan berduaan, jangan sentuh fisik, dan sebagainya. Pendekatan ini, meskipun bermaksud baik, gagal membekali remaja dengan diskernemen moral dan kematangan emosional yang diperlukan.

Remaja kerap mengalami ketegangan internal antara ajaran yang diterima dari komunitas iman dan realitas pergaulan dalam kehidupan sehari-hari. Di satu sisi, terdapat kerinduan untuk hidup taat, di sisi lain, muncul perasaan bahwa pendekatan gereja sering kali tidak menyentuh pergumulan batin yang mendalam, seperti rasa kesepian, ketakutan ditolak, atau kerinduan untuk dicintai secara tulus. Ketika ruang refleksi yang aman dan empatik tidak tersedia, ketegangan ini cenderung direspons melalui dualisme praktis: menampilkan ketaatan di lingkungan religius sambil menyembunyikan dinamika relasional pribadi, atau bahkan menarik diri dari komunitas iman karena menganggapnya tidak relevan. Pola ini mencerminkan bentuk disonansi kognitif di mana ketidakselarasan antara keyakinan normatif dan pengalaman emosional-sosial memicu keraguan religius serta krisis makna hidup pada remaja.¹³

Realitas ini menunjukkan bahwa pendampingan pastoral tidak dapat lagi berhenti pada pendekatan yang bersifat moralistik dan normatif, melainkan perlu diarahkan pada proses formasi karakter yang berkelanjutan. Kapoh dan Onibala menegaskan bahwa pelayanan konseling pastoral di era postmodern harus memosisikan gereja sebagai komunitas pembelajaran nilai, dalam komunitas tersebut remaja tidak sekadar

¹² Kyungsig Samuel Lee dan Danjuma G. Gibson, *Justice Matters: Spiritual Care and Pastoral Theological Imaginations in Times of the COVID-19 Pandemic*, by Routledge, 2023, <https://www.routledge.com/link/link/p/book/9781032273587?>

¹³ Alice Kosarkova, "Religious Doubts and Emotions Toward God in Adolescents: Relation to Self-Esteem and Meaning in Life," *Religions* 15, no. 11 (2024): 1-15.

diarahkan untuk menaati aturan moral, tetapi dibimbing untuk menginternalisasi nilai-nilai Kristiani dalam kehidupan nyata. Dalam kerangka ini, pengalaman pacaran tidak semata-mata dipahami sebagai ancaman terhadap moralitas remaja, melainkan sebagai ruang pembentukan spiritual yang memungkinkan proses belajar mengasih secara dewasa dengan kesabaran, kerendahan hati, dan pengorbanan diri. Pendekatan pastoral yang demikian menuntut adanya proses reflektif yang menolong remaja tidak hanya mengevaluasi perilaku relasional sekaligus memahami bagaimana relasi tersebut membentuk identitas, karakter, dan kedewasaan iman.

Pendekatan reflektif ini sejalan dengan arah teologi pastoral kontemporer yang menekankan pentingnya konteks, pengalaman, dan proses pemaknaan dalam pendampingan iman. Penelitian Lalompoh dan Londo menunjukkan bahwa pendampingan pastoral yang bersifat dialogis dan empatik lebih efektif menolong remaja dalam relasi pacaran, terutama ketika remaja berada dalam situasi relasional yang kompleks dan emosional. Dalam kerangka ini, iman tidak dipahami sebagai beban moral atau kumpulan aturan yang kaku, melainkan sebagai sumber pemaknaan hidup yang membantu remaja bertumbuh secara bijaksana, bertanggung jawab, dan berakar dalam nilai-nilai Kristiani.¹⁴

2. Biblioterapi dan Penjurnalan: Dua Praktik Reflektif dari Ranah Iman dan Psikologi

Biblioterapi, dalam pengertian luas adalah penggunaan bacaan baik teks fiksi, non-fiksi, maupun tulisan suci, sebagai alat terapeutik untuk membantu seseorang memahami dirinya dan menghadapi tantangan hidup. Dalam konteks pendampingan pastoral, biblioterapi menjadi unik karena menggabungkan otoritas teks suci dengan pengalaman pribadi pembaca secara reflektif.¹⁵ Bálint dan Magyari menjelaskan bahwa ketika remaja membaca teks Alkitab, pembacaan tersebut tidak hanya dipahami sebagai perintah yang harus ditaati, tetapi juga sebagai bahan renungan yang relevan dengan pergumulan kehidupan remaja. Melalui pendekatan ini, terbukalah ruang dialog yang memungkinkan pengalaman pribadi pembaca dan pesan teks saling berinteraksi

¹⁴ Lalompoh dan Londo, "Konseling Pastoral Sebagai Pendampingan Bagi Pemuda Yang Sulit Keluar Dari Toxic Relationship Dalam Pacaran."

¹⁵ Pdt. J.D. Engel, *Konseling Pastoral dan Isu-Isu Kontemporer*, BPK Gunung Mulia, Jakarta, 2024, <https://bpkgunungmulia.com/products/konseling-pastoral-dan-isu-isu-kontemporer>.

sehingga terjadi refleksi hermeneutis yang menghubungkan dunia teks dengan dunia pembaca. Dalam proses tersebut, bacaan menjadi media yang membantu pemaknaan spiritual dan emosional secara lebih mendalam dalam kehidupan remaja.¹⁶

Inti dari penerapan biblioterapi pastoral terletak pada pemilihan bacaan yang sesuai dengan konteks hidup remaja serta pendampingan reflektif yang terbuka. Bacaan tidak digunakan untuk memberi jawaban instan atau menegaskan larangan, melainkan menjadikan undangan untuk berdialog. Misalnya, alih-alih langsung menyatakan bahwa Alkitab melarang pacaran di usia tertentu, pendamping dapat mengajak remaja merenung dengan pertanyaan seperti “Apa yang teks ini katakan tentang kesiapan hati?” dan “Bagaimana pesan tersebut berkaitan dengan pengalaman relasimu?” Melalui cara ini, remaja dapat menemukan iman sebagai realitas nyata dan bermakna dalam hidup sehari-hari, bukan aturan jauh dan kaku.

Studi-studi terbaru menunjukkan bahwa biblioterapi berkontribusi positif dalam meningkatkan kesadaran diri, empati, dan kemampuan remaja memaknai pengalaman hidup. Ting Yen Yu dalam penelitiannya mengenai remaja yang mengalami stres dalam relasi interpersonal, menemukan bahwa keterlibatan dengan narasi yang menggambarkan konflik dan pergumulan relasional menolong remaja mengenali pola hubungan pribadi dan mengembangkan strategi koping yang lebih sehat.¹⁷ Dalam konteks iman Kristen, penggunaan teks Alkitab seperti Amsal 4:23 (“Jagalah hatimu...”) dan 1 Yohanes 4:18 (“Di dalam kasih tidak ada ketakutan”) dapat berfungsi sebagai pintu refleksi untuk menolong remaja menilai motivasi di balik relasi pacaran, apakah didasarkan pada kasih yang dewasa atau justru didorong oleh rasa takut akan kesepian dan penolakan.

Dalam konteks pastoral, membaca Alkitab tidak sekadar berfungsi sebagai daftar perintah yang harus dihafal, tetapi sebagai sarana dialog iman yang membuka ruang bagi refleksi pribadi. Penelaahan Alkitab yang dilakukan secara mendalam memberikan kesempatan kepada pembaca untuk melihat hubungan antara teks dan pengalaman hidup sehingga pemahaman iman tidak hanya bersifat tekstual tetapi juga kontekstual. Misalnya, keterlibatan remaja dengan teks-teks Alkitab seperti ajaran kasih dalam 1

¹⁶ Bálint Ágnes dan Judit Magyari, “The Use of Bibliotherapy in Revealing and Addressing the Spiritual Needs of Cancer Patients,” *Religions* 11, no. 3 (2020): 1–15.

¹⁷ Yu et al., “Examining the Emotional Healing Process Through Bibliotherapy in Adolescents with Cancer: A Qualitative Descriptive Study.”

Korintus 13 atau prinsip menjaga hati dalam Amsal 4:23 dapat mendorong proses refleksi diri mengenai motivasi batin dan pola relasi yang sedang dijalani. Dengan pendekatan semacam ini, pemaknaan terhadap teks menjadi proses hermeneutis yang reflektif, yang menghubungkan narasi kitab suci dengan dinamika kehidupan pribadi dan tantangan relasional remaja. Hal ini menunjukkan bahwa interpretasi Alkitab yang reflektif dapat memperkaya pertumbuhan spiritual dan pemahaman diri sesuai konteks kehidupan sehari-hari.¹⁸

Penjurnalan telah lama dikenal dalam tradisi spiritual Kristen sebagai cara berkomunikasi dengan Tuhan. Dalam tradisi ini, tokoh seperti John Wesley rutin mencatat pergumulan iman, pengalaman kasih karunia, dan komitmen hidupnya selama puluhan tahun. Dalam psikologi modern, praktik menulis reflektif ini dikenal sebagai terapi menulis ekspresif, yang banyak diteliti sebagai metode yang membantu individu mengenali dan mengatur emosi secara lebih sehat. Penelitian seperti yang dilakukan oleh Sani Putri menunjukkan bahwa terapi menulis ekspresif efektif membantu meningkatkan kemampuan remaja dalam mengelola emosi, menurunkan tingkat kecemasan, dan kesadaran diri, dengan hasil yang signifikan setelah intervensi menulis. Dengan demikian, penjurnalan tidak hanya berfungsi sebagai praktik spiritual, tetapi juga sebagai alat psikologis yang membantu refleksi, pengaturan stres, dan pemahaman diri secara lebih mendalam pada remaja.¹⁹

Bagi remaja Kristen, penjurnalan rohani menjadi jembatan reflektif antara pengalaman emosional dan pertumbuhan spiritual. Melalui kegiatan menulis, remaja diajak menyadari pergumulan batin yang dialami dan mengolahnya dalam terang iman. Penelitian Apaut dan Suparman menunjukkan bahwa praktik jurnal rohani yang dilakukan secara teratur membantu remaja mengenali kondisi batin secara lebih jujur, menyusun doa yang lebih pribadi, serta merasakan kehadiran Tuhan dalam dinamika kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, penjurnalan tidak hanya berfungsi sebagai

¹⁸ Maya YM, "Disiplin Membaca Alkitab dan Berdoa bagi Pertumbuhan Rohani Remaja: Studi pada Remaja di gereja Kristen Sulawesi Barat Bukit Zion, Mamuju," *REDOMINATE Jurnal Teologi dan Pendidikan Kristiani* 5, no. 1 (2023): 96–107.

¹⁹ Sani Putri, "Terapi Menulis Ekspresif untuk Meningkatkan Regulasi Emosi pada Remaja di SMP X Yogyakarta."

latihan disiplin rohani, tetapi juga sebagai ruang refleksi yang menolong remaja memaknai pengalaman hidup dan relasi secara lebih matang.²⁰

Sementara itu, penjurnalan berperan sebagai ruang aman bagi remaja untuk mengungkapkan pergumulan batin secara jujur. Dalam masyarakat yang menuntut remaja menampilkan citra sempurna di media sosial, kegiatan menulis jurnal menjadi praktik reflektif yang mendorong proses berhenti sejenak untuk merenungkan pengalaman, dan membangun komunikasi secara autentik dengan diri sendiri dan dengan Tuhan. Praktik penjurnalan ini juga konsisten dengan tradisi rohani Kristen, di mana tokoh-tokoh iman seperti John Wesley menggunakan tulisan sebagai sarana untuk mendekatkan diri secara pribadi dengan Tuhan.²¹

Dalam konteks pendampingan pastoral, praktik penjurnalan tersebut dapat difasilitasi melalui pertanyaan reflektif yang disusun secara bertahap. Pendamping dapat mengawali dengan pertanyaan: "Pengalaman apa dalam relasimu minggu ini yang paling mengganggu perasaanmu?" untuk membantu mengenali isu utama dalam pengalaman relasional yang sedang dihadapi. Selanjutnya, remaja diajak mengeksplorasi respons emosional melalui pertanyaan: "Apa yang kamu rasakan saat mengalami hal tersebut?" Refleksi kemudian diperdalam dengan mengaitkan pengalaman tersebut dengan nilai iman melalui pertanyaan: "Bagaimana pengalaman ini berkaitan dengan firman Tuhan atau nilai iman yang kamu pahami?" Pada tahap akhir, remaja diarahkan merumuskan makna dan langkah konkret ke depan melalui pertanyaan: "Apa yang kamu harapkan Tuhan ajarkan melalui situasi ini, dan sikap apa yang ingin kamu bangun selanjutnya?" Rangkaian pertanyaan ini membantu integrasi antara emosi, iman, dan tindakan secara reflektif, sekaligus menciptakan ruang pendampingan yang aman tanpa tekanan pengakuan verbal yang berpotensi menimbulkan rasa malu atau sikap defensif.

3. Menyatukan Dimensi Iman dan Perasaan: Menuju Pendampingan yang Utuh

Integrasi antara teologi dan psikologi dalam konseling pastoral tidak dimaksudkan sebagai pencampuran tanpa arah, melainkan sebagai dialog kritis antara dua disiplin yang saling memperkaya. Yurlianti Tanggana menegaskan bahwa

²⁰ Apaut Vrijilio Aditia dan Suparman, "Membangun Disiplin Rohani Siswa pada Generasi Milenial Melalui Jurnal Membaca Alkitab," *Diligentia: Journal of Theology and Christian Education* 3, no. 2 (2021): 110–125.

²¹ Sani Putri, "Terapi Menulis Ekspresif untuk Meningkatkan Regulasi Emosi pada Remaja di SMP X Yogyakarta."

pendekatan pastoral yang holistik memandang manusia sebagai pribadi utuh, dengan dimensi emosional, spiritual, dan pengalaman hidup saling terkait dan tidak dapat dipisahkan.²² Dalam konteks remaja, pengabaian aspek psikologis dapat berpotensi melemahkan proses pembinaan iman. Misalnya, kecemasan dalam relasi sering kali dilabeli sebagai kurangnya iman, padahal kondisi tersebut merupakan respons psikologis yang wajar terhadap rasa tidak aman dan kebutuhan akan penerimaan. Pendekatan yang tidak peka terhadap realitas ini dapat menghambat pertumbuhan spiritual remaja secara menyeluruh.

Bertolak dari pemahaman tersebut, model integratif yang diusulkan berpijak pada prinsip bahwa iman yang sehat adalah iman yang menghargai kemanusiaan secara utuh. Dalam kerangka ini, biblioterapi berperan menyediakan landasan nilai dan perspektif iman, sementara penjurnalan memberi ruang bagi remaja untuk mengolah pengalaman emosional dalam terang nilai tersebut. Ketika keduanya diintegrasikan dalam pendampingan pastoral reflektif, terbentuk suatu proses formasi yang berkelanjutan: membaca membuka dialog dengan teks iman, menulis membantu internalisasi dan pengolahan pengalaman, dan pendampingan memungkinkan refleksi tersebut didiskusikan dalam komunitas iman yang aman.

a. Dasar Teoretis Integrasi Biblioterapi dan Penjurnalan

Integrasi biblioterapi dan penjurnalan dalam pendampingan pastoral didasarkan pada pemahaman bahwa remaja memerlukan dua jenis ruang reflektif: satu untuk berdialog dengan nilai-nilai iman melalui teks, dan satu lagi untuk mengolah pergumulan batin melalui tulisan pribadi. Meskipun berasal dari disiplin yang berbeda, biblioterapi dari ranah pendidikan dan psikologi, dan penjurnalan dari tradisi spiritual Kristen, keduanya memiliki prinsip inti yang sama, yakni mendorong individu untuk merefleksikan pengalaman pribadi melalui sarana eksternal maupun internal, sehingga proses pembelajaran dan pemaknaan diri menjadi lebih mendalam.

b. Landasan Integratif: Teologi Naratif dan Psikologi Perkembangan

²² Lilis Sarong Sarampang Yurlianti Tanggana, Serlina, Serlita Tudang, "Integritas Spiritualitas Dan Psikoterapi Dalam Konseling Pastoral Kristeni Berdasarkan Roma 12:2 Dan Pendekatan Holistik Clinebell," *Relinesia: Jurnal Kajian Agama dan Multikulturalisme Indonesia* 3, no. 4 (2024): 436–450.

Model ini bertumpu pada dua prinsip integratif yang saling memperkaya. Secara teologis, model ini sejalan dengan gagasan bahwa konseling pastoral perlu mengangkat narasi kehidupan konseli sebagai dasar dialog iman dan pemulihan rohani, di mana pengalaman pribadi dibawa ke dalam relasi dialogis yang bermakna dan berbasis kasih.²³ Secara psikologis, model ini menghormati prinsip humanistik perkembangan remaja, yang menekankan pentingnya otonomi, pencarian identitas, serta regulasi emosi sebagai aspek esensial dalam kesejahteraan psikologis, dimana teori kebutuhan manusia Abraham Maslow menyatakan bahwa pemenuhan kebutuhan psikososial ini penting untuk membantu mengatasi kesepian dan ketidakamanan emosional yang sering dialami generasi muda.²⁴ Dengan mengintegrasikan biblioterapi sebagai dialog dengan teks iman dan penjurnalan sebagai wadah pengolahan pengalaman emosional, model ini berupaya menghadirkan pendampingan pastoral yang holistik, relevan dengan konteks pengalaman remaja, serta transformatif dalam pertumbuhan iman dan karakter.

4. Mengatasi Keterbatasan Pendekatan Moralistik: Menuju Pendampingan yang Berpusat pada Pengalaman Remaja

Dalam praktik pelayanan remaja di gereja Indonesia, pendekatan terhadap pacaran remaja Kristen seringkali masih didominasi oleh pola yang bersifat normatif-moralistik, yang fokusnya lebih pada larangan, batasan perilaku, dan pengawasan eksternal untuk mempertahankan kesucian dan integritas iman. Walaupun niatnya lahir dari kepedulian pastoral, pendekatan yang menekankan aturan dan pengawasan semata ini cenderung kurang menyentuh pergumulan batin dan dinamika emosional yang dialami remaja dalam relasi. Kondisi serupa juga tercatat dalam kajian pelayanan gereja terhadap remaja, di mana gereja sering kali belum mampu menghadirkan pembinaan yang relevan dengan kebutuhan hidup rohani dan psikologis remaja secara menyeluruh, sehingga remaja sering merasa bahwa gereja kurang memahami realitas kehidupan dan

²³ Haris Benaya Manurung dan Yanto Paulus, "Konseling Pastoral sebagai Respon Teologis terhadap Kebutuhan Jemaat di Era Modern," *POIMEN Jurnal Pastoral Konseling* 6, no. 1 (2025): 44–60.

²⁴ Angelica Leviani Rivela et al., "Perspektif Konseling Pastoral terhadap Humanisme Abraham Maslow dan Implikasinya dalam Menghadapi Kesepian pada Generasi Stroberi," *Sanctum Domine: Jurnal Teologi* 13, no. 2 (2024): 309–330.

justru menunjukkan tanda-tanda ketidakaktifan atau keterasingan dari komunitas iman.²⁵

Pendampingan pastoral reflektif hadir sebagai alternatif yang lebih kontekstual dan humanis dibandingkan pendekatan normatif-doktrinal. Pendekatan ini tidak menempatkan aturan atau larangan sebagai titik awal, melainkan memulai proses pendampingan dari pengalaman hidup remaja itu sendiri. Pengalaman relasional, pergumulan batin, serta dinamika emosi dan iman dipahami sebagai ruang dialog yang penting dalam proses pertumbuhan spiritual. Dengan menjadikan pengalaman sebagai titik berangkat, pendampingan pastoral dapat menghindari sikap menghakimi dan membuka ruang refleksi yang lebih jujur serta bermakna.²⁶

5. Menjawab Tantangan Zaman: Relevansi Model Integratif di Era Digital

Dalam konteks budaya digital, dinamika pacaran remaja dan pemuda menjadi semakin kompleks. Media sosial mendorong terbentuknya budaya relasi yang bersifat performatif, di mana kualitas hubungan sering diukur melalui eksposur publik, seperti jumlah like, intensitas unggahan romantis, atau durasi interaksi daring. Tekanan untuk mempertahankan citra relasi yang ideal di ruang digital kerap membuat remaja dan pemuda bertahan dalam hubungan yang tidak sehat, meskipun secara emosional dan spiritual merugikan. Lalompok dan Londo menegaskan bahwa banyak pemuda Kristen mengalami kesulitan keluar dari relasi toksik karena keterikatan emosional, ketergantungan afektif, serta ketakutan akan kehilangan penerimaan sosial.²⁷ Kondisi ini sejalan dengan fenomena hubungan tanpa status, yakni relasi ambigu tanpa komitmen jelas, yang semakin mengaburkan batas antara kedekatan emosional dan komitmen relasional yang sehat. Dalam situasi demikian, pendampingan pastoral menjadi penting sebagai ruang reflektif yang menolong pemuda mengenali pola relasi yang tidak sehat serta memulihkan pemahaman iman dan harga diri secara utuh.

²⁵ Setiawan David Eko, Carles Marcos Roberto, dan Melania Dean Diana Novita, Fariasa, "Restorasi Ibadah Kreatif: Sebuah Upaya Membangun Minat Remaja Kristen Untuk Bergereja," *KHARISMA: Jurnal Ilmiah Teologi* 2, no. 2 (2021): 89–106.

²⁶ Herliana Lalumba, "Peran Konseling Pastoral Dalam Mendukung Kesehatan Mental Remaja Umur 10-18 Tahun," *Coram Mundo: Jurnal Teologi dan Pendidikan Agama Kristen* 6, no. 1 (2024): 127–132.

²⁷ Lalompok dan Londo, "Konseling Pastoral Sebagai Pendampingan Bagi Pemuda Yang Sulit Keluar Dari Toxic Relationship Dalam Pacaran."

Model pendampingan pastoral reflektif yang diusulkan tersusun dalam tiga tahap integratif. Tahap pertama adalah dialog dengan teks iman (Biblioterapi terpandu), di mana remaja membaca bacaan rohani yang relevan dengan isu pacaran, seperti ajaran kasih (1 Korintus 13), pengendalian diri (Galatia 5:22–23), batasan sehat (Amsal 4:23), dan kesetiaan (Rut 1:16–17). Bacaan ini diberikan sebagai undangan reflektif, bukan perintah. Pertanyaan panduan seperti “Apa yang paling menyentuhmu dari teks ini?” atau “Bagaimana pengalamanmu berkaitan dengan nilai yang disampaikan?” membantu remaja mengenali motif batin dan memahami nilai iman secara kontekstual.²⁸

Tahap kedua adalah refleksi tertulis melalui penjurnalan, di mana remaja menulis jurnal pribadi selama 15–20 menit. Pertanyaan panduan dapat mencakup: “Apa perasaan yang muncul saat membaca teks ini?”, “Apa pergumulan relasimu minggu ini?”, dan “Apa yang kamu harap Tuhan ajarkan melalui situasi ini?” Aktivitas ini memberikan ruang aman bagi remaja untuk mengekspresikan emosi dan pergumulan yang sulit diungkapkan secara verbal, sekaligus membantu mengelola kecemasan dan meningkatkan kesadaran diri.²⁹

Tahap ketiga adalah pendampingan dialogis non-direktif, di mana pendamping melakukan sesi mingguan singkat (30–45 menit) untuk mendengarkan refleksi remaja tanpa memberikan arahan atau nasihat langsung. Pertanyaan seperti “Apa yang paling menantang dari jurnalmu?” atau “Komitmen iman apa yang ingin kamu ambil?” mendorong remaja menjadi agen aktif dalam pertumbuhan iman dan karakter. Pendekatan ini konsisten dengan prinsip pastoral kontemporer yang menekankan dialog, kasih, dan pemulihan holistik, sehingga pembentukan karakter iman berlangsung berkelanjutan dan relevan dengan kehidupan sehari-hari.³⁰

Ketika biblioterapi dan penjurnalan digabungkan, keduanya membentuk siklus pembelajaran reflektif yang utuh: teks menyediakan wawasan iman, tulisan membantu pengolahan pengalaman emosional, dan pendampingan pastoral mengintegrasikan keduanya dalam sebuah relasi yang suportif dan tidak menghakimi

²⁸ Herliana Lalumba, “Peran Konseling Pastoral Dalam Mendukung Kesehatan Mental Remaja Umur 10-18 Tahun.”

²⁹ Sani Putri, “Terapi Menulis Ekspresif untuk Meningkatkan Regulasi Emosi pada Remaja di SMP X Yogyakarta.”

³⁰ Manurung dan Paulus, “Konseling Pastoral sebagai Respon Teologis terhadap Kebutuhan Jemaat di Era Modern.”

Pendekatan ini sejalan dengan visi pendampingan pastoral kontemporer yang menekankan pembentukan karakter jangka panjang, bukan sekedar koreksi perilaku sesaat. Penelitian mengenai implementasi pelayanan pastoral berbasis pendidikan Kristen menunjukkan bahwa konseling dan pengajaran yang terus menerus berperan dalam pembentukan karakter spiritual jemaat secara menyeluruh dan berkelanjutan. Dengan demikian, pendampingan pastoral tidak berhenti pada penyelesaian masalah, tetapi diarahkan pada pertumbuhan remaja menjadi pribadi yang mampu mencintai secara bijaksana, bertanggung jawab, dan memberikan kekuatan dalam iman, baik dalam hubungan pacaran maupun dalam hubungan sosial lainnya.³¹

Novelty Penelitian dan Implikasi bagi Pelayanan Gereja

Kebaruan penelitian ini adalah pengembangan model konseptual pendampingan pastoral reflektif yang secara sistematis mengintegrasikan biblioterapi dan penjurnalan dalam konteks pacaran remaja Kristen. Berbeda dari penelitian-penelitian sebelumnya yang cenderung menekankan pendekatan normatif-moralistik atau sebatas mendeskripsikan permasalahan relasional remaja, studi ini menawarkan kerangka pendampingan yang dialogis, non-direktif, dan berorientasi pada proses refleksi iman serta regulasi emosi. Integrasi biblioterapi sebagai medium dialog antara teks iman dan pengalaman relasional, bersama penjurnalan sebagai ruang refleksi spiritual dan pengolahan emosi, menghasilkan sebuah model pastoral yang tidak hanya berakar secara teologis, tetapi juga peka terhadap dinamika psikologis perkembangan remaja. Dengan demikian, penelitian ini memperkaya khazanah teologi pastoral praktis melalui pendekatan integratif yang relevan dengan tantangan relasional remaja Kristen di era kontemporer.

Secara praktis, model pendampingan pastoral reflektif ini memberikan implikasi penting bagi pelayanan gereja, khususnya dalam pembinaan dan pendampingan remaja. Model ini mengajak gereja untuk menggeser pendekatan pendampingan pacaran remaja dari pola yang bersifat normatif dan menghakimi menuju pendekatan yang dialogis,

³¹ Andrian Wir Syahputra Dina Weli Ornance Lake, Hendrik A.E. Lao, "Implementasi Pelayanan Pastoral dalam Pembentukan Karakter Spiritual Jemaat Berbasis Pendidikan Kristen di GMIT Lanud Eltari," *Poimen: Jurnal Pastoral Konseling* 5, no. 2 (2024): 1–17.

reflektif, dan kontekstual.³² Melalui pemanfaatan biblioterapi dan penjurnalan, pendeta, pembina remaja, dan konselor gereja dapat menciptakan ruang pendampingan yang aman bagi remaja untuk mengolah pengalaman relasional, emosi, dan iman secara bertanggung jawab. Dengan demikian, pelayanan gereja tidak hanya berfungsi sebagai pengawas moral, tetapi sebagai komunitas iman yang mendampingi pertumbuhan kedewasaan relasional dan spiritual remaja.

Keterbatasan dan Arah Pengembangan Lanjutan

Sebagai studi konseptual berbasis studi pustaka, model ini belum diuji dalam konteks pelayanan nyata. Namun, justifikasi teoretisnya kuat, dan relevansinya tinggi. Karena itu, penelitian lanjutan disarankan untuk menguji efektivitas model ini melalui uji coba terstruktur dalam kelompok remaja di gereja-gereja Indonesia. Evaluasi dapat dilakukan melalui refleksi tertulis, wawancara naratif, atau penilaian perkembangan spiritual jangka pendek.

Selain itu, model ini dapat dikembangkan lebih jauh dengan mempertimbangkan konteks khusus, seperti pacaran antar iman, pengaruh media sosial, atau trauma relasional di masa lalu. Dalam setiap konteks, inti model tetap sama: menciptakan ruang reflektif di mana iman dan pengalaman saling memperkaya.

Meskipun dikembangkan secara konseptual, model ini memiliki dasar teoretis yang kuat dan selaras dengan kebutuhan pastoral riil. Oleh karena itu, ia diharapkan dapat menjadi kerangka kerja konseptual dan praktis bagi gereja, sekolah teologi, dan pembina remaja dalam merancang pendampingan pacaran remaja Kristen yang reflektif, kontekstual, dan berakar pada iman.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa pendampingan pastoral reflektif merupakan pendekatan yang relevan dan kontekstual dalam mendampingi remaja Kristen yang bergumul dengan dinamika pacaran. Pendekatan normatif-moralistik yang selama ini dominan terbukti belum sepenuhnya menjawab kebutuhan refleksi iman dan pengolahan emosi remaja, terutama di tengah kompleksitas relasi dan tekanan budaya

³² Emeliana dan Yonathan Salmon E.Ngesthi, *Pendidikan Agama Kristen Remaja Dalam Gereja - Penerbit Litnus, Literasi Nusantara Abadi Grup, Yogyakarta, 2024*, <https://penerbitlitnus.co.id/portfolio/pendidikan-agama-kristen-remaja-dalam-gereja/>.

digital. Oleh karena itu, gereja perlu mengembangkan model pendampingan yang tidak hanya menekankan kepatuhan terhadap norma, tetapi juga membuka ruang dialog yang aman, empatik, dan reflektif.

Integrasi biblioterapi dan penjurnalan dalam penelitian ini menghasilkan sebuah model konseptual pendampingan pastoral reflektif yang terdiri atas tiga tahap, yaitu keterlibatan dialogis dengan teks iman, refleksi tertulis melalui penjurnalan, dan pendampingan pastoral non-direktif. Biblioterapi berfungsi sebagai jembatan antara nilai-nilai iman Kristen dan pengalaman relasional remaja, sementara penjurnalan menjadi sarana pengolahan emosi dan refleksi spiritual yang membantu remaja mengenali diri, relasi, dan imannya secara lebih jujur dan mendalam. Ketiga tahap ini saling melengkapi dalam membentuk proses formasi karakter dan kedewasaan relasional yang berkelanjutan.

Secara praktis, model ini memberikan kerangka kerja yang dapat digunakan oleh pendeta, pembina remaja, dan konselor gereja untuk merancang pendampingan pacaran remaja yang kontekstual, dialogis, dan tidak menghakimi. Pendampingan pastoral tidak lagi dipahami semata-mata sebagai koreksi perilaku, melainkan sebagai proses pembentukan iman dan karakter yang menolong remaja bertumbuh dalam tanggung jawab, pengendalian diri, dan kasih yang dewasa. Dengan demikian, gereja dapat berperan lebih aktif sebagai komunitas formasi iman yang relevan dengan realitas hidup remaja masa kini.

Penelitian ini bersifat konseptual dan berbasis studi pustaka, sehingga model yang diusulkan masih memerlukan pengujian empiris melalui implementasi dan evaluasi lapangan dalam konteks pelayanan remaja gereja. Penelitian selanjutnya disarankan untuk menguji efektivitas model ini melalui pendekatan kualitatif partisipatoris atau studi tindakan pastoral, agar kontribusinya terhadap praktik pendampingan pastoral dapat semakin diperdalam dan divalidasi secara kontekstual.

DAFTAR PUSTAKA

- Ágnes, Bálint, dan Judit Magyari. "The Use of Bibliotherapy in Revealing and Addressing the Spiritual Needs of Cancer Patients." *Religions* 11, no. 3 (2020): 1–15.
- Apaut Vrijilio Aditia, dan Suparman. "Membangun Disiplin Rohani Siswa pada Generasi Milenial Melalui Jurnal Membaca Alkitab." *Diligentia: Journal of Theology and Christian Education* 3, no. 2 (2021): 110–125.

- Dina Weli Ornance Lake, Hendrik A.E. Lao, Andrian Wir Syahputra. "Implementasi Pelayanan Pastoral dalam Pembentukan Karakter Spiritual Jemaat Berbasis Pendidikan Kristen di GMT Lanud Eltari." *Poimen: Jurnal Pastoral Konseling* 5, no. 2 (2024): 1–17.
- Eko, Setiawan David, Carles Marcos Roberto, dan Melania Dean Diana Novita, Fariasa. "Restorasi Ibadah Kreatif: Sebuah Upaya Membangun Minat Remaja Kristen Untuk Bergereja." *KHARISMA: Jurnal Ilmiah Teologi* 2, no. 2 (2021): 89–106.
- Emeliana, dan Yonathan Salmon E.Ngesthi. *Pendidikan Agama Kristen Remaja Dalam Gereja - Penerbit Litnus. Literasi Nusantara Abadi Grup, Yogyakarta, 2024.* <https://penerbitlitnus.co.id/portfolio/pendidikan-agama-kristen-remaja-dalam-gereja/>.
- Engel, Pdt. J.D. *Konseling Pastoral dan Isu-Isu Kontemporer. BPK Gunung Mulia, Jakarta, 2024.* <https://bpkgunungmulia.com/products/konseling-pastoral-dan-isu-isu-kontemporer>.
- Herliana Lalumba. "Peran Konseling Pastoral Dalam Mendukung Kesehatan Mental Remaja Umur 10-18 Tahun." *Coram Mundo: Jurnal Teologi dan Pendidikan Agama Kristen* 6, no. 1 (2024): 127–132.
- Intarti, Esther Relia. "Peran Guru Pendidikan Agama Kristen Sebagai Konselor Pastoral Dalam Pendampingan Pacaran Di Kalangan Remaja." *Jurnal Dinamika Pendidikan* 16, no. 2 (2023): 201–209.
- Kapoh, Jehezkiel Novie, dan Maria Jeklin Onibala. "Urgensitas Pelayanan Konseling Pastoral Di Era Postmodern: Tanggapan Kritis Terhadap Degradasi Moral Remaja Kristen." *Jurnal Murid Kristus* 1, no. 2 (2024): 155–171.
- Kosarkova, Alice. "Religious Doubts and Emotions Toward God in Adolescents: Relation to Self-Esteem and Meaning in Life." *Religions* 15, no. 11 (2024): 1–15.
- Lalompok, Suryaningsi Dorthea, dan Elsy Esterina Londo. "Konseling Pastoral Sebagai Pendampingan Bagi Pemuda Yang Sulit Keluar Dari Toxic Relationship Dalam Pacaran." *ATOHEMA: Jurnal Teologi Pastoral Konseling* 1, no. 1 (2024): 55–67.
- Loveilia, Geovani, dan Paulus Hermanto Yanto. "Pastoral Guidance for Christian Youth in the Era of Society 5.0." *Indonesian Journal of Christian Education and Theology. (IJCET)* 3, no. 1 (2024): 21–34.
- Manurung, Haris Benaya, dan Yanto Paulus. "Konseling Pastoral sebagai Respon Teologis terhadap Kebutuhan Jemaat di Era Modern." *POIMEN Jurnal Pastoral Konseling* 6, no. 1 (2025): 44–60.
- Maya YM. "Disiplin Membaca Alkitab dan Berdoa bagi Pertumbuhan Rohani Remaja: Studi pada Remaja di gereja Kristen Sulawesi Barat Bukit Zion, Mamuju." *REDOMINATE Jurnal Teologi dan Pendidikan Kristiani* 5, no. 1 (2023): 96–107.
- Puasa, Anatasya, Deiby Lahinda, Merike Hontong, dan Yesica Ramenaung. "Pastoral Konseling Strategi Efektif Mengembangkan Kesadaran Spiritual Pemuda Jemaat Kendagu Ruata Kombos." *Hospitalitas: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 2, no. 1 (2025): 27–35.
- Ririhena, Lolita Luciana. *Konseling Pastoral. Cantrik Pustaka, Yogyakarta, 2023.* <https://gerai.cantrikpustaka.com/product/konseling-pastoral/>.
- Rivela, Angelica Leviani, Chalma Jenny Hubherta Kotta, Diana Tafonao, Rista, dan Nelson Hasibuan. "Perspektif Konseling Pastoral terhadap Humanisme Abraham Maslow dan Implikasinya dalam Menghadapi Kesepian pada Generasi Stroberi." *Sanctum Domine: Jurnal Teologi* 13, no. 2 (2024): 309–330.

- Rumondor, Yolanda Y, Christian Stenly Mawikere, dan Agnes Raintung. "Following Christ, Not Trends: Christian Ethical Formation for Adolescents in the Digital Age" 8, no. 3 (2025): 128–139.
- Samuel Lee, Kyungsig, dan Danjuma G. Gibson. *Justice Matters: Spiritual Care and Pastoral Theological Imaginations in Times of the COVID-19 Pandemic*. by Routledge, 2023. <https://www.routledge.com/link/link/p/book/9781032273587?>
- Sani Putri, Zahro Varisna Rohmadani. "Terapi Menulis Ekspresif untuk Meningkatkan Regulasi Emosi pada Remaja di SMP X Yogyakarta." *EduInovasi : Journal of Basic Educational Studies* 5, no. 2 (2025): 1453–1463.
- Simanjuntak., Manahan Uji. "Psikologi Perkembangan Anak: Seri Pendekatan Alkitab." *Adab Indonesia Grup, Jakarta*. Last modified 2025. <https://adabindonesiagrup.com/2025/09/23/psikologi-perkembangan-anak-seri-pendekatan-alkitab/>.
- Yu, Ting Yen, Tsai Jung Wu, Shiann Tarng Jou, Chih Ying Lee, Chen Su may Sheih, dan Chi Wen Chen. "Examining the Emotional Healing Process Through Bibliotherapy in Adolescents with Cancer: A Qualitative Descriptive Study." *European Journal of Oncology Nursing* 71 (Agustus 2024). <https://doi.org/10.1016/j.ejon.2024.102653>.
- Yurlianti Tanggana, Serlina, Serlita Tudang, Lilis Sarong Sarampang. "Integritas Spiritualitas Dan Psikoterapi Dalam Konseling Pastoral Kristeni Berdasarkan Roma 12:2 Dan Pendekatan Holistik Clinebell." *Relinesia: Jurnal Kajian Agama dan Multikulturalisme Indonesia* 3, no. 4 (2024): 436–450.
- Zega, Yunardi Kristian. "Mentorship Gereja dalam Membentuk Karakter Remaja di BNKP Jemaat Hiliomasio Medan." *VOX DEI: Jurnal Teologi dan Pastoral* 2, no. 2 (2021): 136–155.



This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.