



Analisis Komparatif Konseling Pastoral dan Logoterapi Frankl: Teologis, Filosofis dan Metodologis

Yosep Belay^{1)*}

¹⁾ Sekolah Tinggi Teologi Anugrah Indonesia, Indonesia

^{*)} Email: yosep.belay@gmail.com

Diterima: 27 Feb 2025	Direvisi: 07 Mei 2025	Disetujui: 07 Mei 2025
-----------------------	-----------------------	------------------------

Abstrak

Konseling pastoral secara umum mempertahankan gagasan konvensional dengan pendekatan yang berpusat pada Alkitab (Allah). Pola tersebut merupakan model induktif dari kebenaran Allah menuju aplikasi praktisnya. Namun pengembangan konseling pastoral cenderung berhadapan dengan kemandekan sebagai akibat dari pola yang monoton. Di lain sisi, metode konseling sekuler cenderung lebih dinamis dan beragam. Salah satunya adalah model konseling logoterapi dari Viktor Emil Frankl. Model logoterapi Frankl sepintas cukup dekat dengan model konseling religius karena menempatkan spiritualitas sebagai lokusnya. Artikel ini hendak melakukan kajian komparasi di antara kedua pendekatan kemudian menarik simpulan mengenai kemungkinan sintesis teori konseling alternatif yang dapat juga diterapkan pada konseling pastoral. Peneliti menggunakan metode analisis komparatif dan konstruktif. Data penelitian disadur dari karya-karya Frankl, konseling pastoral dan juga beberapa penelitian yang relevan. Hasil penelitian menunjukkan dalam beberapa aspek model logoterapi Frankl memiliki ruang lingkup yang sama dengan konseling pastoral dan dapat dikembangkan, khususnya tekanan pada terapi makna, kebebasan dan tanggung jawab individu. Ketiga komponen eksistensial ini dapat disintesis pada model konseling pastoral. Tetapi pada unsur psikoterapi eksistensialisme, antropologi dan filosofinya, ada perbedaan signifikan sehingga perlu kajian yang lebih lanjut. Dengan demikian usaha sintesis pada konseling pastoral terbatas pada beberapa komponen yang sejalan dan dapat digunakan secara komplementaris pada konseling pastoral.

Kata-Kata Kunci: Konseling Pastoral; Logoterapi; Spiritualitas; Viktor Emil Frankl.

Abstract

Pastoral counseling generally maintains the conventional idea of a Bible (/God) centered approach. It is an inductive model from God's truth to its practical application. However, the development of pastoral counseling tends to face stagnation as a result of the monotonous pattern. On the other hand, secular counseling methods tend to be more dynamic and diverse. One of them is Viktor Emil Frankl's logotherapy counseling model. Frankl's logotherapy model is quite close to the religious counseling model because it places spirituality as its locus. This article aims to conduct a comparative study between the two approaches and then draw conclusions regarding the possibility of synthesizing alternative counseling theories that can also be applied to pastoral counseling. The researcher used comparative and constructive analysis methods. The research data is drawn from Frankl's works, pastoral counseling and also some relevant research. The results show that in some aspects Frankl's logotherapy model has the same scope as pastoral counseling and can be developed, especially the emphasis on meaning therapy, freedom and individual responsibility. These three existential components can be synthesized in the pastoral counseling model. However, there are significant differences in the psychotherapeutic elements of existentialism, anthropology and philosophy, which require further study. Thus, the synthesis effort in pastoral counseling is limited to several components that are in line and can be used complementarily in pastoral counseling.

Keywords: *Pastoral Counseling; Logotherapy; Spirituality; Viktor Emil Frankl.*

Pendahuluan

Saat ini perkembangan teori konseling dan psikoterapi telah mencapai kemajuan dan keragaman yang luar biasa. Richard Nelson-Jones mendaftarkan sedikitnya lima belas teori konseling dan psikoterapi yang secara umum telah digunakan dalam pengembangan teori maupun praktik konseling.¹ Daftar Nelson-Jones ini belum termasuk model-model konseling dalam konteks keagamaan. Dari lima belas model yang disampaikan Nelson-Jones, terdapat model logoterapi yang diprakarsai oleh Victor Emil Frankl seorang ahli neurolog sekaligus psikiater Yahudi berkebangsaan Austria. Menariknya, model logoterapi Frankl berbeda dengan asumsi model lainnya yang pada umumnya cenderung bersifat naturalistik patologis sehingga tidak menempatkan sisi “spiritualitas” sebagai pendekatan dalam konseling dan terapi. Konsep spiritualitas pada logoterapi tidak dimaksudkan

¹ Richard Nelson-Jones, *Teori Dan Praktik Konseling Dan Terapi* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011), xi–xii.

sebagaimana dalam pemahaman keagamaan,² namun tetap pada dimensi kejiwaan manusia. Dalam hal ini pendekatan logoterapi cukup berani karena mengajukan gagasan spiritualitas yang memang tidak populer pada psikoterapi sekuler. Model logoterapi menjadi unik karena menempatkan unsur spiritual perihal makna sebagai titik tolaknya dalam melakukan konseling dan terapi.

Frankl mengembangkan logoterapinya melalui serangkaian pengalaman hidup yang ia alami. Pendekatannya sederhana dengan menemukan makna hidup sebagai prinsip dasarnya. Ia percaya bahwa menemukan makna hidup sangat penting bagi kesehatan dan kesejahteraan manusia. Logoterapi tidak hanya berfungsi sebagai bentuk psikoterapi, tetapi juga sebagai filosofi hidup.³ Teori ini bertolak dari merefleksikan eksistensi makna hidup manusia untuk kemudian menggunakannya sebagai kerangka terapis bagi seorang konseli. Menurut Frankl, pengabaian terhadap kehendak akan makna hidup oleh para terapis modern merupakan sebuah pengabaian terhadap hal yang paling penting dalam kehidupan manusia, khususnya seorang konseli.⁴ Dalam konteks ini ada beberapa titik temu sekaligus pisah antara model logoterapi dan konseling pastoral. Unsur “spiritual” yang menjadi karakter dari logoterapi tampaknya cukup dekat dengan model konseling pastoral, namun keseluruhan gagasannya didasari atas pendekatan psikoterapi eksistensialis naturalistik yang juga memiliki perbedaan fundamental dengan iman Kristen.

Beberapa penelitian terdahulu mengenai logoterapi dalam kategori psikologis, medis dan pendidikan sudah cukup banyak. Sementara dalam kategori teologi pastoral tampaknya belum begitu banyak. Setidaknya terdapat dua artikel yang mengkaji mengenai tema ini: “Penerapan pendekatan logoterapi dan kebebasan yang bertanggung jawab dalam perspektif Kristen terhadap penderita sindrom FOMO.”⁵ Pada artikel ini penulis menekankan pencarian makna serta penerapan kebebasan, namun kebebasan yang bertanggung jawab dalam

²Frankl mengatakan, “A psychotherapy which not only recognizes man’s spirit, but actually starts from it may be termed logotherapy. In this connection, logos is intended to signify “the spiritual” and, beyond that, “the meaning.” (Viktor E. Frankl, *The Doctor and The Soul: From Psychotherapy to Logotherapy* (New York: Vintage Books, 1986), 11.)

³ Pam Roy and Moira Hummel, *The Inspiring Wisdom of Viktor E. Frankl: A 21-Days Reflection Book About Meaning* (Los Angeles: VFIA Publishing, 2020), 10.

⁴ Viktor E. Frankl, *Seni Penyembuhan Diri: Dari Psikoterapi Sampai Logoterapi* (Yogyakarta: IRCiSoD, 2022), 7.

⁵ Jimmy Sucipto and Jarviers Andi Tangyong Arin, Prani Yustiana, Ryawan, “Penerapan Pendekatan Logoterapi Dan Kebebasan Yang Bertanggung Jawab Dalam Perspektif K Risten Terhadap Penderita Sindrom FOMO,” *PNEUMATIKOS: Jurnal Teologi Kependetaan* 14, no. 2 (2024).

korelasinya dengan nilai-nilai iman Kristen sebagai bentuk konseling dan terapi alternatif bagi penderita FOMO.⁶ Artikel lainnya, “Pelayanan Konseling Pastoral dengan Logoterapi: Sebuah Pendekatan pada Makna Hidup Penderita *Systemic Lupus Erythematosus* (SLE).”⁷ Pada artikel ini penulis mengutip beberapa sumber yang tampaknya secara langsung menghubungkan dimensi transendensi spiritual logoterapi Frankl dengan Tuhan sebagai pendekatan terapis yang kemudian dipandang sama dengan motif Paulus dalam Filipi 1:21-22.⁸ Berbeda pada lokus kajian dengan kedua artikel sebelumnya, penelitian ini cenderung berfokus pada analisis *ground theory*. Tujuannya, penulis hendak melihat secara lebih dekat konsep filosofisnya untuk memperoleh gambaran komprehensif sebagai rekonstruksi teori lanjutan. Karena lokusnya pada analisis komparatif *ground theory*, artikel ini berdimensi teoritis (teologi-filosofis) dan tidak difokuskan pada sisi praktis/aplikatif. Penulis berasumsi bahwa pengembangan konsep konseling pastoral yang lebih terbuka terhadap teori konseling populer, dapat memberikan kontribusi positif pada pelayanan pastoral. Dalam konteks ini, logoterapi Frankl memiliki ruang untuk disintesis namun dengan beberapa catatan pertimbangan. Signifikansi penelitian ini dapat dilihat sebagai usaha pengembangan teori konseling pastoral integratif dengan berfokus pada makna. Ini penting karena dengan membuat pemetaan awal perihal bagaimana dan sejauh mana seorang konseli mampu memaknai permasalahan hidupnya, konselor dapat memiliki gambaran ringkas keadaan konseli yang dapat digunakan untuk merencanakan strategi terapis.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode analisis komparatif dengan pendekatan teologi konstruktif. Kerangka kerja teologi konstruktif ditempatkan dalam mode dialektik dengan ragam isu kontemporer interdisipliner yang dalam konteks ini logoterapi Frankl kemudian mengonstruksikannya dalam bentuk gagasan sintesis yang relevan dengan pembaca saat ini.⁹ Pendekatannya bagaikan seorang koki yang meramu racikan ide-ide melalui “imajinasi iman dan sosial” untuk

⁶ Ibid., 132.

⁷ Natal Ria and Yanto Paulus Hermanto, “Pelayanan Konseling Pastoral Dengan Logoterapi: Sebuah Pendekatan Pada Makna Hidup Penderita *Systemic Lupus Erythematosus* (SLE),” *Jurnal Teruna Bakti* 6, no. 1 (2023).

⁸ Ibid., 44.

⁹ Serene Jones and Paul Lakeland, eds., *Constructive Theology: A Contemporary Approach to Classical Themes* (Minneapolis: Fortress Press, 2005), 20.

mengonstruksikan suatu gagasan iman dalam konteks kekinian.¹⁰ Penulis menganalisis data yang direduksi dari berbagai sumber buku maupun jurnal kemudian membandingkan konsep dasar, metode dan penerapan masing-masing teori, baik logoterapi Viktor Emil Frankl maupun model konseling pastoral. Data yang digunakan merujuk pada karya-karya dari Frankl, para ahli konseling Kristen dan juga beberapa sumber sekunder yang relevan dengan penelitian. Pada bagian akhir, penulis memberikan catatan konstruktif untuk membandingkan kedua metode serta merumuskan kemungkinan teori sintesis dan pengembangan aplikasi lanjutan yang memungkinkan pada pendekatan konseling pastoral.

Hasil dan Pembahasan

Konseling Pastoral

Pada prinsipnya konseling pastoral tidak berdiri sendiri karena terkait dengan bidang-bidang kajian keilmuan teologi yang lebih luas, baik dalam bidang Praktika maupun dogmatika. Secara khusus pada bidang dogmatika, Derek J. Tidball mengingatkan bahwa umumnya orang percaya tidak menyadari bahwa ada hubungan yang erat antara apa yang dipraktikkan dan apa yang dipercayai. Dari sini kegagalan dalam pelayanan praktis penggembalaan dan kehidupan orang percaya sesungguhnya merupakan kegagalan yang telah lebih dulu dimulai dalam hal pemahaman/keyakinan terhadap doktrin-doktrin pokok.¹¹ Penempatan perspektif konseling pastoral yang tepat dalam relasinya dengan bidang teologi dogmatik, filosofis dan praktikal sangat penting untuk memulai kajian mengenai isu ini.

Teologi Pastoral dan Konseling Pastoral

Konseling pastoral secara ringkas dapat didefinisikan sebagai percakapan terapeutik antara konselor dan konseli, dimana konselor membimbing konselinya dalam percakapan konseling yang ideal yang bertujuan untuk mengarahkan konseli agar mampu memahami kondisi dirinya, permasalahannya serta respons yang (telah/maupun akan) diberikan terhadap kondisinya.¹² Praktik ini berkaitan dengan tugas penggembalaan yang dapat dilakukan secara formal maupun informal pada

¹⁰ Joas Adiprasetya, *Berteologi Dalam Iman: Dasar-Dasar Teologi Sistematika Konstruktif* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2023), 24.

¹¹ Derek J. Tidball, *Teologi Penggembalaan: Suatu Pengantar* (Malang: Gandum Mas, 2002), 28, 31.

¹² Yakub B. Susabda, *Konseling Pastoral: Pendekatan Konseling Pastoral Berdasarkan Integrasi Teologi Dan Psikologi* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2014), 6, 7.

suatu momen percakapan pastoral untuk menolong dan membimbing jemaat.¹³ Praktik ini bagian dari tugas menggembalakan umat Allah yang sedang mengalami pergumulan karena masalah.¹⁴

Karena sifat praktisnya maka konseling pastoral memiliki korelasi yang erat dengan konsep teologi pastoral/praktikal. David Willows dan John Swinton menjelaskan bahwa teologi pastoral berkaitan dengan disiplin gereja, seperti pendidikan agama, pelayanan pastoral, khotbah, liturgi, misi, dan pelayanan sosial. Terdapat berbagai makna dalam istilah 'teologi pastoral', seperti teologi perawatan pastoral, refleksi pengungkapan diri Allah yang disaksikan oleh Kitab Suci, percakapan tentang pencarian makna hidup, dan penggunaan berbagai sumber untuk membantu orang menemukan makna hidup dan menghubungkannya dengan tradisi Kristen.¹⁵ Korelasi tersebut membentuk suatu pola dasar dari teologi dogmatik menuju aplikatif (teologi praktikal).

Lebih lanjut menurut Gordon Lynch, praktik pelayanan pastoral melibatkan berbagai disiplin ilmu seperti teologi, studi Alkitab, filsafat, psikologi, sosiologi, antropologi, dan teori sosial dan ekonomi. Penting untuk diingat bahwa semua praktik pastoral berbasis nilai-nilai dan refleksi moral penting dalam memahami tujuan dan hasil yang diharapkan dalam pekerjaan mereka.¹⁶ Itu berarti suatu pendekatan tidak benar-benar bebas nilai. Sementara David Willows dan John Swinton cenderung untuk mendekati istilah praktis dan praksis untuk memberikan pemahaman serta pembedaan dalam penggunaannya para teologi. Menurut mereka, keyakinan bahwa teologi praktis umumnya merupakan sebuah disiplin yang berbasis praksis. Kata *praksis* pada dasarnya berarti 'tindakan'. Akan tetapi, jika dipahami secara tepat, teologi praktis menunjuk pada suatu bentuk tindakan tertentu yang tidak boleh secara langsung disamakan dengan kata 'praktik'; karena jika praktik mengimplikasikan pelaksanaan suatu tugas yang sederhana dan tidak reflektif dengan cara yang tidak memihak dan bebas nilai, maka praksis menunjuk pada suatu bentuk tindakan yang diarahkan oleh nilai, sarat dengan nilai dan sarat dengan makna. Dapat dikatakan bahwa penggunaan istilah praksis dengan demikian mengacu pada bentuk praktis dari pengetahuan yang menghasilkan

¹³ M. Bons-Storm, *Apakah Penggembalaan Itu?: Petunjuk Praktis Pelayanan Pastoral* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2011), 57.

¹⁴ Paulus Kunto Baskoro, Widhi Arief Nugroho, and Yonatan Alex Arifianto, "Pastoral Konseling Bagi Generasi Muda yang Sedang Menghadapi Depresi di Era Disrupsi," *Fidei: Jurnal Teologi Sistematis dan Praktika* 7, no. 2 (December 4, 2024): 292–307.

¹⁵ David J. Atkinson and David F. Field, eds., *New Dictionary Of Christian Ethics & Pastoral Theology* (Downers Grove: InterVarsity Press, 1995), 46.

¹⁶ Gordon Lynch, *Pastoral Care & Counseling* (London: SAGE Publications, 2002), 1.

tindakan-tindakan yang melaluinya komunitas gereja menghidupi kepercayaannya.¹⁷

Teologi pastoral merupakan induk yang memayungi pelayanan *pastoral care* dan konseling pastoral. Howard Clinebell mengatakan bahwa pendampingan dan konseling pastoral adalah alat-alat berharga yang melaluinya gereja tetap relevan kepada kebutuhan manusia.¹⁸ Pelayanan pastoral merupakan hasil nyata dari kepedulian gereja terhadap kebutuhan anggotanya dan masyarakat. Hal ini dilakukan atas dasar kasih yang Allah miliki bagi umat-Nya. Pada pelayanan pastoral yang lebih spesifik mengenai *parakletik*, fokusnya adalah pada dorongan, nasihat, dan penghiburan.¹⁹ Secara ringkas pelayanan pastoral dapat didefinisikan sebagai upaya untuk menyembuhkan, mempertahankan, memandu, dan mendamaikan individu yang menghadapi masalah yang berasal dari konteks yang mempertanyakan makna dan keprihatinan utama tentang kehidupan mereka.²⁰ Dalam konteks ini pelayanan pastoral juga melibatkan konseling pastoral dalam aplikasi pelayanannya dengan konsep dan pendekatan yang didasarkan atas prinsip-prinsip alkitabiah pada ruang kajian teologi pastoral. Seperti yang disampaikan oleh Yakub B. Susabda, “Dengan berpijak pada kebenaran firman Tuhan yang sehat, konseling pastoral menghadirkan dirinya dalam bentuk yang selalu *up to date*.”²¹

Konsep Teologi-Filosofis Konseling Pastoral

Seperti relasi teologi dan semua bidang keilmuan dalam perspektif teologi Injili, presuposisi dan wawasan dunia Kristen memainkan peranan penting dalam menentukan jenis produk dari mode konseling yang meliputi konsep nilai, makna, tujuan hingga penerapan terapis yang diberikan. Neil T. Anderson dan koleganya menjelaskan bahwa, “*Psychotherapy is not, in fact, devoid of a worldview but embraces either a Christian or an alternative spiritual perspective.*”²² Bagaimanapun, konseling dan psikoterapi yang dipraktikkan memuat sejumlah

¹⁷ David Willows and John Swinton, eds., *Spiritual Dimensions of Pastoral Care: Practical Theology in a Multidisciplinary Context* (London: Jessica Kingsley Publisher, 2000), 14.

¹⁸ Howard Clinebell, *Tipe-Tipe Dasar Pendampingan Dan Konseling Pastoral* (Yogyakarta: Kanisius, 2002), 17.

¹⁹ Atkinson and Field, *New Dictionary Of Christian Ethics & Pastoral Theology*, 85.

²⁰ Jean Beedoe, *Pastoral Care and Counseling in Large/Mega Congregations* (Maryland: University Press of America, 2016), 3.

²¹ Yakub B. Susabda, *Konseling Pastoral: Pendekatan Konseling Pastoral Berdasarkan Integrasi Teologi Dan Psikologi*, 115.

²² Neil T. Anderson, Terry E. Zuehlke, and Julianne S. Zuehlke, *Christ-Centered Therapy: The Practical Integration of Theology and Psychology* (Grand Rapids: Zondervan, 2000), 19.

wawasan dunia dari subjek terapis. Hal tersebut merupakan keniscayaan dalam proses konseling dan psikoterapi, baik dalam konteks Kristen maupun sekuler. W. Stanley Heath mengatakan bahwa psikologi selalu berurusan dengan manusia, dan cara pandang tentang manusia yang berbeda akan menghasilkan pola terapis serta aplikatif yang berbeda pula.²³ Itu artinya, “cara pandang” memiliki peran sebagai lensa tafsir atas manusia serta unsur psikologis hingga praktik konseling.

Heath Lambert menjelaskan bahwa visi kehidupan yang dimiliki seseorang sangat penting dalam pemahaman teologis konseling. Visi yang berakar dari wawasan dunia tersebut juga memiliki karakteristik teologis karena realitas yang diyakini oleh seseorang juga memiliki dimensi teologis. Dalam konteks konseling Kristen, Allahlah yang menentukan makna dari manusia dan telah menjelaskannya dalam firman-Nya. Dalam hal ini antropologi Alkitab menempatkan manusia sebagai ia yang seperti Allah katakan mengenai dirinya. Cara pandang tersebut juga menentukan solusi dan proses perubahan yang ada dimana telah disediakan oleh Allah melalui kebenaran-Nya. Oleh karena itu, pilihan yang tersedia adalah memiliki visi teologis dalam memahami realitas sesuai pernyataan Allah. Setiap visi tentang konseling juga memiliki dimensi teologis. Tantangan yang ada adalah apakah seorang konselor mengadopsi visi teologis yang diyakini dan dinyatakan oleh Allah atau tidak.²⁴ Korelasi antara prinsip-prinsip Alkitab, konsep teologis (khususnya antropologi dan hamartologi) serta wawasan dunia Kristen menjadi pokok penting yang melaluinya gagasan teologi-filosofi konseling Kristen digagas. Karena konseling itu sendiri tidak pernah bebas nilai maka pemahaman Alkitab, doktrin-doktrin pokok yang dijabarkan secara luas pada wawasan dunia Kristen perlu menjadi fondasi bagi praktik konseling Kristen.

Selain konsep wawasan dunia dan doktrinal yang mendasari konseling serta psikoterapi Kristen, pokok bahasan lain yang perlu dikaji adalah relasi psikologi dan teologi Kristen. Karena konseling dan psikoterapi itu berkaitan dengan cara pandang tentang komponen psikis manusia, maka relasi teologi dan psikologi tidak dapat dihindari. Bertolak dari pola serupa, gagasan konseling pastoral berangkat dari cara pandang teologi dan wawasan dunia Kristen yang mengonstruksikan pemahaman perihal psikologi manusia. Untuk itu kajian psikologi dalam relasinya dengan teologi membentuk beberapa perspektif seperti yang tampak dalam pengembangan studinya. Mengikuti model integrasi teologi dan sains dalam perspektif teologi Injili, Karel Karsten Himawan dan Eunike Mutiara menjelaskan,

²³ W. Stanley Heath, *Psikologi Yang Sebenarnya* (Yogyakarta: Andi, 1997), 3.

²⁴ Heath Lambert, *A Theology of Biblical Counseling: The Doctrinal Foundations Of Counseling Ministry* (Grand Rapids: Zondervan, 2016), 20.

“ilmu lahir dari objek yang tercipta dan iman merupakan sesuatu yang berkaitan dengan Yang Mencipta. Dengan demikian, psikologi merupakan ilmu yang tercipta sehingga harus dapat dijelaskan dan menjelaskan... paham-paham serta prinsip-prinsip kekristenan sebagai aliran yang berkaitan dengan ‘mencipta’.”²⁵ Penegasan yang lebih eksplisit disampaikan oleh Anderson, “*Psychology is a study of the mind, so there can be no better place to begin this study than with what the Creator has revealed about how body, soul, and spirit were intended to function in harmony with him*”.²⁶ Lokus penelitian psikologi sebagai bagian dari dunia ciptaan menjadikan konteks keilmuan di dalamnya sangat relevan dengan teologi yang berangkat dari Sang Penciptanya. Relasi demikian memungkinkan integrasi teologi dan psikologi dikembangkan dengan tetap berpusat pada Allah sebagai sumbernya.

Konsep Metodologi Konseling Pastoral

Heath Lambert menjelaskan bahwa seorang konselor Kristen perlu mengartikulasikan pandangan hidup yang memahami dilema konseli dan memberikan respons yang tepat. Setiap individu memiliki semacam wawasan dunia yang mencakup visi tentang kehidupan, apa yang salah, apa yang seharusnya benar, dan bagaimana memperbaiki masalah. Dalam percakapan mengenai masalah yang dialami seseorang, orang lain dalam percakapan tersebut mengartikulasikan pemahaman tentang arti menjadi manusia dan mengalami kehidupan. Mereka menjelaskan mengapa kehidupan orang tersebut terlihat tidak berjalan baik dan memberikan pemahaman tentang standar normatif yang harus diikuti untuk mengatasi masalah. Akhirnya, mereka memiliki pemahaman tentang cara membantu individu tersebut keluar dari dilema menuju solusi. Gelar atau keterampilan bukanlah syarat mutlak untuk menjadi seorang konselor, tetapi pengertian dan respons yang diberikan terhadap pandangan hidup dan dilema konseli menjadi kunci utama dalam melakukan konseling.²⁷

Pada penerapan konseling pastoral yang lebih spesifik, Wright merangkum pendekatan konseling pastoral dalam lima langkah berdasarkan Kitab Suci: Pertama, membangun hubungan antara konselor dan konseli (Yoh. 16:7-13). Kedua, menyelidiki masalah, menjelaskan persoalan, memahami apa yang telah dilakukan sebagai usaha penyelesaiannya. Ketiga, menentukan tindakan apa saja

²⁵ Karel Karsten Himawan dan Eunike Mutiara, *Integrating Psychology & Christianity: The Enrichment Model* (Malang: Gandum Mas, 2014), 8.

²⁶ Anderson, Zuehlke, and Zuehlke, *Christ-Centered Therapy: The Practical Integration of Theology and Psychology*, 44.

²⁷ Heath Lambert, *A Theology of Biblical Counseling: The Doctrinal Foundations Of Counseling Ministry*, 19, 20.

yang harus diambil serta alternatif yang memungkinkan (Yoh. 14:26; 1 Kor.2:13). Keempat, mendorong tindakan yang dievaluasi bersama konselor maupun konseli. Jika gagal, akan dicoba kembali (Yoh. 16:13; Kis. 10:19, 20; 16:6), Kelima, mengakhiri konseling dan mendorong konseli menerapkan tindakan/kesepakatan yang disetujui dengan berjalan secara mandiri (Rm. 8:14).²⁸ Sementara dalam kaitan konseling dan psikoterapi alkitabiah, Siang-Yang Tan telah mengusulkan tiga belas prinsip dasar yang efektif dari sudut pandang Alkitab: Pertama, pelayanan Roh Kudus sebagai konselor sangatlah penting; bergantunglah kepada-Nya. Kedua, Alkitab adalah panduan dasar dan komprehensif (tidak lengkap) untuk konseling. Ketiga, doa adalah bagian yang tidak terpisahkan dari konseling alkitabiah. Keempat, tujuan akhir dari konseling adalah kedewasaan di dalam Kristus dan memenuhi Amanat Agung. Kelima, kualitas pribadi konselor adalah penting, terutama yang bersifat rohani, terutama yang bersifat rohani. Keenam, sikap, motivasi, dan keinginan klien untuk mendapatkan bantuan adalah penting. Ketujuh, hubungan antara konselor dan klien adalah penting. Kedelapan, konseling yang efektif adalah proses yang melibatkan fase eksplorasi, pemahaman, dan tindakan, dengan fokus pada perubahan pemikiran masalah. Kesembilan, gaya atau pendekatan dalam konseling harus fleksibel. Kesepuluh, teknik atau metode konseling yang spesifik harus konsisten dengan Kitab Suci; teknik-teknik kognitif-perilaku dapat sangat membantu, dengan kualifikasi tertentu. Kesebelas, kepekaan budaya dan keterampilan konseling lintas budaya diperlukan. Kedua belas, keterampilan penjangkauan dan pencegahan dalam konteks komunitas yang peduli adalah penting. Ketiga belas, kesadaran akan keterbatasan dan keterampilan rujukan juga penting.²⁹ Metode konseling pastoral dan psikoterapi yang dirangkum oleh Wright dan Siang-Yang Tan pada prinsipnya serupa dengan pendekatan konseling sekuler. Perbedaannya hanya ada pada sistem nilai dan wawasan dunia alkitabiahnya yang menjadi karakter utama konseling pastoral.

Logoterapi Viktor Emil Frankl

Viktor Emil Frankl adalah Profesor Neurologi dan Psikiatri di Fakultas Kedokteran Universitas Wina. Selama dua puluh lima tahun ia menjadi kepala Poliklinik Neurologi Wina. Logoterapi dan Analisis Eksistensial yang dikembangkanya dikenal sebagai Sekolah Psikoterapi Wina Ketiga. Ia memegang

²⁸ H. Norman Wright, *Konseling Krisis: Membantu Orang Dalam Krisis Dan Stres* (Malang: Gandum Mas, 2006), 42.

²⁹ Siang-Yang Tan, *Counseling and Psychotherapy: A Christian Perspective* (Grand Rapids: Baker Academic, 2011), 333.

jabatan profesor di Harvard, Stanford, Dallas, dan Pittsburgh, dan merupakan Profesor Terhormat Logoterapi di Universitas Internasional AS di San Diego, California.³⁰ Sebelum terjadinya Perang Dunia II, Frankl telah mengembangkan sebuah teori yang disebut *Logoterapi*, yang secara harfiah berarti “penyembuhan melalui makna.” Frankl menjelaskan bahwa, “*Logotherapy focuses rather on the future, that is to say, on the meanings to be fulfilled by the patient in his future. (Logotherapy, indeed, is a meaning-centered psychotherapy.) At the same time, logotherapy defocuses all the vicious-circle formations and feedback mechanisms which play such a great role in the development of neuroses.*”³¹ Logoterapi, merupakan bentuk psikoterapi sekaligus filosofi hidup yang berfokus pada makna, kebebasan, dan tanggung jawab. Logoterapi mengajarkan bahwa setiap individu memiliki jiwa yang hidup dan sehat, yang memberi manusia kemampuan untuk merefleksikan kehidupan, memberikan tujuan dan arah, dan memilih secara bebas.³²

Konsep Pokok Logoterapi

Frankl memulai teori logoterapinya dengan mempertanyakan makna. Ia mengatakan bahwa, “Kehendak atas makna merupakan fenomena paling manusiawi dari segalanya, sebab binatang tidak mengkhawatirkan makna keberadaannya.”³³ Dalam hal ini ketika menjalani kehidupan semua orang memiliki suatu tujuan. Namun menurut Frankl, tujuan belum tentu bermakna sampai tujuan itu menjadi makna yang menggerakkan kehidupannya. Psikoterapi yang sejati bukan hanya mengenali jiwa manusia tetapi yang pertama-tama bermula dari logoterapi. Dalam hal ini kata “*logos*” dimaksudkan untuk menandakan “yang spiritual” dan yang melebihi darinya, yaitu” makna.”³⁴ Frankl menjelaskan bahwa kata “*logos*”, berarti “makna” dalam bahasa Yunani. Kata ini menjadi dasar bagi konsep logoterapinya. Logoterapi menekankan pentingnya menemukan makna dalam kehidupan manusia dan menganggap pencarian makna sebagai kekuatan motivasi utama. Konsep “kehendak untuk bermakna” Frankl berbeda dari prinsip kesenangan psikoanalisis Freudian dan kehendak untuk berkuasa dalam psikologi Adlerian. Frankl berargumen bahwa individu dapat mengatasi penderitaan jika

³⁰ Viktor E. Frankl, *Man's Search for Ultimate Meaning* (New York: Basic Books, 2000), 5.

³¹ Viktor E. Frankl, *Man's Search for Meaning: An Introduction To Logotherapy* (Boston, Massachusetts: Beacon Press, 1992), 104.

³² Pam Roy and Hummel, *The Inspiring Wisdom of Viktor E. Frankl: A 21-Days Reflection Book About Meaning*, 10, 11.

³³ Viktor E. Frankl, *Seni Penyembuhan Diri: Dari Psikoterapi Sampai Logoterapi*, 7.

³⁴ *Ibid.*, 8.

mereka melihat pengalaman mereka sebagai bermakna, menyoroti bahwa pencarian makna lebih penting daripada pencarian kesenangan atau kekuasaan.³⁵

Frankl bahkan mengatakan, “Pencarian manusia akan makna adalah motivasi utama dalam hidupnya dan bukan ‘rasionalisasi sekunder’ dari dorongan naluriah. Makna ini unik dan spesifik karena harus dan dapat dipenuhi oleh dirinya sendiri.”³⁶ Penekanan pada *will to meaning* menjadikan model logoterapi sebagai pendekatan baru dalam teori psikoterapi yang membedakannya dengan model lainnya pada mazhab lingkaran Wina. Frasa perihal “kehendak untuk bermakna” merupakan frasa *eksistensialisme* yang Frankl adopsi dan kembangkan dari Nietzsche, “*he who has a why to live can bear almost any how.*”³⁷ Logoterapi mengajarkan bahwa hidup akan teratur jika berorientasi pada makna dan gangguan terjadi jika bagian-bagian kepribadian tidak harmonis. Penyakit berasal dari alam, namun penyembuhannya terletak pada “roh” atau “inti *noetic*” seseorang. Roh merujuk pada dimensi manusia yang unik, seperti makna, hati nurani, cinta, humor, kategori transendental (benar, baik, indah), dan metafisika. Logoterapi dan analisis eksistensial memberikan alat dan teknik konkret untuk menangani berbagai gangguan dan kondisi psikologis.³⁸ Untuk itu menurut Frankl tujuan logoterapi, “bukanlah bertujuan untuk menggantikan psikoterapi yang ada, tetapi sekedar melengkapinya, sehingga membentuk gambaran manusia dalam keutuhannya termasuk dimensi spiritual.”³⁹

Dalam analisis psikoterapinya, Frankl menemukan bahwa ada dua model neurosis yang kerap bekerja dalam pendekatan terapi medis dan non-medis. Misalnya dalam suatu kasus pengobatan, pasien terkadang bukan hanya membawa keluhan medis tetapi juga keluhan spiritualitas, perihal tekanan neurosis yang dialaminya. Kondisi demikian mengimplikasikan pendekatan yang tepat pada putusan terapinya. Pada konteks ini Frankl memandang bahwa tekanan neurosis itu bukan dalam kategori medis tetapi eksistensial atau lebih tepat *frustrasi eksistensial*. Analisis ini mendorong Frankl untuk mengajukan suatu komponen baru dari logoterapi untuk penerapan psikoterapi kontemporer sebagai bagian yang melengkapi (bukan mengganti) teori-teori psikoterapi yang telah ada.⁴⁰ Stefan E.

³⁵ Viktor E. Frankl, *Man's Search for Meaning: An Introduction To Logotherapy*, 104.

³⁶ Ibid.

³⁷ Pam Roy and Hummel, *The Inspiring Wisdom of Viktor E. Frankl: A 21-Days Reflection Book About Meaning*, 10.

³⁸ Edward S. Neukrug, ed., *The SAGE Encyclopedia of Theory in Counseling and Psychotherapy* (London: SAGE Publications, 2015), 618.

³⁹ Viktor E. Frankl, *Seni Penyembuhan Diri: Dari Psikoterapi Sampai Logoterapi*, 8.

⁴⁰ Ibid.

Schulenberg dan Robert R. Hutzell menjelaskan bahwa logoterapi Frankl memiliki manfaat karena ada hubungan antara konstruksi makna dan kesehatan serta perilaku manusia. Hubungan ini didukung oleh penelitian yang menunjukkan bahwa makna berkontribusi pada aspek kesehatan, seperti kesadaran akan dukungan sosial, identitas dan nilai-nilai, perilaku yang meningkatkan kesehatan, dan inokulasi stres.⁴¹

Pengembangan teori logoterapi Frankl bertolak dari tiga faktor eksistensial manusia: Spiritualitasnya; kebebasannya; tanggung jawabnya.⁴² Frankl menjelaskan ketiga unsur eksistensial ini bahwa: *Pertama*, spiritualitas manusia adalah sesuatu yang berdiri sendiri dan tidak bisa dijelaskan oleh hal-hal yang bersifat material atau fisik. Fungsi-fungsi tubuh mempengaruhi kehidupan spiritual, tetapi tidak menyebabkan atau menghasilkannya. Itu sebabnya spiritualitas melengkapi pendekatan psikoterapi karena unsur patologis juga sering kali dipengaruhi oleh persoalan spiritualitas.⁴³ *Kedua*, kebebasan manusia dihadapi sebagai kebebasan dari tiga hal, yaitu: Naluri, watak/karakter yang diwariskan, dan lingkungan. Naluri dimiliki oleh manusia, namun bukanlah milik eksklusifnya. Pikiran ini tidak menentang naluri atau manusia yang menerimanya, tetapi menekankan pentingnya keputusan dan kebebasan manusia dalam menerima atau menolak nalurnya. Ketika membahas “warisan”, penelitian tentang keturunan menunjukkan bahwa tingkat kebebasan manusia dalam merespons kecenderungan yang diberikan tinggi. Contohnya, anak kembar identik dapat membentuk kehidupan yang berbeda berdasarkan kecenderungan yang sama. Hal ini menunjukkan bahwa kecenderungan yang dimiliki seseorang tidak menentukan nilai-nilai moral seperti kebaikan atau kejahatan. Dalam dunia yang kompleks dan penuh dengan tantangan, kemampuan manusia untuk memutuskan untuk diri mereka sendiri menjadi sangat penting.⁴⁴ *Ketiga*, tanggung jawab juga hal yang sangat penting. Kesadaran menjadi manusia adalah dengan kesadaran akan tanggung jawabnya. Mereka yang tidak menyadari akan tanggung jawab adalah mereka yang tidak siap menjadi manusia.⁴⁵

Mengenai penemuan akan makna, menurut Frankl, makna dapat ditemukan dalam tiga cara utama: Pertama, secara kreatif, dengan menemukan makna dalam segala hal yang dibuat atau berikan manusia kepada dunia; Kedua, secara

⁴¹ Stefan E. Schulenberg and Robert R. Hutzell, “Logotherapy For Clinical Practice,” *American Psychological Association* 45, no. 4 (2008): 448.

⁴² Viktor E. Frankl, *The Doctor and The Soul: From Psychotherapy to Logotherapy*, 18.

⁴³ Ibid.

⁴⁴ Ibid., 19, 20.

⁴⁵ Viktor E. Frankl, *Man's Search for Meaning* (Boston: Beacon Press, 2006), 114.

eksperiensial, melalui semua pengalaman dan pencarian manusia; dan ketiga, secara sikap, dengan menghadapi penderitaan yang tak terhindarkan. Segala sesuatu dapat diambil dari manusia, namun masih ada kebebasan untuk memilih sikap batin terhadap kondisinya, yang Frankl sebutnya sebagai “kebebasan manusia yang terakhir”. Logoterapi adalah intervensi yang berpusat pada makna yang mengarah pada perubahan sikap dan, dengan demikian, perubahan perilaku. Logoterapi membantu manusia menghadapi “pukulan takdir”, yang terkadang menyerang dan menantang kehidupan manusia sehingga memaksa mereka untuk bagaimana mendefinisikan dirinya ketika berhadapan dengan realitas.⁴⁶

Konsep Psiko-Filosofis Logoterapi

Pandangan Frankl mengenai manusia cukup menarik, ia mengatakan bahwa: *“If we present a man with a concept of man which is not true, we may well corrupt him. When we present man as an automaton of reflexes, as a mind-machine, as a bundle of instincts, as a pawn of drives and reactions, as a mere product of instinct, heredity, and environment, we feed the nihilism to which modern man is, in any case, prone.”*⁴⁷ Frankl cukup berhati-hati dalam menempatkan konsep antropologi bagi psikoterapi. Dia menyadari perihal makna akan manusia mempengaruhi bentuk akan persepsi eksistensial dari manusia itu sendiri sehingga pemaknaan akan manusia tidak boleh direduksi menjadi konsep-konsep yang keliru seperti psikoanalisis Freud. Frankl menafsirkan manusia dalam tiga dimensi: Pertama, tubuh (*soma*); Kedua, pikiran (*psyche*), dan ketiga, roh (*noös*). Ia menyebutnya sebagai “dimensi ontologi”. Frankl menekankan pada aspek fisiologis/fisiologis biologis, emosional/intelektual, dan spiritual/intelektual, dan dimensi-dimensi sosial dari ke dirian. Tema-tema utama dan inti adalah makna, kekosongan, kematian, kecemasan, keterbatasan, kebosanan, kebebasan, dan ketahanan (“kekuatan kekuatan jiwa manusia”).⁴⁸

Dalam bukunya *“Man's Search for Meaning”*, Frankl mengemukakan beberapa gagasan pokok psikoterapi yang terkait dengan gagasan filosofinya:⁴⁹ *Pertama, Will to Meaning*. Pencarian manusia akan makna adalah motivasi utama dalam hidupnya. Makna ini harus dipenuhi oleh dirinya sendiri agar dia merasa puas dan memiliki signifikansi. *Kedua, Existential Frustration*. Frustrasi

⁴⁶ Edward S. Neukrug, *The SAGE Encyclopedia of Theory in Counseling and Psychotherapy*, 618.

⁴⁷ Viktor E. Frankl, *The Doctor and The Soul: From Psychotherapy to Logotherapy*, 20.

⁴⁸ Edward S. Neukrug, *The SAGE Encyclopedia of Theory in Counseling and Psychotherapy*, 618.

⁴⁹ Viktor E. Frankl, *Man's Search for Meaning: An Introduction To Logotherapy*, 104, 105.

eksistensial terjadi ketika keinginan manusia untuk menemukan makna dalam hidup mengalami kegagalan atau hambatan. Frustrasi eksistensial atau *neurosis noogenik* berhubungan dengan kegagalan usaha manusia untuk menemukan makna dalam hidup mereka. Logoterapi fokus membantu individu menemukan makna eksistensial yang unik bagi mereka dan mengatasi frustrasi ini.⁵⁰ Ketiga, *The Essence of Existence*. Esensi dari kehidupan adalah pentingnya tanggung jawab dan kemandirian. Logoterapi mengajak konseli untuk hidup seolah-olah ia hidup untuk kali kedua dan dapat memperbaiki kesalahan di masa lalu. Logoterapi bertujuan membuat pasien sadar akan tanggung jawabnya sendiri tanpa menilai prinsip nilai pasien itu sendiri, membiarkan pasien memutuskan kepada siapa mereka harus bertanggung jawab.⁵¹

Keempat, *The Meaning of Life*. Arti dari hidup berbeda dari satu orang ke orang lain dan dari waktu ke waktu. Setiap orang memiliki panggilan atau misi khusus dalam hidup untuk menyelesaikan tugas yang konkret yang meminta pemenuhan. Pada akhirnya, manusia seharusnya tidak bertanya apa arti hidupnya, tetapi sebaliknya ia harus menyadari bahwa ia yang ditanya. Setiap orang ditanya oleh hidup; dan ia hanya bisa menjawab hidup dengan bertanggung jawab. Logoterapi melihat tanggung jawab merupakan esensi dari eksistensi manusia.⁵² Kelima, *The Meaning of Suffering*. Memulai analisisnya mengenai makna penderitaan dalam pandangan Frankl, Nelson-Jones mengatakan bahwa “Takdir manusia memiliki makna ganda: untuk dibentuk bila memungkinkan dan untuk dijalani bila perlu.”⁵³ Dalam penjelasannya, Frankl mengatakan tidak boleh dilupakan bahwa manusia juga dapat menemukan makna dalam hidup bahkan ketika dihadapkan dengan situasi yang tanpa harapan, menghadapi nasib yang tidak dapat diubah. Ketika manusia tidak lagi dapat mengubah situasi (mis. kanker stadium akhir) ia ditantang untuk mengubah dirinya dalam merespons situasi tersebut. Penderitaan memang tidak diperlukan untuk menemukan makna, tetapi makna mungkin ada meskipun ada penderitaan. Melalui langkah yang bermakna manusia mampu menghilangkan penyebabnya, baik itu psikologis, biologis, atau politis.⁵⁴ Nelson-Jones menambahkan gagasan Frankl mengenai penderitaan dalam satu kalimat menarik, “Meskipun orang-orang mungkin adalah korban takdir yang

⁵⁰ Ibid., 105.

⁵¹ Ibid., 114.

⁵² Ibid., 113.

⁵³ Nelson-Jones, *Teori Dan Praktik Konseling Dan Terapi*, 376.

⁵⁴ Viktor E. Frankl, *Man's Search for Meaning: An Introduction To Logotherapy*, 116, 117.

tanpa daya, tetapi mereka tetap dapat menggunakan kebebasan batinnya untuk mengubah kesulitannya menjadi *accomplishment* (prestasi) di tingkat manusia.”⁵⁵

Metode Penerapan Logoterapi

Berangkat dari pengalamannya setelah mengalami kengerian *Holocaust* secara langsung, Frankl menyadari apa yang disebutnya sebagai “tiga serangkai tragis” dari keberadaan manusia pertama, penderitaan; kedua, rasa bersalah; dan ketiga, kematian tetapi Frankl, selalu mencari gambaran lengkap dari kehidupan manusia yang terkadang menyedihkan dan yang mendesak manusia untuk memberikan perhatian yang sama, jika tidak lebih pada “tiga serangkai kemenangan” yaitu: pertama, penyembuhan; kedua, makna; dan ketiga, pengampunan. Frankl mengajukan kasusnya untuk sebuah “*optimisme* tragis,” yang memberikan keadilan bagi kedua dimensi realitas manusia. Dengan usaha tersebut, Frankl hendak mendorong pembacanya untuk memahami bahwa pencarian makna bersifat pribadi dan universal dan bahwa ketika “kehendak untuk mencari makna” menjadi frustrasi atau digagalkan, hasil frustrasi eksistensial, yang mungkin memuncak dalam sebuah neurosis.⁵⁶

Metode terapi dari model logoterapi merupakan proses dialektik dimana setiap pasien didorong untuk mencari makna hidup dan esensi keberadaannya sendiri. Karena bersifat eksistensial dan pribadi maka ada perbedaan antara satu pasien dengan pasien lainnya dan tentu saja tidak ada jawaban yang universal. Setiap kasus pasien unik dalam penyelesaiannya. Frankl menulis bahwa seseorang harus menghadapi keterbatasan hidup, serta finalitasnya, dan dengan bebas memilih untuk hidup seolah-olah dia diberi kesempatan kedua untuk hidup lebih baik. Hidup dengan penuh makna berarti merespons makna hidup yang selalu berubah. Tuntutan hidup seseorang dapat berubah dari hari ke hari, dari tahun ke tahun. Ada tiga cara dasar untuk menemukan makna yang berubah ini: dengan menciptakan atau melakukan suatu perbuatan; dengan mengalami sesuatu atau bertemu dengan seseorang; dan dengan mengubah sikap Anda terhadap penderitaan.⁵⁷ Sementara pada pendekatannya dalam konteks terapi religius, melanjutkan pernyataan Frankl, Nelson-Jones mengingatkan bahwa seorang terapi religius (mis. konselor pastoral) hanya dapat membawa agama ke dalam terapi jika

⁵⁵ Nelson-Jones, *Teori Dan Praktik Konseling Dan Terapi*, 377.

⁵⁶ Edward S. Neukrug, *The SAGE Encyclopedia of Theory in Counseling and Psychotherapy*, 618.

⁵⁷ Worth Books Team, *Summary and Analysis of Man's Search for Meaning: Based on the Book by Victor E. Frankl* (New York: Worth Books, 2017), 18, 19.

pasien menginginkannya; kalau tidak, ia sama sekali tidak boleh masuk ke masalah ini.⁵⁸

Dalam aplikasinya, Frankl menjelaskan logoterapi adalah sebuah teknik yang dikembangkan untuk mengatasi ketakutan (fobia) dan neurosis, khususnya obsesif-kompulsif dalam jangka pendek.⁵⁹ Teknik ini dinamakan sebagai intensi paradoks.⁶⁰ Intensi paradoks diaplikasikan secara terbalik (paradoks) dengan gejala fobia yang dialami. Jika seseorang mengalami fobia terhadap suatu hal dan akan cenderung untuk menghindarinya, intensi paradoks justru menantanginya dengan memperkatakan secara negatif dampak buruk dari ketakutannya itu secara berlebihan dan menghasilkan realitas lain ketakutannya itu tidak terjadi dimana sekaligus memberikan efek positif psikoterapi bagi fobianya.⁶¹ Intensi paradoks berfokus pada kecemasan antisipatif, yang menghasilkan apa yang ditakuti oleh individu neurotik. Logoterapi juga mengajarkan bahwa keinginan yang dipaksakan membuat apa yang diinginkan menjadi tidak mungkin terjadi. Selain itu, perhatian yang berlebihan juga dapat menjadi patogen. Metode yang digunakan dalam logoterapi termasuk “niat paradoks”, dimana pasien dengan fobia diundang untuk berniat melakukan hal yang mereka takuti, dengan harapan bahwa hal itu akan memotong lingkaran kecemasan. Dalam proses ini, pasien juga dapat meletakkan dirinya pada jarak dari neurosisnya.⁶² Logoterapi mengajarkan bahwa ketakutan yang realistis tidak dapat dihilangkan dengan interpretasi psikodinamis, dan ketakutan neurotik tidak dapat disembuhkan dengan pemahaman filosofis. Dalam logoterapi, niat paradoks dimanfaatkan sebagai metode untuk mengatasi ketakutan dan memotong siklus kecemasan. Dengan membalik sikap pasien, keinginan paradoks digunakan untuk menggantikan rasa takut.⁶³ Sementara pada kasus lainnya, logoterapi dijumpai cukup efektif untuk mengobati pasien dengan pikiran untuk bunuh diri, krisis paruh baya, depresi, dan berbagai kondisi lainnya.⁶⁴

Analisis Komparatif

Untuk memperjelas komponen kedua bidang, bagian ini menyajikan tabel perbandingan ringkas yang disertai dengan analisis komparatif dan sintesis.

⁵⁸ Nelson-Jones, *Teori Dan Praktik Konseling Dan Terapi*, 383.

⁵⁹ Viktor E. Frankl, *Seni Penyembuhan Diri: Dari Psikoterapi Sampai Logoterapi*, 254.

⁶⁰ Ibid., 243.

⁶¹ Ibid., 246.

⁶² Viktor E. Frankl, *Man's Search for Meaning: An Introduction To Logotherapy*, 124–127.

⁶³ Ibid., 128, 129.

⁶⁴ Worth Books Team, *Summary and Analysis of Man's Search for Meaning: Based on the Book by Victor E. Frankl*, 9.

Tabel 1. Analisis Komparasi

Konsep Dasar	Logoterapi	Konseling Pastoral	Hasil Analisis
Penyebab Gangguan	Krisis makna/eksistensial	Krisis internal (dampak perbuatan/dosa pribadi); Krisis eksternal (dampak perbuatan orang/dosa lain); Krisis patologis (dampak penyakit fisik yang diderita); Krisis teologis (dampak rencana Allah yang misteri);	Bagian ini tidak bertentangan dan bersifat komplementaris. Konseling pastoral dapat menggunakan diagnosis logoterapi sebagai metode analisis pada kasus yang relevan.
Metode Terapis	Terapi berdasarkan makna (<i>Self-transcendence</i> ; dan <i>the will to meaning</i>)	Terapi berdasarkan Firman Tuhan dan karya Allah Roh Kudus	Bagian ini juga bersifat komplementari. “Terapi makna” bisa digunakan dalam konseling pastoral dengan merekonstruksi makna yang ada berdasarkan firman Tuhan dan melalui pimpinan serta hikmat dari Roh Kudus.
Filsafat	Eksistensialisme	<i>Worldview</i> Alkitab/Kristen	Eksistensialisme Frankl tidak merujuk pada mode eksistensialisme ateistik secara eksplisit, namun cenderung pada mode filsafat yang diintegrasikan antara eksistensialisme-naturalistik karena pembatasan profesi Frankl dalam lokus psikologi klinis. Namun karena pembatasan demikian, maka berdampak pada konsep antropologinya yang juga naturalistik sehingga tidak sejalan

			dengan mode teologi Kristen. Itu sebabnya tidak ada unsur kesadaran akan dosa dan pertobatan pada model logoterapi Frankl.
Unsur Spiritual	Spiritualitas yang naturalistik	Spiritualitas yang metafisik	Seperti halnya model antropologi naturalistik Frankl, mode spiritualitas Frankl juga naturalistik. Frankl memahami unsur spiritualitas manusia sebagai yang “transenden” namun berbagai dari komponen fisik (jiwa tidak kekal karena bagian natural dari kebertubuhan manusia). Ini tidak sejalan dengan mode Alkitab yang metafisik (jiwa kekal dan memiliki kesadaran eksistensial yang dapat terlepas dari kebertubuhan manusia).
Unsur Kebebasan	Bebas menjadi diri sendiri sesuai makna unik pribadi	Bebas menjadi diri sendiri namun kebebasan dan pemaknaan diri dibatasi dalam karakteristik gambar Allah di dalam Kristus.	Bagian ini bersifat komplementaris. Karena kepribadian konseli dan permasalahannya bersifat “unik” maka kebebasan untuk menentukan makna hidupnya juga bersifat unik. Tidak ada pengalaman terapi makna yang akan sama persis seperti pendekatan ilmu pasti. Maka sifat kebebasan itu mengimplikasikan kebebasan sesuai “ruang unik” pada konseli untuk dielaborasi dalam konseling. Namun dalam penerapannya pada konseling pastoral,

			kebebasan ini haruslah kebebasan yang terkontrol dan transformatif dalam lokus kebenaran firman Tuhan, dimana kebebasan individu yang unik itu perlu ditafsirkan/ dipulihkan berdasarkan karakter gambar Allah di dalam Kristus.
Unsur Tanggung Jawab	Bertanggung jawab atas pilihan yang dibuat/diambil	Tanggung jawab bukan hanya secara moral pada pilihan/keputusan pribadi, namun juga secara teologis di hadapan Allah.	Unsur ini sejalan dan sangat penting. Keberhasilan konseling terletak dari sifat tanggung jawab. Logoterapi sangat menekankan kesadaran akan tanggung jawab klien. Dalam logoterapi, menjadi manusia berarti hidup bertanggung jawab. Ini juga sama dengan konseling pastoral. Konseli yang tidak bertanggung jawab mengindikasikan pemahaman yang dangkal tentang makna dan tujuan hidupnya di dalam Kristus, tidak siap untuk menghadapi realitas dan terutama ada masalah pada pertobatan pribadinya.

Hasil analisis ini menunjukkan beberapa komponen pada logoterapi Frankl seperti: Penyebab gangguan, metode terapis, unsur kebebasan, unsur tanggung jawab, sejalan dan/atau bersifat komplementaris dengan konseling pastoral. Sementara komponen lainnya seperti filsafat dan spiritualitas (yang juga mengakomodasi antropologi Frankl) tidak sejalan dengan pendekatan teologi/konseling pastoral. Konseling pastoral dapat memanfaatkan komponen-komponen-komponen positif yang sejalan sebagai pelengkap dalam melakukan diagnosis dan terapis.

Simpulan

Dari studi ini, peneliti menyimpulkan bahwa pada hakikatnya Alkitab itu adalah firman Allah yang berotoritas di era pos modern. Keyakinan gereja Mula-mula tentang otoritas Alkitab menjadi warisan berharga bagi orang percaya di segala zaman. Meskipun gereja di era pos modern ini berhadapan dengan penolakan ajaran-ajaran yang menolak kebenaran firman Allah, namun bagi gereja, Alkitab haruslah menjadi dasar ajaran dan pemberitaan mimbar. Secara prinsip hermeneutik, bahwa Alkitab itu memiliki konteks dan harus dieksegrasasi dan diajarkan kebenarannya kepada orang percaya supaya mereka menghayati dan menerapkannya. Orang percaya dalam menerapkan firman Allah tidak berjalan sendiri tetapi dalam tuntunan Roh Allah yang akan menopang dan menguatkan mereka sehingga mampu menjalankan kebenaran dalam konteks pos modern. Roh Kudus berdaulat membimbing dan mengarahkan orang percaya menghidupi firman Allah itu hari demi hari. Dengan demikian diharapkan bahwa orang percaya akan memiliki sikap kerendahan hati untuk dituntun dan berpusat pada firman Allah.

Daftar Pustaka

- Anderson, Neil T., Terry E. Zuehlke, and Julianne S. Zuehlke. *Christ-Centered Therapy: The Practical Integration of Theology and Psychology*. Grand Rapids: Zondervan, 2000.
- Atkinson, David J., and David F. Field, eds. *New Dictionary Of Christian Ethics & Pastoral Theology*. Downers Grove: InterVarsity Press, 1995.
- Baskoro, Paulus Kunto, Widhi Arief Nugroho, and Yonatan Alex Arifianto. "Pastoral Konseling Bagi Generasi Muda yang Sedang Menghadapi Depresi di Era Disrupsi." *Fidei: Jurnal Teologi Sistematika dan Praktika* 7, no. 2 (December 4, 2024): 292–307.
- Derek J. Tidball. *Teologi Penggembalaan: Suatu Pengantar*. Malang: Gandum Mas, 2002.
- Edward S. Neukrug, ed. *The SAGE Encyclopedia of Theory in Counseling and Psychotherapy*. London: SAGE Publications, 2015.
- Gordon Lynch. *Pastoral Care & Counseling*. London: SAGE Publications, 2002.
- H. Norman Wright. *Konseling Krisis: Membantu Orang Dalam Krisis Dan Stres*. Malang: Gandum Mas, 2006.
- Heath Lambert. *A Theology of Biblical Counseling: The Doctrinal Foundations Of Counseling Ministry*. Grand Rapids: Zondervan, 2016.
- Howard Clinebell. *Tipe-Tipe Dasar Pendampingan Dan Konseling Pastoral*. Yogyakarta: Kanisius, 2002.
- Jean Beedoe. *Pastoral Care and Counseling in Large/Mega Congregations*. Maryland: University Press of America, 2016.

- Joas Adiprasetya. *Berteologi Dalam Iman: Dasar-Dasar Teologi Sistematis Konstruktif*. Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2023.
- Jones, Serene, and Paul Lakeland, eds. *Constructive Theology: A Contemporary Approach to Classical Themes*. Minneapolis: Fortress Press, 2005.
- Karel Karsten Himawan dan Eunike Mutiara. *Integrating Psychology & Christianity: The Enrichment Model*. Malang: Gandum Mas, 2014.
- M. Bons-Storm. *Apakah Penggembalaan Itu?: Petunjuk Praktis Pelayanan Pastoral*. Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2011.
- Nelson-Jones, Richard. *Teori Dan Praktik Konseling Dan Terapi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2011.
- Pam Roy, and Moira Hummel. *The Inspiring Wisdom of Viktor E. Frankl: A 21-Days Reflection Book About Meaning*. Los Angeles: VFIA Publishing, 2020.
- Ria, Natal, and Yanto Paulus Hermanto. "Pelayanan Konseling Pastoral Dengan Logoterapi: Sebuah Pendekatan Pada Makna Hidup Penderita Systemic Lupus Eritematosus (SLE)." *Jurnal Teruna Bakti* 6, no. 1 (2023).
- Siang-Yang Tan. *Counseling and Psychotherapy: A Christian Perspective*. Grand Rapids: Baker Academic, 2011.
- Stefan E. Schulenberg and Robert R. Hutzell. "Logotherapy For Clinical Practice." *American Psychological Association* 45, no. 4 (2008).
- Sucipto, Jimmy, and Jarviers Andi Tangyong Arin, Prani Yustiana, Ryawan. "Penerapan Pendekatan Logoterapi Dan Kebebasan Yang Bertanggung Jawab Dalam Perspektif K Risten Terhadap Penderita Sindrom FOMO." *PNEUMATIKOS: Jurnal Teologi Kependetaan* 14, no. 2 (2024).
- Viktor E. Frankl. *Man's Search for Meaning*. Boston: Beacon Press, 2006.
- . *Man's Search for Meaning: An Introduction To Logotherapy*. Boston, Massachusetts: Beacon Press, 1992.
- . *Man's Search for Ultimate Meaning*. New York: Basic Books, 2000.
- . *Seni Penyembuhan Diri: Dari Psikoterapi Sampai Logoterapi*. Yogyakarta: IRCiSoD, 2022.
- . *The Doctor and The Soul: From Psychotherapy to Logotherapy*. New York: Vintage Books, 1986.
- W. Stanley Heath. *Psikologi Yang Sebenarnya*. Yogyakarta: Andi, 1997.
- Willows, David, and John Swinton, eds. *Spiritual Dimensions of Pastoral Care: Practical Theology in a Multidisciplinary Context*. London: Jessica Kingsley Publisher, 2000.
- Worth Books Team. *Summary and Analysis of Man's Search for Meaning: Based on the Book by Victor E. Frankl*. New York: Worth Books, 2017.
- Yakub B. Susabda. *Konseling Pastoral: Pendekatan Konseling Pastoral Berdasarkan Integrasi Teologi Dan Psikologi*. Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2014.