

Mengatasi Kemarahan Remaja kepada Orang tua dengan Konseling Pastoral Pendekatan Carl Rogers

Riswan Mangihut Pangaribuan
Pascasarjana Sekolah Tinggi Teologi Iman Jakarta
rpangaribuan@gmail.com

Abstract: *Teenage anger often occurs in a family environment, although the causes are various and not always family related. Youth anger toward parents requires ongoing and comprehensive pastoral counseling. This article offers a pastoral counseling approach with Carl Rogers' theory approach in dealing with the phenomenon of adolescent anger. This research approach is qualitative with the phenomenological method, through in-depth interviews with 8 participants in the Church of Christ in Bandar Lampung. The results of interviews from participants are then compiled through three stages, namely: epoche, variant imagination, and synthesis of meaning and essence. The results show that anger is influenced by internal and external factors. Problems that occur are never resolved by sitting together to find a solution, but are left alone until they finish on their own. This makes the existing problem never resolved but becomes sustainable because it is hidden. In conclusion, pastoral counseling is needed to deal with existing problems in five stages, namely: guiding, sustaining, healing, recon-ciling, nurturing.*

Keywords: *Carl Rogers; pastoral counseling; youth anger*

Abstrak: Kemarahan remaja sering terjadi dalam lingkungan keluarga, sekalipun penyebabnya beragam dan tidak selalu terkait dengan keluarga. Kemarahan remaja terhadap orang tua membutuhkan penanganan konseling pastoral secara berkesinambungan dan komprehensif. Artikel ini menawarkan pendekatan konseling pastoral dengan pendekatan teori Carl Rogers dalam menangani fenomena kemarahan remaja tersebut. Pendekatan penelitian ini adalah kualitatif dengan metode fenomenologi, melalui wawancara secara mendalam terhadap 8 orang partisipan di Gereja Kristus Bandar Lampung. Hasil wawancara dari partisipan, selanjutnya disusun melalui tiga tahapan yaitu: *epoche*, varian imajinasi, dan sintesis makna dan esensi. Hasil yang diperoleh bahwa kemarahan dipengaruhi oleh faktor internal maupun eksternal. Permasalahan yang terjadi tidak pernah diselesaikan dengan cara duduk bersama mencari solusi, namun dibiarkan hingga selesai dengan sendirinya. Hal ini membuat masalah yang ada tidak pernah tuntas tetapi menjadi bersifat berkelanjutan karena terpendam. Kesimpulannya, dibutuhkan konseling pastoral dibutuhkan untuk menangani persoalan yang ada dengan lima tahapan yaitu: pembimbingan (*guiding*), penopangan (*sustaining*), penyembuhan (*healing*), pemulihan (*recon-ciling*), pemeliharaan (*nurturing*).

Kata kunci: Carl Rogers; kemarahan remaja; konseling pastoral

PENDAHULUAN

Marah merupakan fenomena yang sering ditemui pada masyarakat baik dalam ranah sosial maupun komunikasi dengan sesama.¹ Eva Latipah mengatakan, bahwa marah merupakan jenis emosi primer dan bersifat universal karena semua orang pasti meng-

¹Abdul Hidajat, *Terapi Terhadap 15 Penyakit Hati* (Jakarta: Penerbit Paramarta, 2001), 53.

alami hal tersebut.² Kemarahan dapat diungkapkan dalam bentuk destruktif maupun dalam bentuk konstruktif.³ Marah merupakan bagian dari sikap agresif, kekejaman dan kekerasan yang membuat marah dianggap sebagai pemicunya. Emosi marah ini menurut Greenberg dan Watson, sebagaimana dikutip oleh Rita dkk., berada pada tingkatan di mana ketika intensitas kemarahan yang ditampilkan dirasa berlebihan, maka emosi marah tidak dapat disebut sebagai hal positif dan justru akan merusak serta menimbulkan perilaku berbahaya.⁴

Berkaitan dengan kemarahan, karakter dan kepribadian remaja juga rentan dengan kemarahan. Kemarahan remaja sering terjadi dalam lingkungan keluarga, terutama jika berkaitan dengan orang tua yang mengindikasikan bahwa individu tersebut tidak mampu berpikir secara positif dan realistis. Hal ini sebagaimana dituliskan oleh Wendy Kay, beberapa penyebab kemarahan remaja terhadap orang tua yaitu: mementingkan keinginan diri sendiri, permintaan yang tidak dikabulkan, terlalu dikekang, permasalahan pribadi yang kemudian dilampiaskan kepada orang tua, menyembunyikan masalah, penolakan terhadap pola asuh orang tua di rumah, kurangnya penghargaan terhadap orang tua, orang tua yang terlalu banyak menuntut anaknya.⁵ Kemarahan remaja terhadap orang tua berdampak secara psikologis, sosial, dan spiritual. Secara psikologi remaja yang marah kepada orang tua menyebabkan perasaan terluka dan pikirannya menjadi kacau, hal ini tampak dari perubahan sifat yang ditunjukkan sang anak seperti cenderung menutup diri, kasar ketika berucap atau berbuat sesuatu, serta ketika menjalani kehidupan sehari-hari yang membuat remaja merasa sangat sedih, marah dan tertekan serta merasa tidak diterima dan terbuang. Dampak sosial remaja yang marah kepada orang tua menyebabkan perasaan marah yang tidak terkendali yang ada dalam dirinya dan berdampak kepada sikap pesimis terhadap masa depan dan kehidupannya.

Remaja mencoba membandingkan dirinya dengan orang lain, melampiaskan dengan kehidupan perilaku sosial yang buruk, permusuhan bahkan pemberontakan terhadap orang tua. Dampak spiritual kemarahan remaja terhadap orang tua juga berdampak kepada kemarahannya terhadap Tuhan yang dianggap tidak adil dalam kehidupannya. Remaja menjadi malas untuk beribadah dan menjauhi persekutuan. Remaja tidak menyukai hal-hal bersifat rohani. Akibat dampak kemarahan remaja seperti di atas, peneliti menemukan salah satu remaja yang berumur 16 tahun yang marah terhadap orang tuanya karena merasa dibohongi mengenai statusnya sebagai anak oleh orang tuanya. Anak jemaat itu kemudian masuk ke dalam sasaran pelayanan peneliti. Setelah anak tersebut mengetahui bahwa dirinya bukanlah anak kandung, ia menunjukkan kemarahannya dan bahkan berniat untuk melakukan bunuh diri. Penanganan konseling pastoral di gereja secara berkesinambungan dan komprehensif diperlukan bagi remaja

²Eva Latipah, *Psikologi Dasar* (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2017), 184.

³Gary R. Collins, *Konseling Kristen yang Efektif* (Malang: Seminari Alkitab Asia Tenggara, 1990), 144.

⁴Rita Susanti, Desma Husni dan Eka Fitriyani, *Jurnal Psikologi Vol 10 Nomor 2 Tahun 2014* (Riau: Fakultas Psikologi Universitas Sultan Syarif Kasim, 2014), 103.

⁵Wendy Kay, <http://www.yourtango.com/expert/wendy-kay/10-reason-way-teens-are-so-angry-expert>.2019.

yang mengalami kemarahan terhadap orang tua, dan gereja diperlukan dalam melayani hal ini.

Terkait dengan persoalan kemarahan yang dihadapi oleh remaja terhadap orang tua di lingkungan keluarga Kristen, atau anggota jemaat di gereja, maka diperlukan tindakan penanganan yang serius dan terarah. Ada beberapa penelitian terkait penanganan kemarahan remaja kepada orang tua. Fenty Zahara Nasution mengusulkan penggunaan metode *SACK'S Sentence Completion Test* dalam penanganan konflik orang tua dengan anak.⁶ Rina Sari Kusuma mengusulkan adanya komunikasi antar pribadi sebagai solusi konflik tersebut.⁷ Radhitia Paramitasari dan Ilham Nur Alfian mengajukan sebuah pendekatan kematangan emosi untuk dapat memaafkan sebagai cara menyelesaikan persoalan antara anak dan orang tua.⁸ Namun, yang menarik adalah penggunaan pendekatan keagamaan, dengan terapi *istighfar*, dalam mengatasi remaja yang suka marah kepada orang tuanya.⁹ Penelitian ini merupakan penelitian yang serupa mengatasi persoalan kemarahan remaja menggunakan metode yang berbeda, yaitu konseling pastoral dengan pendekatan teori Carl Rogers. Sebuah penelitian yang menggunakan pendekatan Carl Rogers adalah sebuah konseling pra nikah dalam mewujudkan keluarga bahagia.¹⁰ Ini berarti pendekatan Carl Rogers juga patut untuk digunakan dalam penelitian ini.

Pelayanan konseling pastoral di gereja yang berhubungan langsung dengan psikologi dengan pendekatan teori Carl Rogers, menggunakan *Person Centered* dan mengembangkan terapi tersebut sebagai reaksi terhadap keterbatasan yang sudah menjadi bagian dari dasar psikoanalisis. Terapis merupakan sarana penunjang pertumbuhan pribadi bagi konseli yaitu dengan cara membantu menemukan kemampuan dan jalan keluar dalam memecahkan setiap permasalahan yang ada. Pendekatan *Person Centered* berfokus pada pemberian rasa kepercayaan yang besar pada konseli dan meyakinkan untuk terus mengikuti terapi hingga berhasil menemukan arah dan tujuan yang ia inginkan. Terapi yang dilakukan dengan beberapa cara yaitu terapis yang kongruen, penerimaan positif yang tidak bersyarat dan mendengarkan secara empati.¹¹

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis metode fenomenologi. Menurut Cresweel, "Rancangan penelitian model kualitatif dapat diaplikasikan pada bidang keilmuan humaniora, psikologi, sosiologi, ilmu politik, antropologi, dan masih

⁶Fenty Zahara Nasution, "Gambaran Konflik Emosi Remaja Dengan Orang Tua Menggunakan Metode SACK'S Sentence Completion Test," *Jurnal Psikologi Kognisi* 2, no. 2 (2019): 122–135.

⁷Rina Sari Kusuma, "Komunikasi Antar Pribadi Sebagai Solusi Konflik Pada Hubungan Remaja Dan Orang Tua Di Smk Batik 2 Surakarta," *Warta LPM* 20, no. 1 (2017): 49–54.

⁸Radhitia Paramitasari and Ilham Nur Alfian, "Hubungan Antara Kematangan Emosi Dengan Kecenderungan Memaafkan Pada Remaja Akhir," *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan* 1, no. 2 (2012): 1–7.

⁹Nurul Faizah, "Terapi Istighfar Untuk Mengatasi Seorang Remaja Yang Suka Marah Kepada Orang Tua Di Kelurahan Morokrembangan Surabaya" (UIN Sunan Ampel Surabaya, 2018).

¹⁰Mubasyaroh Mubasyaroh, "Konseling Pra Nikah Dalam Mewujudkan Keluarga Bahagia (Studi Pendekatan Humanistik Carl R. Rogers)," *Konseling Religi* 7, no. 2 (2016): 1–18.

¹¹Jess Feist, Gregory J. Feist, *Teori Kepribadian* (Jakarta: Salemba Humanika, 2010), 18-19.

banyak ilmu yang lain dapat juga dipakai pada ilmu teologi.”¹² Pendekatan kualitatif lebih fleksibel dengan menggunakan langkah tertentu meskipun tidak dapat dipastikan hasilnya.¹³ Desain menggunakan metode pendekatan penelitian fenomenologi mencoba memahami berbagai perilaku manusia dimulai dari susunan kerangka berpikir dan bagaimana tindakan yang dilakukan orang-orang dapat terbayangkan dan terpikirkan.¹⁴ Penelitian metode fenomenologi merupakan jenis penelitian berupa usaha untuk membangun pemahaman secara realitas.¹⁵ Penelitian fenomenologi termasuk penelitian kualitatif karena berdasarkan pengalaman manusia yang kemudian diperiksa secara terperinci dari narasumber yang bersangkutan.¹⁶ Pengetahuan merupakan penentu pengalaman seseorang, jenisnya dapat berupa nilai, ide, sikap, gambaran dan teori, sebagai bagian dari lingkungan. Pengalaman dapat dipakai untuk penafsiran pengalaman, memotivasi orang lain, memahami intensi, dan memahami pengertian dan bagaimana koordinasi dilakukan.¹⁷

Penelitian menurut perspektif teologi dengan subyek penelitian yaitu remaja yang menyimpan kemarahan kepada orang tua dengan sasaran populasi penelitian adalah remaja di Gereja Kristus Bandar Lampung. Peneliti melakukan wawancara terhadap delapan orang remaja gereja. Proses pengambilan subyek penelitian menggunakan teknik *purposive sample*, di mana pemilihan pengambilan *sample* dilakukan berdasarkan pertimbangan-pertimbangan, yaitu mempunyai sifat populasi yang telah ada sebelumnya.¹⁸

HASIL DAN PEMBAHASAN

Teori Carl Rogers

Carl Rogers mengenalkan istilah “diri” sebagai bentuk kebingungan karena pada saat itu belum menemukan definisi yang tepat untuk istilah “diri”. Selama proses pencarian itu bersama klien-kliennya melalui psikoterapis, ia akhirnya memahami bahwa keinginan dari para klien yang paling mendasar adalah “menjadi diri sendiri”. Dari sini Rogers menyadari satu hal penting, yaitu bahwa pemahaman diri adalah hal yang sangat diperlukan dan dinilai efektif jika manusia ingin berkembang sehingga muncul kata “diri” yang menjadi konsep utama dalam teori kepribadian Carl Rogers.¹⁹

Dalam keilmuan psikologi humanistik Rogers berpendapat bahwa kedewasaan dan hidup seseorang merupakan tanggung jawab orang tersebut. Kebebasan berpenda-

¹²John W. Creswell, *Research Design: Qualitative & Quantitative Approaches* (Thousand Oaks: SAGE Publications, 1994), 11-12.

¹³Sujarsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian - Suatu Pendekatan Praktik* (Jakarta PT. Rineka Cipta, 2006), 13.

¹⁴Lexy J. Moleong, *Metodologi Penelitian Kualitatif, Edisi Revisi* (Bandung: Penerbit PT. Remaja Rosdakarya, 2010), 52.

¹⁵Stevri Indra Lumintang & Danik Astuti Lumintang, *Theologi Penelitian & Penelitian Theologi* (Jakarta: Geneva Insani Indonesia, 2016), 109.

¹⁶Andreas B. Subagyo, *Pengantar Riset Kuantitatif & Kualitatif* (Bandung: Kalam Hidup, 2004), 112.

¹⁷Ibid.

¹⁸Masri Singarimbun, *Metode Penelitian Survei* (Jakarta: PT.Pustaka LP3ES, 1995), 169.

¹⁹C.A. Hall dan Lindzey G, *Teori-teori Holistik*. Supratiknya, A. (ed.) (Yogyakarta: Kanisius, 1993), 134.

pat dalam rangka mengatur diri sendiri menjadi pokok utama teori Rogers, tentunya dengan tetap memperhatikan pengontrolan diri. Dengan didukung kemauan dan keinginan, atau dukungan lain yang akan dijelaskan psikolog lainnya misalnya kebutuhan air, udara, pangan, maupun kebutuhan yang berkaitan dengan perasaan seperti rasa cinta, rasa aman dari gangguan, dan lainnya. Teori yang dikemukakan Rogers ini banyak diterapkan pada bidang konseling dan terapis.²⁰

Struktur Kepribadian.

Rogers lebih mengutamakan unsur dinamika dibandingkan dengan unsur struktur kepribadian dalam teori yang ia buat. Memfokuskan diri pada proses bagaimana kepribadian seorang dapat berubah, berkembang, dan bahkan menuju ke arah yang lebih baik. Rogers menyusun dasar penting tersebut ke dalam tiga konstruk: *organism*, *medan phenomenal*, *self* (diri). Sumadi Suryabrata mengatakan: "*Organism*, merupakan satu kesatuan dari individu (*the total individual*). *Medan phenomenal* merupakan gabungan dari pengalaman yang kita miliki (*the totality of experience*). *Self*, yang mana masih merupakan bagian dari *medan phenomenal* yang terbedakan dan terdiri atas pola penilaian dan pengamatan sadar daripada pola "I" atau "Me".²¹

Organism merupakan makhluk hidup dengan fungsi lengkap baik fisik maupun psikologisnya dan tempatnya berbagai pengalaman. Setiap potensi yang ada pada manusia yaitu persepsi mengenai kejadian apa saja yang menimpa diri terkait dunia eksternal. Sementara *Medan phenomenal* merupakan gabungan pengalaman yang dimiliki seseorang baik yang terjadi secara internal atau eksternal, disadari maupun tidak disadari. *Medan phenomenal* mengikuti seseorang sepanjang hidupnya layaknya persepsi subyektif. *Self* sebagai sebuah konstruk yang menjelaskan proses bagaimana individu dapat melihat dirinya sendiri dan membentuk struktur kepribadian. Rogers membagi jenis *self* menjadi dua bagian, yaitu *real self* dan *ideal self*. *Real self* digambarkan sebagai kondisi individu saat ini, sedangkan konsep *ideal self* digambarkan sebagai kondisi individu di masa depan sesuai dengan apa yang ingin dilihat dan dicapai oleh individu. Perhatian dan fokus Rogers tertuju pada cara organisme dan *self* dibentuk sehingga menjadikannya lebih kongruen.²²

Konsep awal dari *self* yaitu secara menyeluruh dengan tetap dilakukan secara terorganisir dan disusun atas pemikiran mengenai hubungan "I" (subjek atau objek) serta pemikiran mengenai hubungan "I" dengan makhluk lainnya dalam berbagai aspek yang menyelimuti kehidupan sehari-hari serta nilai yang berkaitan di dalamnya. Konsep *self* menggambarkan bagaimana konsep seseorang terhadap diri mereka sendiri, apa saja ciri-ciri yang merupakan bagian yang ada dalam dirinya. Selain itu, juga menggambarkan pandangan diri terkait perannya dalam kehidupan dan interpersonal.

Dinamika Kepribadian

Menurut Rogers, di dalam organisme terdapat kekuatan yang dapat menjadi dorongan tunggal dari dalam untuk mengaktualisasi diri serta tujuan tunggal meraih

²⁰Jess Feist, Gregory J. Feist Teori, 19.

²¹Sumadi Suryabrata, *Psikologi Kepribadian*, 259.

²²Schultz Duane, *Psikologi Pertumbuhan: Model-Model Kepribadian Sehat* (Yogyakarta: Kanisius, 1991)

kehidupan menjadi pribadi yang teraktualisasikan. Pengalaman menjadikan nilai tersendiri; apakah sudah memberikan kepuasan terhadap diri sendiri atau justru sebaliknya, yang bermula dengan kepuasan fisik, dilanjutkan dengan kepuasan emosional, dan terakhir yaitu kepuasan sosial dan merupakan kepuasan yang tidak ternilai harganya. Konsep *self* dalam teori Rogers mencakup penggambaran mengenai bagaimana diri yang sesungguhnya, seharusnya diri menjadi apa, dan apa saja kemungkinan diri di masa yang akan datang. Kesadaran dalam pentingnya memaknai konsep diri yang kemudian akan menumbuhkan penerimaan positif.²³

Rogers telah merumuskan beberapa hal mengenai teori dasar dinamika kepribadian dalam konsep aktualisasi diri. Hal ini sebagai bagian dari daya yang memacu potensi individu dan pengembangan diri seseorang yang telah menjadi ciri khas setiap manusia. Melalui aktualisasi diri inilah manusia didorong untuk menuju tahap pengembangan secara optimal dan menghasilkan ciri unik yang ada pada setiap manusia misalnya saja seperti kreatifitas dan inovasi. Manusia harus dapat membedakan perilaku progresif dan perilaku regresif agar dapat memperoleh tujuan hidup. Perilaku progresif yaitu perilaku yang mendukung aktualisasi diri, perilaku regresif merupakan perilaku yang menjadi penghalang sebuah aktualisasi diri.

Menurut Rogers, orang yang sehat adalah orang yang ikut berperan dalam proses aktualisasi bagi dirinya. Hasil akhirnya yaitu menjadi diri sendiri dan mampu mengembangkan sifat dan potensi psikologis yang unik. Faktor utama agar dapat memiliki kepribadian sehat adalah penghargaan terhadap diri secara positif tanpa syarat (*unconditional positive regard*). Ketika seseorang di masa kecil, kecenderungan akan penghargaan tanpa syarat menjadi keinginan yang kuat agar potensi yang dimiliki terpenuhi dan masuk pada tahapan *human-beingness* setinggi mungkin.²⁴ Hal ini terwujud apabila seorang ibu mengambil peran dalam memberikan kasih sayang tanpa memperhatikan tingkah laku anak tersebut. Cinta dan kasih sayang yang secara bebas diberikan, dan juga bagaimana sikap yang seharusnya ditampilkan pada anak, maka itu semua akan membentuk sekumpulan norma dan juga standar yang terinternalisasikan. Dalam hal ini, Rogers melihat kepribadian sehat bukan termasuk keadaan dari sesuatu yang telah ada sebelumnya, melainkan suatu proses pencapaian arah dan bukan tujuan. Di bawah ini, Rogers memaparkan tiga gambaran umum mengenai aktualisasi diri²⁵ diantaranya;

Aktualisasi diri tidak termasuk keadaan yang tetap, tetapi proses yang terus berlanjut. Merupakan proses yang sulit dan menyakitkan sehingga diperlukan keberanian lebih bagi seseorang yang ingin menjalaninya. Orang yang melakukan aktualisasi diri adalah diri mereka sendiri, tanpa adanya topeng yang digunakan atau menyembunyikan diri. Di samping pemaparan di atas, Rogers membagi lima sifat orang menurut fungsinya di antaranya: perlunya keterbukaan di setiap pengalaman, kehidupan yang dilihat secara eksistensial, kepercayaan terhadap organisme diri sendiri, perasaan yang tidak mengekang dan bebas, tumbuhnya kreativitas dalam diri.²⁶

²³Jess Feist, Gregory J. Feist, 19-20.

²⁴Latipun, *Psikologi Konseling* (Malang: Universitas Muhammadiyah Malang Press, 2010), 62.

²⁵Carl R. Rogers, *On Becoming a Person* (Jakarta: Pustaka Belajar, 2012), 289-300.

²⁶Ibid.

Rogers beranggapan jika manusia dapat berfungsi dengan adanya penyesuaian, bertahan dan bahkan mau belajar terhadap perubahan-perubahan yang terjadi. Kreativitas dan spontanitas tentunya dimiliki oleh setiap orang untuk menghadapi perubahan sekalipun traumatis. Contohnya seperti saat pertempuran atau terjadinya bencana alam. Carl Rogers berkesimpulan bahwa orang yang berfungsi sepenuhnya termasuk “barisan terdepan yang layak diterima” dalam suatu proses evolusi pada manusia.

Perkembangan Kepribadian

Carl Rogers tidak menambahkan teori perkembangan dan pertumbuhan, dan tidak pula berdasarkan riset jangka panjang dengan objek hubungan anak dan kedua orang tuanya. Namun Rogers meyakini terdapat kekuatan besar yang tumbuh di dalam diri setiap orang yang akan mendorong proses perkembangan organisme menjadi kompleks, berdiri sendiri, secara ekspansi, sosial, dan menyeluruh ke arah semakin tercapainya aktualisasi diri. Bagian struktur *self* sendiri terpisah dengan *Medan phenomena* dan berkembang lebih kompleks. *Self* berkembang secara keseluruhan dan mempertahankan keutuhan, meresap ke segala bagian yang tampak. Proses perkembangan *self* diperlukan seiring dengan kebutuhan penerimaan diri secara positif dan menyaring setiap tingkah laku berdasarkan kesadaran agar selalu kongruen.²⁷

Perspektif Teologis terhadap Pendekatan Carl Rogers

Carl Rogers memiliki sumbangsih dalam konseling pastoral Kristen. Walaupun dalam hal ini perlu kajian khusus untuk melihat secara holistik sumbangsih teori Carl Rogers sebagaimana yang dituliskan oleh Jonas dan Butman,

*Rogers's views of the person, in particular, have influenced the field of pastoral care, the church and the theological anthropology of many Christian thinkers. In this appraisal of person-centered theory we will draw from a diversity of Christian perspectives to evaluate the congruence of the theory and practice of person-centered therapy with Christian thought.*²⁸

Dalam penilaian teori Carl Roger ada baiknya dilihat dari beragam perspektif Kristen untuk mengevaluasi kesesuaian teori *self* dan praktik terapi yang berpusat pada orang dengan pemikiran Kristen.

Rogers memandang diri manusia yang sebenarnya juga secara sangat positif, meski tidak melihatnya dari sudut pandang kehadiran Allah sebagai pencipta. Rogers meneliti diri manusia dari sisi biologi dimana dia menemukan adanya suatu kekuatan di dalam diri terdalem manusia yang menentukan diri dan hidup manusia, yang disebutnya sebagai *self experience* sebagai sumber *truth* dan *meaning of life*. Lebih lanjut Rogers melihat manusia yang otentik ini adalah manusia yang dibentuk dari pengalaman terdalem dalam hidupnya. Ada *truth in me* sebagai ungkapan kekuatan *self experience* itu. Ungkapan indah yang Rogers pernah katakan adalah:²⁹

Bagi saya, pengalaman adalah penguasa tertinggi. Patokan kebenarannya adalah pengalaman saya sendiri. Tidak satupun gagasan orang lain, dan tidak pula

²⁷Khanza Savitra, <https://dosenpsikologi.com/teori-kepribadian-carl-rogers.2020>.

²⁸Stanton L. Jones and Richard E. Butman *Modern psychotherapists: A comprehensive Christian Appraisal Second Edition* (Madison: Inter Varsity Press, 2011), 271.

²⁹Rogers, *On Becoming a Person*, 36-37.

gagasan saya sendiri, yang kekuasaannya sama dengan pengalaman saya. Kepada pengalamanlah saya harus terus menerus mengacu untuk menemukan ketetapan yang paling mendekati kebenaran seperti pada proses menjadi dalam diri saya. Kitab suci atau nabi-bahkan Freud atau penelitiannya - wahyu Tuhan atau manusia - Tidak dapat mengalahkan pengalaman saya secara langsung.

Rogers menjelaskan bagaimana pengalaman konkret digunakan sebagai sumber kebenaran yang mana masih merupakan bagian dari pengalaman manusia dalam pembentukan *real self* secara sehat dan memiliki fungsi penuh. Rogers tidak menoleransi adanya intervensi dari bagian terdalam dalam manusia ataupun kebenaran dari luar dirinya yang menjadi sumber kebenaran dalam hidup manusia, yang menjadi pembentuk *real self* pada manusia.

Alkitab menjelaskan bahwa kebenaran berasal dari Allah itu sendiri dan maknanya bahwa hidup seseorang hanya ditemukan di dalam diri Allah sendiri karena Allah adalah kebenaran dan kehidupan (band. Yoh. 14:6). Allah memberikan kehidupan kepada manusia. Terciptanya manusia yang di dalamnya ada "diri/self" tidak terlepas dari campur tangan Tuhan dalam diri manusia. Allah menghembuskan nafas kehidupan atau *nephes* kepada manusia, maka hiduplah manusia (lih. Kej. 2:7). Dalam hal ini, manusia sebagai gambar dan rupa Allah (Kej. 1:26-27), memiliki kepribadian, moral, dan kehendak bebas yang membuat manusia juga memiliki nilai kebenaran di dalam dirinya. Namun demikian, ketika manusia jatuh dalam dosa, pada manusia tidak memiliki *truth and meaning*. Jadi kita harus mempertanyakan ketergantungan Carl Rogers pada pengalaman dirinya sebagai kebenaran yang tertinggi.

Rogers optimis tentang pengalaman diri sebagai dasar untuk menentukan kebenaran, tetapi sebaliknya pesimis tentang nilai budaya, dogma, tradisi dan sistem nilai moralitas. Sebaliknya pandangan Kristen selalu memiliki pemahaman yang tinggi tentang Wahyu Ilahi dan otoritas Alkitab.³⁰ Dalam pencarian *truth and meaning of life* yang sesungguhnya seseorang harus kembali kepada Allah sehingga berhasil menemukan *real self* dan *ideal Self* yang ada dalam Kristus. Hanya ketika seseorang mengenal Tuhan, maka seorang dapat menemukan *real self* dan *ideal self*. Tanpa Tuhan, manusia tidak akan memiliki pengenalan akan dirinya dan memiliki makna dalam hidupnya.

Alkitab menjelaskan bahwa manusia diciptakan segambar dan serupa dengan Allah, akan tetapi dosa telah membuat manusia kehilangan kemuliaan yang diberikan Allah dan gambar Allah di dalam dirinya menjadi rusak dan terdistorsi. Manusia tidak mampu memiliki pengenalan akan Tuhan yang seutuhnya yang mengakibatkan manusia tidak dapat mengenali diri sendiri, tersesat, bingung, dan jatuh ke dalam genggaman dosa. Allah menjadi musuh manusia.

Dalam teori Rogers, *self* dapat dibagi menjadi dua bagian: yang pertama adalah *real self*, yang kedua adalah *ideal self*. Saat *real self* dan *ideal self* ada dalam posisi yang *kongruen* (satu kesatuan), maka seseorang akan mengalami peristiwa yang disebut *full functioning life*. Manusia mulai menjalani hidup berbahagia, menyenangkan, dan dinamis kehidupan yang tampak menggairahkan. Akan tetapi jika *real self* dan *ideal self* di posisi yang dinamakan *inkongruen*, maka diri seseorang akan merasakan kegelisahan,

³⁰Stanton L. Jones, *Modern psychotherapists*, 273.

selalu defensif, dan masalah yang besar muncul dalam kehidupan manusia. Rogers, dengan tidak melibatkan Allah mengatakan bahwa *ideal self* adalah diri yang dikehendaki masyarakat.

Dalam pengajaran kristen, *real self* tidak boleh hanya dibentuk dari pengalaman tetapi harus dibentuk dalam ketaatan kepada panggilan Allah sebagai pencipta manusia. Manusia pada dasarnya bukan makhluk baik atau benar dengan sendirinya, seperti yang ditegaskan oleh Carl Rogers dalam teori terapi yang berpusat pada diri, tetapi manusia yang sangat membutuhkan transformasi. Tentu saja ada perasaan di mana seseorang bermasalah karena ia tidak mengenal dirinya sendiri, tetapi tidak benar bahwa seseorang dapat lahir baru dengan sendirinya (mengalami *ideal self* dengan sendirinya). Alkitab menjelaskan bahwa pertobatan menghasilkan *the true self* yaitu orang yang mencintai Tuhan dengan sepenuh hati, mencari kebenaran dan mengasihi orang lain seperti dirinya sendiri.³¹

Bagi orang Kristen, pemahaman terhadap *inkongruensi*, *real self* serta *ideal self* tidak bisa disatukan begitu saja dengan upaya yang dilakukan manusia kecuali dengan jalan Kristus. Kristus membukakan jalan perdamaian antara Allah dengan manusia, mempersatukan bentuk *real self* dan *ideal self* menjadi kesatuan diri yang menjadi ciri khas pada kehidupan manusia. Melalui kehadiran Kristus memberi pengampunan dan penerimaan dari Allah. Allah menerima manusia dengan penuh kasih dan manusia diberi kebebasan untuk datang pada Allah karena telah mengutus perantara dan penebus manusia dari dosa yaitu Tuhan Yesus. Kristus adalah model penyatuan *real self* dan *ideal self* saat menyatakan diri-Nya sebagai manusia.

Menurut Rogers perkembangan *self* terjadi seiring dengan bertambahnya kebutuhan berupa penerimaan yang dilakukan oleh konseli secara positif dan menyaring setiap tingkah laku berdasarkan kesadaran yang dimiliki agar tetap menjaga *kongruen*. Pendapat Rogers sekaligus sebagai penegasan terhadap kebutuhan manusia yang berbuat dosa mengenai *unconditional positive regard*. Dalam Alkitab penerimaan yang positif hanya dimungkinkan bila manusia menerima pengampunan Tuhan dalam diri Yesus Kristus. Penerimaan yang dilakukan Allah secara tidak bersyarat yaitu pada saat Allah mengutus Anak-Nya berkorban dengan cara mati untuk manusia, demi membuka jalan rekonsiliasi antara manusia dan Allah, konsepnya yaitu manusia dan Allah dipersatukan kembali melalui kematian Kristus. Manusia dapat menemukan jati dirinya yang otentik pada kayu salib sebagai bentuk upaya penyaringan tingkah laku berdasarkan kesadaran menjaga *kongruen*. Tuhan Yesus berkata: "Akulah jalan dan kebenaran dan hidup" (Yoh. 14:6). Tuhan Yesus menjadi sumber yang berupa *truth and meaning of life* guna pencarian diri yang otentik. Maka dari tinjauan di atas dapat disimpulkan bahwa *self* tanpa mengenal Allah tidak mungkin menghasilkan *truth* dan *meaning of life* serta *unconditional positive regard*. Kehidupan berasal dari Tuhan, sebab manusia membutuhkan Tuhan yang telah menciptakannya.

Pengertian kebenaran atau *truth* berdasarkan teori korespondensi yaitu kesesuaian (*correspondence*) antara pengertian dari suatu pendapat atau pernyataan dengan

³¹Ibid. 276.

objek yang dituju,³² sedangkan menurut Abbas Hamami kebenaran ialah suatu kata benda yang konkrit maupun abstrak. Jika subyek hendak menuturkan kebenaran artinya adalah proposisi yang benar. Proposisi maksudnya adalah makna yang dikan-
dug dalam suatu pernyataan atau *statement*.³³

Kebenaran menurut teori kohensi juga dapat diartikan sebagai kesesuaian jaringan komprehensif dari pernyataan-pernyataan yang berhubungan secara logis dan tidak dibentuk atas fakta dan realitas, tetapi antar keputusan yang telah diambil.³⁴ Kebenaran menurut John Langshaw Austin dalam teori performatif yaitu suatu per-
nyataan dianggap benar jika ia menciptakan realitas. Jadi pernyataan yang benar bu-
kanlah pernyataan yang mengungkapkan realitas, tetapi justru dengan pernyataan itu tercipta realitas sebagaimana yang diungkapkan dalam pernyataan itu. Teori ini disebut juga “tindak bahasa” mengaitkan kebenaran satu tindakan yang dihubungkan dengan satu pernyataan.³⁵ Dari beberapa pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa pada dasarnya kata *truth* berbeda dengan *real*, akan tetapi keduanya saling berkaitan karena *real* tidak akan terbentuk jika tidak ada *truth*, begitupun sebaliknya.

Dengan kata lain melalui teori Carl Rogers remaja dapat mengenal dirinya (*real self*) secara positif tanpa syarat. Namun demikian apa yang dipahami remaja tentang dirinya belum termasuk dirinya yang seutuhnya (*ideal self*) sebab hanya dengan mene-
rima Tuhan Yesus remaja dapat sampai kepada *truth* dan *meaning of life*, tanpa menge-
nal Allah tidak mungkin memiliki *meaning of life* serta *unconditional positive regard* (penerimaan tanpa syarat). Hanya di dalam Kristus yang telah menerima remaja tanpa syarat, maka remaja dapat menerimanya tanpa syarat.

Hasil

Hasil Penelitian penanganan konseling pastoral dengan pendekatan Carl Rogers ter-
hadap kemarahan remaja kepada orang tua di Gereja Kristus Bandar Lampung dipapar-
kan sebagai berikut.

Tahap Sintesis Makna

Terbagi menjadi dua bagian yaitu sintesis makna dan esensi. Sintesis makna sebagai-
mana yang diuraikan dalam sebuah *Textual Description* dan *Structural Description*.
Maka makna diperoleh dari partisipan ke-1 sebagai remaja Gereja Kristus pernah meng-
alami kemarahan terhadap orang tua. Penanganan konseling pastoral dengan pendeka-
tan Carl Rogers berjalan dengan baik. Pada *Textual Description*, partisipan ke-1 mene-
kankan sebagai berikut:

1. Kemarahan menyebabkan hilangnya semangat dan mood untuk mengerjakan sesuatu bahkan untuk sekolah sekalipun.
2. Kemarahan mengganggu aktifitas dan keharmonisan dalam keluarga, kurang komunikasi sehingga kemarahan semakin berlarut-larut.

³²Jujun S. Suriasumantri, *Filsafat Ilmu: Sebuah Pengantar Populer* cet. ke 13, (Jakarta: Pustaka Sinar Harapan, 2000), 57.

³³Tim Dosen Filsafat Ilmu UGM, *Filsafat Ilmu; Sebagai Dasar Pengembangan Ilmu Pengetahuan*, cet-
3 (Yogyakarta: Liberty, 2003), 60.

³⁴Amsal Bakhtiar, *Filsafat Ilmu* (Divisi Buku Perguruan Tinggi, Raja Grafindo Persada, 2012) 116.

³⁵Ahyar Lubis, *Filsafat Ilmu* (Raja Grafindo Persada, 2014), 55.

3. Kedekatan seorang remaja dengan orang tua menjadi faktor cepat atau lambatnya penyelesaian masalah kemarahan. Jika dekat dengan orang tua maka cepat terselesaikan, begitupun sebaliknya. Adapun penyelesaian masalah menurut partisipan yaitu penggunaan *gadget* untuk mencari hal yang dapat mengembalikan mood.

Pada *Structural Description*, penekanan yang dilakukan partisipan ke-1 sebagai berikut:

1. Kemarahan terhadap orang tua merupakan perbuatan dosa dan bisa juga tidak. Adapun yang termasuk perbuatan dosa apabila tidak mendengarkan nasihat kebaikan dari orang tua meskipun cara penyampaiannya tidak seharusnya dilakukan sehingga menjadi marah.
2. Keinginan untuk memaafkan, dan kesadaran bagaimanapun keadaan orang tua, itu tetaplah menjadi orang tua kita.

Partisipan Ke-2. Diperoleh hasil pernah mengalami kemarahan. Penanganan konseling pastoral dengan pendekatan Carl Rogers berjalan dengan baik. *Textual Description* dan *Structural Description*. Pada *Textual Description*, partisipan ke-2 menekankan sebagai berikut:

1. Saat kemarahan terhadap orang tua terjadi, mudah sekali bagi remaja untuk mencari pelampiasan berupa barang di sekitarnya. Hal lain juga terlihat pada sikap diam remaja dan tidak mau berkomunikasi dengan siapapun.
2. Cenderung lebih cerewet dan tidak mengontrol emosi saat marah, hingga tetangga juga turut menasihati orang tua yang ternyata menjadikan suasana semakin panas.
3. Gadget menjadi pelampiasan dalam menyalurkan amarah.

Pada *Structural Description*, partisipan ke-2 menekankan sebagai berikut:

1. Kemarahan terjadi karena kesalahan yang dilakukan atau diucapkan. Karena tidak ada kontrol apapun maka partisipan beranggapan bahwa hal ini bagian dari perbuatan dosa.
2. Kesadaran untuk memaafkan orang tua. Alasannya adalah karena orang tuapun sering kali memaafkan setiap kesalahan-kesalahan yang dibuat oleh anak-anaknya.

Dari partisipan ke-3 pernah mengalami kemarahan terhadap orang tua. Penanganan konseling pastoral dengan pendekatan Carl Rogers berjalan dengan baik. *Textual Description* dan *Structural Description*. Pada *Textual Description*, partisipan ke-3 menekankan sebagai berikut:

1. Pada saat marah kepada orang tua akan ngambek dan mengeluarkan kata kasar dan saat marah dilampiaskan dengan cara memukulkan tangan ke tembok.
2. Kemarahan remaja sering ditanggapi secara amarah oleh orang tua, sehingga rasa kesal semakin tinggi.
3. Perasaan tidak enak sering kali terulang karena penyelesaian masalah tidak pernah dilakukan secara terbuka.

Pada *Structural Description*, partisipan ke-3 menekankan sebagai berikut:

1. Kurang dewasa secara rohani sebagai faktor kemarahan terulang kembali, dimana dosa menguasai sehingga terjadilah kemarahan.
2. Memaafkan orang tua, harus memaafkan karena dosa-dosa kita sejatinya telah dimaafkan oleh Tuhan.

Partisipan Ke-4. Pernah mengalami kemarahan terhadap orang tua. Penanganan konseling pastoral dengan pendekatan Carl Rogers berjalan dengan baik. *Textual Description* dan *Structural Description*. Pada *Textual Description*, partisipan ke-4 menekankan sebagai berikut:

1. Marah karena orang tua tidak membayarkan uang sekolah, dan membuat anak tidak percaya dengan alasan yang disampaikan orang tua karena penyampaian baru dilakukan ketika orang tua didesak anak dan marah barulah orang tua memberi alasan.
2. Hubungan kedekatan kadang menimbulkan masalah yang mudah diselesaikan, tetapi kadang membuat seolah-olah semua mudah, apalagi setiap masalah yang terjadi tidak diselesaikan dengan saling terbuka, tetapi dengan sama-sama diam dan selesai begitu saja.

Pada *Structural Description*, partisipan ke-4 menekankan sebagai berikut:

1. Kesalahan harus dilihat dari niat orang dan kejujuran dalam mengakui kesalahan. Terkadang permasalahan menjadi lebih besar karena tidak jujur.
2. Kesalahan akan mengakibatkan kemarahan, sehingga perlu dilakukan upaya agar tidak terjadi terus menerus salah satunya yaitu saling terbuka dan memaafkan.

Partisipan Ke-5 pernah mengalami kemarahan terhadap orang tua. Penanganan konseling pastoral dengan pendekatan Carl Rogers berjalan dengan baik. *Textual Description* dan *Structural Description*. Pada *Textual Description*, partisipan ke-5 menekankan sebagai berikut:

1. Kemarahan yang terjadi saling berbalasan, ketika remaja marah maka orang tua ikut marah, begitupun sebaliknya. Saling membalas, kemudian saling diam dan tidak berkomunikasi.
2. Hubungan yang kurang harmonis menjadi penyebab seringnya pertengkaran terjadi. Kemarahan kerap tidak terselesaikan dengan baik, karena bagi yang tetap marah maka dia yang bersalah. Sehingga tidak diselesaikan secara terbuka agar saling memaafkan.

Pada *Structural Description*, partisipan ke-5 menekankan sebagai berikut:

1. Kemarahan timbul akibat tidak ada penyelesaian setiap masalah yang dihadapi secara terbuka yang kemudian menjadi dosa. Seharusnya ketika terjadi kemarahan hal itu bukan menjadi masalah karena pasti dialami setiap manusia.
2. Memaafkan itu wajib hukumnya khususnya di dalam keluarga yang merupakan segalanya dan segala sesuatu bermula.

Partisipan Ke-6 pernah mengalami kemarahan terhadap orang tua. Penanganan konseling pastoral dengan pendekatan berjalan dengan baik. *Textual Description* dan *Structural Description*. Pada *Textual Description*, partisipan ke-6 menekankan sebagai berikut:

1. Kemarahan menyebabkan adanya perang dingin di dalam keluarga.
2. Timbul dorongan yang melihat hal ini tidak baik jika terus menerus terjadi, dan biasanya memilih untuk menghindar tidak mengungkit-ungkit penyebab masalah. Walaupun muncul dorongan untuk memberontak, tetapi sisi lainnya menahan untuk tidak memperkeruh keadaan.

3. Idealisme di dalam keluarga agar menghindari dan jangan sampai terpancing untuk emosi.

Pada *Structural Description*, partisipan ke-6 menekankan sebagai berikut:

1. Kesadaran bahwa marah itu tidak untuk ditunjukkan, sebab pada akhirnya akan saling menyakiti dan termasuk perbuatan dosa. Sangat perlu untuk dihindari, dan kalau terjadi maka perlu saling memaafkan.

Partisipan Ke-7, pernah mengalami kemarahan terhadap orang tua. Penanganan konseling pastoral dengan pendekatan Carl Rogers berjalan dengan baik. *Textual Description* dan *Structural Description*. Pada *Textual Description*, partisipan ke-7 menekankan sebagai berikut:

1. Kemarahan dikarenakan ada keinginan remaja yang kemudian tidak dituruti oleh orang tua sehingga muncul kesenjangan dan remaja merasa mampu dan dapat bertanggung jawab atas pilihan yang dibuat terutama dalam bidang pendidikan. Tetapi orang tua melihat hal itu tidak sesuai sehingga diabaikan, dengan alasan tertentu yang tidak dijelaskan.
2. Dampak yang terjadi adalah bersekolah dengan malas-malasan dan pada akhirnya hanya akan membuat orang tua marah, dan anak juga marah pada orang tua karena menganggap itu bukan pilihan yang ia inginkan.
3. Kedekatan dengan orang tua mampu meredam kemarahan.
4. Keinginan dan keluhan perlu didengarkan dan berdiskusi agar anak tidak merasa dikekang.

Pada *Structural Description*, partisipan ke-7 menekankan sebagai berikut:

1. Melawan orang tua adalah dosa. Saat marah pada orang tua termasuk bagian dari melawan, apapun alasannya biasanya apa yang dikatakan orang tua hal itu demi kebaikan remaja.
2. Pada saat orang tua marah, maka harus memaafkan. Yesus berkata bahwa muridNya harus saling memaafkan sebelum matahari terbenam, maka sudah sewajarnya bagi anak untuk memaafkan orang tua.

Partisipan Ke-8, pernah mengalami kemarahan terhadap orang tua. Penanganan konseling pastoral dengan pendekatan Carl Rogers berjalan dengan baik. *Textual Description* dan *Structural Description*. Pada *Textual Description*, partisipan ke-8 menekankan sebagai berikut:

1. Kemarahan bisa menjadi besar khususnya pada orang tua, apalagi jika anggota keluarga juga ikut menyalahkan lalu memberi nasihat.
2. Secara psikis berpengaruh pada aktifitas dan cara berpikir terhadap sesuatu, sehingga selalu negatif terhadap orang lain. Di sisi lain marah juga membuat hubungan dengan orang tua menjauh.
3. Kemarahan dilupakan begitu saja, terjadi pembiaran sehingga selesai seiring berjalannya waktu. Penyelesaian masalah dilakukan dengan cara membeli barang atau mengajak jalan untuk meredakan masalah, bukan menyelesaikannya.

Pada *Structural Description*, partisipan ke-8 menekankan sebagai berikut:

1. Pelajaran dari sekolah terutama guru agama sangat menolong dalam menahan amarah, dan kontrol diri untuk tidak memperbesar masalah.

2. Sebagai manusia kecenderungan untuk berontak tentu ada, termasuk pada orang tua, hal ini menjadi bukti bahwa sebagai manusia kita membutuhkan Tuhan Yesus untuk membimbing kehidupan.
3. Sebesar apapun kesalahan orang tua dan saudara harus dimaafkan. Karena Tuhan Yesus telah memberikan contoh dan teladan untuk memaafkan, itu juga adalah perintah Tuhan Yesus untuk saling memaafkan.

Tahapan Esensi

Tahap akhir yang dilakukan yaitu penentuan esensi yang menunjukkan kualitas penanganan konseling pastoral dengan pendekatan teori Carl Rogers pada kemarahan remaja terhadap orang tua di Gereja Kristus Bandar Lampung dengan pemaparan sebagai berikut:

1. Dipengaruhi beberapa faktor internal maupun eksternal antara lain: perhatian, tidak diajak, saling jengkel, dan tidak diberi ijin.
2. Penanganan menurut teori Carl Rogers dengan menyeimbangkan antara *real self* dan *ideal self* dengan orang tua memberikan perhatian dan batasan yang jelas bagi remaja.
3. Perlu pemahaman psikologis remaja bagi orang tua, terutama penerimaan akan diri dengan lingkungan.
4. Setiap permasalahan orang tua perlu mengajak remaja untuk berdiskusi secara terbuka agar tidak menimbulkan kemarahan.
5. Remaja perlu belajar memahami orang tua, keluarga dan juga pentingnya keluarga sehingga tidak memaksa orang tua.
6. Remaja perlu menyadari kalau semua yang diinginkan tidak selalu harus dituruti saat itu meskipun orang tua mampu melakukannya karena remaja perlu belajar melihat dalam sudut pandang orang tua.
7. Perubahan pola asuh karena perkembangan zaman, hal ini kerap terjadi di lingkungan tempat mereka beraktivitas, sehingga orang tua harus mengikuti perkembangan zaman.
8. Remaja dapat mengenali diri dan bagaimana cara menempatkan diri ketika berada dalam situasi marah, walaupun sering gagal. Perlu adanya kesempatan belajar, karena remaja belum punya banyak pengalaman untuk aktualisasi diri dengan tetap berada pada pengawasan orang tua.
9. Orang tua diharapkan menerapkan pola asuh yang benar bagi remaja sehingga berkembang dengan menjunjung nilai kebenaran yang dapat menolong remaja agar tidak mudah terpengaruh faktor eksternal yang negatif. Orang tua harus mau belajar dan mengikuti perkembangan zaman.
10. Kehidupan tidak akan pernah ideal seperti apapun caranya sebelum remaja menemukan jalan melalui Tuhan Yesus.

KESIMPULAN

Kemarahan remaja terhadap orang tua disebabkan beberapa faktor internal maupun eksternal, mulai dari perhatian, tidak diajak diskusi, saling jengkel, dan tidak diberi ijin. Seluruh kemarahan diawali hal yang kecil namun terus timbul karena tidak ada penyelesaian. Oleh karena itu di setiap permasalahan orang tua perlu mengajak remaja berdiskusi sehingga tidak menimbulkan kemarahan pada remaja. Remaja perlu memahami orang tua, keluarga dan pentingnya peran keluarga sehingga tidak memaksa orang tua yang akhirnya dapat menimbulkan kemarahan. Remaja perlu menyadari jika semua yang mereka inginkan tidak harus dituruti oleh orang tua meskipun orang tua sanggup

untuk memenuhinya. Penanganan pastoral konseling dalam kemarahan remaja terhadap orang tua dilakukan melalui beberapa tahap yaitu: pembimbingan (*guiding*), penopang (*sustaining*), penyembuhan (*healing*), pemulihan (*reconciling*), pemeliharaan (*nurturing*). Kehidupan yang ideal yang diharapkan seorang remaja pada dasarnya tetaplah tidak akan pernah ideal. Maka kontrol diri dengan cara mendekatkan diri pada Tuhan, diperlukan seorang remaja agar bisa melihat realita kehidupan. Kehidupan yang ideal hanya bisa ditemukan saat menerima pengampunan dan kasih Kristus. Jadi relasi yang rusak antara remaja dan orang tua dapat dipulihkan bila hidup saling mengampuni dalam kasih Kristus. Demikian juga *self* tidak mungkin menghasilkan *truth* dan *meaning of life* serta *unconditional positive regard* tanpa menerima pengampunan dan kasih Allah.

REFERENSI

- Alkitab, Jakarta: Lembaga Alkitab Indonesia, 2019
- Abdul, Hidajat. *Terapi Terhadap 15 Penyakit Hati*. Jakarta: Penerbit Paramarta, 2001.
- Bakhtiar, Amsal. *Filsafat Ilmu*. Divisi Buku Perguruan Tinggi : PT Raja Grafindo Persada, 2012.
- C.A. Hall dan Lindzey G. *Teori-teori Holistik Supratiknya*, A. (Ed.). Yogyakarta: Kanisius, 1993.
- Collins, Gary R. *Konseling Kristen yang Efektif*. Malang: Seminari Alkitab Asia Tenggara, 1990.
- Crabb, Larry. *Prinsip Dasar Konseling*, peny, Yefta Bastian, pen. Andreas A. P. Sitanggang Jakarta: Yayasan Pekabaran Injil Immanuel, 1999.
- Duane, Schultz. *Psikologi Pertumbuhan: Model-Model Kepribadian Sehat*. Jogjakarta: Kanisius, 1991.
- Eva, Latipah. *Psikologi Dasar*. Bandung: Remaja Rosdakarya, 2017.
- Erman Amti dan Prayitno. *Dasar-dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: Rineka Cipta, 2004.
- Feist, Jess dan Gregory J. Feist. *Teori Kepribadian*. Jakarta: Salemba Humanika, 2010.
- Holmes, Arthur F. *Segala Kebenaran adalah Kebenaran Allah* Jakarta: LR II, 1990.
- Jones, Stanton L dan Richard E. Butman. *Modern psychotherapists: A comprehensive Christian Appraisal Second Edition*. Madison: Inter Varsity Press, 2011.
- Lubis, Ahyar. *Filsafat Ilmu*. Raja Grafindo Persada, 2014.
- Latipun, *Psikologi Konseling*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang Press, 2010.
- Poerwadarminta, W.J.S. *Kamus Umum Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka, 1983.
- Powlison, David. *The Journal of Biblical Counseling, Anger part 1: Understanding Anger, Volume 14*, 1995.
- Rogers, Carl R. *On Becoming a Person*. Jakarta: Pustaka Belajar, Peng. Peter D. Cramer, 2012.
- Santrock, J.W. *Adolescence: Perkembangan Remaja*. Jakarta: Erlangga, 2003
- Sarwono, Sarlito Wirawan. *Pengantar Umum Psikologi, Cet. VIII*. Jakarta: Bulan Bintang, 2000.
- Sarwono, Prawirohardjo. *Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*. Jakarta: Bina Pustaka, 2010.
- Suriasumantri, Jujun S. *Filsafata Ilmu: Sebuah Pengantar Populer*, Jakarta: Pustaka Sinar Harapan cet. ke 13, 2000.
- Susabda, Yakub B. *Pastoral Konseling*. Malang: Gandum Mas, 2009.
- Suryabrata, Sumadi. *Psikologi Kepribadian*. Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2016.

- Susanti, Rita, Desma Husni dan Eka Fitriyani, *Jurnal Psikologi Vol 10 Nomor 2 Tahun 2014*. Riau: Fakultas Psikologi Universitas Sultan Syarif Kasim, 2014.
- Thomas, Gary. *Sacred Marriage*. Jakarta: Yayasan Gloria, 2013.
- Wright, Norman. *Anger and Frustration*. California: Harvest House Publisher, 1997.
- Yadi, Purwanto & Multono, R.M. *Psikologi Marah, Perspektif Psikologi Islami*. Bandung: Refika Aditam, 2005.
- Kay, Wendy, <http://www.yourtango.com/expert/wendy-kay/10-reason-way-teens-are-so-angry-expert>. 2020.
- Tim Dosen Filsafat Ilmu UGM, *Filsafat Ilmu; Sebagai Dasar Pengembangan Ilmu Pengetahuan*, Yogyakarta: Liberty, 2003, cet-3, 60.
- <https://redeemerchurch.files.wordpress.com/2014/01/managing-anger.pdf>. 2020.