

KONSELING PASTORAL KRISTEN SEBAGAI PERWUJUDAN PELAYANAN GEMBALA BERDASARKAN YOHANES 10 DALAM MERESPONS KEBUTUHAN KESEHATAN MENTAL JEMAAT

Evi Susanti

Fakultas Teologi dan Sosiologi Kristen (FTSK), Program Studi Pastoral Konseling,
Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Toraja.
Correspondensi author email: esan100600@gmail.com

Gerin Pasae

Fakultas Teologi dan Sosiologi Kristen (FTSK), Program Studi Pastoral Konseling,
Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Toraja.
Email: gerinpasae1994@gmail.com

Elfin Rara

Fakultas Teologi dan Sosiologi Kristen (FTSK), Program Studi Pastoral Konseling,
Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Toraja.
Email: raraelfin@gmail.com

Marjuanto Tandi Bua

Fakultas Teologi dan Sosiologi Kristen (FTSK), Program Studi Pastoral Konseling,
Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Toraja.
Email: marjuantotandibua07@gmail.com

Selpiati Kandaure

Fakultas Teologi dan Sosiologi Kristen (FTSK), Program Studi Pastoral Konseling,
Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Toraja.
Email: selpiatikandaure17@gmail.com

Abstract

Christian pastoral counseling is an integral part of the church's mission in caring for the spiritual and emotional lives of its congregation. Amid growing mental health needs, especially in the post-pandemic era, the church is called to respond holistically. John 10 offers a rich theological portrayal of the Good Shepherd as a foundation for pastoral counseling. This study aims to analyze the shepherding principles in John 10 as the theological basis of Christian pastoral counseling, and to analyze the relevance of John 10-based pastoral counseling in holistically responding to the mental health needs of the congregation. A qualitative method with library research and a biblical hermeneutics approach was used. The findings indicate that the principles of deep knowing, soul care, and self-sacrifice in John 10 form a strong theological foundation for holistic pastoral counseling. Pastoral counseling centered on the Good Shepherd model bridges spiritual and psychological dimensions and effectively responds to the mental health needs of today's congregation.

Keywords: Pastoral Counseling, John 10, Mental Health, Shepherding Ministry, Holistic.

Abstrak

Pelayanan konseling pastoral Kristen merupakan bagian integral dari tugas gereja dalam merawat kehidupan rohani dan emosional jemaatnya. Di tengah meningkatnya kebutuhan kesehatan mental jemaat, terutama pasca pandemi, gereja dituntut memberikan respons yang tidak hanya bersifat spiritual tetapi juga holistik. Yohanes 10 menawarkan gambaran teologis yang kaya tentang figur gembala yang baik sebagai landasan pelayanan konseling pastoral. Penelitian ini bertujuan menganalisis prinsip-prinsip pelayanan gembala dalam Yohanes 10 sebagai landasan teologis konseling pastoral Kristen, serta menganalisis relevansi konseling pastoral berbasis Yohanes 10 dalam merespons kebutuhan kesehatan mental jemaat secara holistik. Metode yang digunakan adalah penelitian kualitatif dengan studi pustaka dan pendekatan hermeneutika biblis. Hasil penelitian menunjukkan bahwa prinsip pengenalan mendalam, pemeliharaan jiwa, dan pengorbanan diri dalam Yohanes 10 membentuk landasan teologis yang kokoh bagi konseling pastoral yang holistik. Konseling pastoral yang berpusat pada teladan Gembala yang Baik mampu menjembatani dimensi spiritual dan psikologis dalam pelayanan kepada jemaat yang membutuhkan pemulihan kesehatan mental.

Kata Kunci : Konseling Pastoral, Yohanes 10, Kesehatan Mental, Pelayanan Gembala, Holistik

PENDAHULUAN

Pelayanan konseling pastoral adalah salah satu bentuk pelayanan gereja yang paling langsung bersentuhan dengan kehidupan nyata jemaat. Berbeda dengan pelayanan khotbah yang bersifat umum dan ditujukan kepada seluruh jemaat dalam satu waktu yang sama, konseling pastoral hadir sebagai ruang pertemuan yang lebih personal antara pelayan gereja dan individu yang sedang bergumul. Dalam tradisi kekristenan, pelayanan ini sudah lama dipahami sebagai kelanjutan dari tugas penggembalaan, yaitu upaya merawat, membimbing, dan memulihkan kehidupan jemaat yang dipercayakan kepada pelayan gereja. Pelayanan ini berakar pada keyakinan mendalam bahwa manusia adalah makhluk yang utuh, yang memiliki dimensi rohani, emosional, dan sosial yang saling berkaitan erat satu sama lain. Oleh sebab itu, pelayanan yang diberikan pun harus menyentuh ketiga dimensi tersebut secara terpadu dan tidak bisa dipenggal-penggal.

Di tengah pesatnya perkembangan zaman, tuntutan terhadap kualitas pelayanan konseling pastoral semakin bertambah besar. Masyarakat modern menghadapi tekanan hidup yang begitu berat dan beragam, mulai dari beban ekonomi yang terus meningkat, hubungan sosial yang semakin renggang akibat teknologi, krisis identitas yang kerap dialami generasi muda, hingga dampak serius dari pandemi COVID-19 yang telah mengubah tatanan kehidupan secara mendasar. Pandemi tersebut secara khusus memunculkan berbagai gejala gangguan kesehatan mental pada banyak orang, seperti kecemasan yang berlebihan, depresi, dan ketidakmampuan menghadapi

tekanan hidup sehari-hari. Situasi ini menempatkan gereja pada posisi yang sangat strategis untuk hadir sebagai agen pemulihan bagi jemaatnya, bukan sekadar lembaga keagamaan yang menyelenggarakan ritual ibadah semata.¹

Dalam konteks inilah, konseling pastoral Kristen perlu dipahami secara lebih mendalam. Konseling pastoral Kristen adalah proses pendampingan yang dilakukan oleh pelayan gereja kepada individu atau kelompok yang sedang menghadapi pergumulan hidup, dengan menggunakan pendekatan yang berakar pada kebenaran Firman Tuhan dan diperkaya dengan pemahaman psikologis yang memadai. Sementara itu, pelayanan gembala merujuk pada keseluruhan tugas seorang pelayan gereja dalam merawat, memimpin, memelihara, dan melindungi jemaatnya, sebagaimana seorang gembala yang baik merawat kawanan dombanya dengan penuh tanggung jawab. Adapun kebutuhan kesehatan mental yang dimaksud mencakup berbagai kondisi di mana seseorang memerlukan dukungan konkret untuk kembali mencapai keadaan sejahtera secara emosional, relasional, dan spiritual. Pelayanan yang holistik berarti pelayanan yang menyentuh dan merespons seluruh dimensi kemanusiaan tersebut secara terpadu.²

Secara teologis, Injil Yohanes pasal 10 menjadi teks Alkitab yang sangat kaya untuk dijadikan landasan pelayanan konseling pastoral. Dalam teks ini, Yesus memperkenalkan diri-Nya sebagai Gembala yang Baik yang mengenal domba-domba-Nya secara personal, memanggil mereka masing-masing dengan namanya, memberikan perlindungan yang penuh, dan rela menyerahkan nyawa-Nya bagi mereka. Gambaran ini bukan sekadar kiasan yang indah, melainkan sebuah pernyataan teologis yang sangat mendalam tentang bagaimana seharusnya seorang pelayan gereja berhubungan dengan jemaatnya. Prinsip mengenal, memelihara, dan berkorban yang terangkum secara padat dalam pasal ini merupakan kondisi ideal yang seharusnya menjadi nafas dari setiap pelayanan konseling pastoral yang sungguh-sungguh mengikuti teladan Kristus.³

Namun kondisi di lapangan menunjukkan gambaran yang cukup berbeda dari kondisi ideal tersebut. Banyak gereja masih merespons kebutuhan kesehatan mental jemaat hanya melalui pendekatan rohani yang sifatnya satu arah, seperti menganjurkan jemaat untuk lebih banyak berdoa, lebih rajin beribadah, atau lebih tekun membaca Firman Tuhan. Meskipun nilai-nilai rohani tersebut tidak salah dan tetap penting, namun ketika diterapkan tanpa pemahaman yang memadai tentang kondisi psikologis seseorang, pendekatan tersebut justru berisiko memperparah keadaan. Seseorang yang mengalami gangguan kecemasan atau depresi klinis, misalnya, tidak cukup hanya

¹ Haris Benaya Manurung and Yanto Paulus, "Konseling Pastoral Sebagai Respon Teologis Terhadap Kebutuhan Jemaat Di Era Modern," *POIMEN Jurnal Pastoral Konseling* 6, no. 1 (2025): 47.

² Delpi Novianti, "Isu Kesehatan Mental (Mental Health) Dan Peranan Pelayanan Konseling Pastoral Kristen," *JURNAL KADESI* 5, no. 1 (2023): 153.

³ Richard Suleman and Hardi Budiya, "Penggembalaan Berdasarkan Yohanes 10:1–18 Serta Implikasinya Bagi Jemaat Masa Kini," *Veritas Lux Mea* 6, no. 1 (2024): 185.

dinasihati untuk lebih berserah kepada Tuhan tanpa mendapatkan pendampingan yang terstruktur dan konkret. Akibatnya, banyak jemaat yang memiliki kebutuhan kesehatan mental tidak mendapatkan pelayanan yang benar-benar sesuai dengan kebutuhannya, bahkan ada yang justru semakin terbebani karena merasa dihakimi sebagai orang yang kurang beriman.⁴ Inilah kesenjangan nyata yang terjadi antara kondisi ideal teologis yang diajarkan Yohanes 10 dan kenyataan pelayanan pastoral yang berlangsung di banyak gereja saat ini.

Beberapa penelitian terdahulu telah mengkaji tema-tema yang berkaitan dengan topik ini. Manurung dan Paulus menemukan bahwa konseling pastoral yang efektif harus berlandaskan kasih dan pemulihan dalam Kristus serta melibatkan keterlibatan komunitas gereja secara aktif, namun banyak gereja yang belum mengembangkan model ini secara sistematis dan berkelanjutan.⁵ Novianti menyimpulkan bahwa konseling pastoral Kristen dapat berkontribusi nyata dalam menangani masalah kesehatan mental melalui pendampingan yang holistik, meskipun ia belum secara khusus mengaitkan temuannya dengan teks Yohanes 10 sebagai kerangka teologisnya.⁶ Sumeleh dkk. menegaskan bahwa pendidikan konseling pastoral bagi pemimpin gereja sangat menentukan kualitas respons gereja terhadap kesehatan mental jemaat, namun kajian mereka lebih berfokus pada aspek pendidikan dan pelatihan daripada landasan teologis yang mendasarinya.⁷ Di sisi lain, Suleman dan Budiyan serta Frederik telah mengkaji prinsip-prinsip penggembalaan berdasarkan Yohanes 10 dengan cukup mendalam, namun fokus mereka lebih diarahkan pada dimensi kepemimpinan gereja secara umum, belum secara spesifik menghubungkannya dengan respons yang diperlukan terhadap kebutuhan kesehatan mental jemaat masa kini.⁸ Kebaruan yang penelitian ini tawarkan terletak pada upayanya membangun jembatan yang konkret antara kajian teologis atas Yohanes 10 dan respons konseling pastoral yang holistik terhadap kebutuhan kesehatan mental jemaat, sebuah keterkaitan yang belum secara eksplisit dikembangkan dalam penelitian-penelitian sebelumnya.⁹

Urgensi penelitian ini semakin terasa mengingat data kesehatan mental yang terus menunjukkan tren yang mengkhawatirkan dari tahun ke tahun. Hasil Riskesdas menunjukkan peningkatan yang sangat signifikan dalam prevalensi gangguan mental emosional di Indonesia, dan kondisi ini tentunya turut dialami oleh warga jemaat di berbagai gereja. Gereja sebagai institusi yang paling dekat dengan kehidupan jemaatnya memiliki potensi besar untuk menjadi agen pemulihan yang efektif. Namun potensi tersebut hanya akan terwujud apabila para pelayan gereja memiliki landasan teologis yang kuat sekaligus pemahaman yang jelas tentang cara melayani jemaat yang

⁴ M Sumeleh et al., "Pendidikan Pastoral Konseling Dalam Gereja Yang Responsif Terhadap Kesehatan Mental Jemaat," *HOSPITALITAS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 2, no. 4 (2025): 17.

⁵ Manurung and Paulus, "Konseling Pastoral Sebagai Respon Teologis Terhadap Kebutuhan Jemaat Di Era Modern," 47.

⁶ Novianti, "Isu Kesehatan Mental (Mental Health) Dan Peranan Pelayanan Konseling Pastoral Kristen," 137.

⁷ Sumeleh et al., "Pendidikan Pastoral Konseling Dalam Gereja Yang Responsif Terhadap Kesehatan Mental Jemaat," 14.

⁸ Suleman and Budiyan, "Penggembalaan Berdasarkan Yohanes 10:1–18 Serta Implikasinya Bagi Jemaat Masa Kini," 185.

⁹ Manurung and Paulus, "Konseling Pastoral Sebagai Respon Teologis Terhadap Kebutuhan Jemaat Di Era Modern," 71.

membutuhkan pemulihan kesehatan mental. Berdasarkan seluruh uraian di atas, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis prinsip-prinsip pelayanan gembala dalam Yohanes 10 sebagai landasan teologis konseling pastoral Kristen, dan menganalisis relevansi konseling pastoral Kristen berbasis Yohanes 10 dalam merespons kebutuhan kesehatan mental jemaat secara holistik.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian studi pustaka. Pendekatan ini dipilih karena tujuan penelitian ini adalah menganalisis, menginterpretasikan, dan membangun pemahaman yang mendalam tentang suatu konsep teologis dan penerapannya dalam praktik konseling pastoral, bukan untuk mengumpulkan data empiris dari lapangan secara langsung. Penelitian kualitatif memungkinkan peneliti untuk memahami suatu fenomena secara holistik dan kontekstual, dan ini sangat sesuai dengan sifat kajian teologis yang memerlukan interpretasi yang mendalam serta pemaknaan yang menyeluruh terhadap sumber-sumber yang dikaji.

Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan melalui penelusuran dan kajian atas berbagai sumber literatur yang relevan dengan tema penelitian. Sumber-sumber tersebut mencakup teks Alkitab, khususnya Injil Yohanes pasal 10, serta berbagai jurnal teologi, artikel pastoral, dan karya-karya ilmiah yang membahas tentang konseling pastoral Kristen dan kesehatan mental jemaat. Penelusuran literatur dilakukan secara sistematis untuk memastikan bahwa sumber-sumber yang digunakan relevan, mutakhir, dan dapat dipertanggungjawabkan secara akademis.

Sumber data dalam penelitian ini dibagi menjadi dua kategori. Kategori pertama adalah sumber data primer, yaitu teks Alkitab Yohanes 10 dalam bahasa Yunani dan terjemahannya, yang menjadi landasan teologis utama penelitian ini. Teks tersebut dikaji menggunakan pendekatan hermeneutika biblis untuk memahami maknanya secara historis, gramatikal, dan kontekstual sebelum diaplikasikan dalam konteks konseling pastoral. Pendekatan hermeneutika ini mencakup analisis terhadap kata-kata kunci dalam bahasa Yunani, pemahaman konteks historis dan budaya Palestina abad pertama, serta pembacaan intertekstual dengan teks-teks Perjanjian Lama yang melatarbelakangi perumpamaan gembala dalam Yohanes 10. Kategori kedua adalah sumber data sekunder, yaitu berbagai jurnal ilmiah dan artikel akademis yang membahas tema penggembalaan berdasarkan Yohanes 10, konseling pastoral Kristen, dan kesehatan mental jemaat. Tipe data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data kualitatif berupa teks tertulis, baik teks Alkitab maupun teks akademis, yang sifatnya deskriptif dan interpretatif.

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan dua pendekatan yang saling melengkapi. Pendekatan pertama adalah hermeneutika biblis, yang digunakan untuk mengkaji teks Yohanes 10 secara mendalam. Pendekatan kedua adalah analisis konten

atas literatur pastoral dan psikologis yang relevan, dengan tujuan menemukan pola-pola pemikiran yang dapat digunakan untuk membangun model konseling pastoral yang holistik. Kedua pendekatan ini digunakan secara terpadu sehingga menghasilkan pemahaman yang komprehensif tentang hubungan antara prinsip teologis dalam Yohanes 10 dan praktik konseling pastoral yang responsif terhadap kebutuhan kesehatan mental jemaat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Kajian Hermeneutis atas Teks Yohanes 10 tentang Figur Gembala yang Baik

1. Konteks Historis dan Sastra Teks Yohanes 10

Untuk memahami Yohanes 10 secara tepat dan tidak terlepas dari akarnya, peneliti perlu terlebih dahulu memahami konteks yang melatarbelakangi kemunculan teks ini. Pasal 10 merupakan lanjutan langsung dari pasal 9, yang menceritakan peristiwa Yesus menyembuhkan seorang yang buta sejak lahir. Setelah penyembuhan itu terjadi, orang-orang Farisi mengusir orang yang telah disembuhkan tersebut dari rumah ibadah karena ia mengakui Yesus sebagai Tuhan. Menghadapi sikap para pemimpin agama yang tidak bertanggung jawab terhadap umatnya inilah, Yesus kemudian mengucapkan perumpamaan tentang gembala yang baik. Perumpamaan ini bukan sekadar ajaran etika kepemimpinan biasa, melainkan sebuah pernyataan kristologis yang tegas tentang identitas Yesus sebagai pemimpin sejati yang kontras dengan para gembala palsu yang digambarkan sebagai pencuri dan perampok.¹⁰

Latar belakang budaya dari pasal ini sangat penting untuk dipahami agar penafsiran tidak bersifat dangkal. Pada abad pertama di Palestina, kehidupan beternak dan menggembala domba merupakan bagian yang sangat akrab bagi masyarakat setempat. Para pendengar Yesus langsung memahami gambaran tentang kandang domba yang dijaga penjaga pintu, tentang gembala yang memanggil dombanya dengan nama masing-masing, dan tentang domba yang hanya mengikuti suara gembala yang mereka kenal dengan baik. Lebih dari itu, dalam tradisi Perjanjian Lama, gambaran gembala memiliki akar yang sangat dalam sebagai simbol kepemimpinan yang bertanggung jawab penuh atas umat. Nubuat Yehezkiel pasal 34, misalnya, merupakan penghakiman Allah terhadap gembala-gembala Israel yang tidak bertanggung jawab, sekaligus janji bahwa Allah sendiri akan menjadi gembala sejati bagi umat-Nya. Yohanes 10 dengan demikian merupakan penggenapan dari janji tersebut dalam diri Yesus Kristus.¹¹

Dari sisi struktur sastranya, teks Yohanes 10:1-21 terbagi menjadi dua bagian besar yang saling berkaitan. Bagian pertama, yaitu ayat 1 sampai 5, berisi perumpamaan yang Yesus sampaikan, dan bagian kedua, yaitu ayat 7 sampai 18, berisi penjelasan dan

¹⁰ Hanny Frederik, "Prinsip-Prinsip Kepemimpinan Penggembalaan Berdasarkan Yohanes 10:1-21 Dan Implementasinya Dalam Kepemimpinan Gereja," *Jurnal Ilmu Teologi dan Pendidikan Agama Kristen* 1, no. 2 (2020): 72.

¹¹ Elianus Telaumbanua, "Pemimpin Sebagai Gembala Berdasarkan Injil Yohanes 10:1-18," *Jurnal Bijak* 2, no. 1 (2018): 80.

penafsiran Yesus sendiri atas perumpamaan tersebut. Bagian penafsiran ini kemudian dapat dibagi lagi menjadi tiga unit lebih kecil, yaitu Yesus sebagai pintu dalam ayat 7 hingga 10, Yesus sebagai Gembala yang Baik dalam ayat 11 hingga 16, dan sumber otoritas Yesus dalam ayat 17 hingga 18. Struktur sastra ini menunjukkan bahwa perumpamaan dalam Yohanes 10 disampaikan secara terencana dan sistematis, bukan sekadar kiasan yang mengalir begitu saja.¹²

Jadi, Yohanes 10 tidak dapat dipahami secara memadai apabila dilepaskan dari konteks konflik teologis antara Yesus dan para pemimpin agama Yahudi, maupun dari akar tradisi Perjanjian Lama tentang figur gembala. Pasal ini merupakan respons teologis Yesus terhadap kegagalan kepemimpinan rohani yang ada di sekitar-Nya, sekaligus merupakan proklamasi identitas diri-Nya sebagai Gembala yang sejati. Pemahaman konteks inilah yang menjadi fondasi bagi seluruh analisis berikutnya, karena tanpa konteks ini prinsip-prinsip yang terkandung dalam pasal ini bisa disalahpahami atau diterapkan secara dangkal dalam praktik konseling pastoral.

2. Karakteristik Gembala yang Baik dalam Analisis Gramatikal dan Tekstual

Analisis terhadap kata-kata kunci dalam bahasa Yunani yang digunakan dalam Yohanes 10 mengungkapkan sejumlah karakteristik penting yang mendefinisikan seorang gembala yang baik. Karakteristik pertama dan paling mendasar adalah kemampuan mengenal domba secara personal. Kata "mengenal" dalam ayat 14 menggunakan kata Yunani *ginosko*, yang bukan sekadar pengetahuan yang bersifat informatif atau kognitif tentang seseorang, melainkan pengenalan yang bersifat relasional dan mendalam. Ini adalah pengenalan yang tumbuh dari hubungan yang dibangun dari waktu ke waktu dengan penuh perhatian dan kasih. Yesus bahkan menyatakan bahwa hubungan antara diri-Nya dan domba-domba-Nya dapat dipadankan dengan keintiman hubungan antara Bapa dan Dia sendiri, yang merupakan standar pengenalan tertinggi yang bisa dibayangkan.¹³

Karakteristik kedua adalah kehadiran yang konsisten dan setia, terutama di saat bahaya. Dalam kontras antara gembala yang baik dan gembala yang hanya bekerja demi upah dalam ayat 12 hingga 13, perbedaan yang paling mencolok bukan terletak pada kemampuan atau pengetahuan mereka, melainkan pada komitmen mereka ketika situasinya sulit. Gembala upahan melarikan diri ketika serigala muncul, sementara gembala yang baik tetap tinggal bersama kawanannya bahkan ketika nyawanya sendiri terancam. Kata yang digunakan untuk "memberikan nyawa" dalam ayat 11 berasal dari kata Yunani *tithemi*, yang berarti meletakkan atau menyerahkan sesuatu secara sadar, terencana, dan sukarela. Ini menegaskan bahwa pengorbanan Yesus bukan sesuatu

¹² Frederik, "Prinsip-Prinsip Kepemimpinan Penggembalaan Berdasarkan Yohanes 10:1–21 Dan Implementasinya Dalam Kepemimpinan Gereja," 73.

¹³ P Padatu et al., "Merefleksikan Sikap Dan Tanggung Jawab Kepemimpinan Sebagai Teladanan Kepemimpinan Kristen Menurut Yohanes 10:1–21," *HUMANITIS: Jurnal Humaniora, Sosial dan Bisnis* 1, no. 4 (2023): 313.

yang dipaksakan oleh keadaan, melainkan merupakan ekspresi kasih yang paling dalam dan paling bebas.¹⁴

Karakteristik ketiga adalah orientasi pada kehidupan yang berlimpah. Pernyataan dalam ayat 10 bahwa Yesus datang agar domba-domba-Nya memiliki kehidupan dan memilikinya dalam kelimpahan merupakan pernyataan tentang visi yang mendorong seluruh pelayanan gembala. Kata "kelimpahan" dalam bahasa Yunani menggunakan kata *perissos*, yang mengandung makna sesuatu yang melampaui yang biasa, yang meluap, yang lebih dari cukup. Visi ini menggambarkan bahwa tujuan pelayanan gembala bukan sekadar menjaga domba agar tidak mati, melainkan membawa mereka pada kehidupan yang sungguh-sungguh berdaya dan berkembang penuh.¹⁵

Jadi, karakteristik gembala yang baik dalam Yohanes 10 mencakup tiga dimensi yang tidak bisa dipisahkan satu dari yang lain, yaitu pengenalan relasional yang mendalam, kehadiran yang konsisten bahkan di tengah bahaya, dan visi untuk mendatangkan kehidupan yang berlimpah. Ketiga karakteristik ini bukan hanya deskripsi historis tentang Yesus, tetapi juga merupakan standar normatif bagi setiap pelayan gereja yang dipanggil untuk menjadi gembala bagi jemaatnya. Kajian gramatikal ini memberikan dasar yang sangat kuat bagi pengembangan prinsip-prinsip konseling pastoral selanjutnya.

3. Makna Teologis Pernyataan "Akulah" dalam Yohanes 10

Dalam Yohanes 10, terdapat dua pernyataan *ego eimi* atau "Akulah" yang sangat penting secara teologis. Pernyataan pertama adalah "Akulah pintu" dalam ayat 7 dan 9, dan pernyataan kedua adalah "Akulah gembala yang baik" dalam ayat 11 dan 14. Ungkapan *ego eimi* dalam konteks Injil Yohanes bukan sekadar pernyataan identitas biasa, melainkan ungkapan yang menggemakan nama ilahi yang dinyatakan Allah kepada Musa dalam Keluaran 3:14 yaitu "Aku adalah Aku." Dengan menggunakan ungkapan ini berulang kali sepanjang Injil Yohanes, Yesus menegaskan otoritas ilahi-Nya sebagai sumber keselamatan dan kehidupan yang sejati, bukan sekadar seorang guru atau pemimpin biasa.¹⁶

Pernyataan "Akulah pintu" dalam ayat 7 dan 9 mengandung makna bahwa akses menuju Allah dan menuju kehidupan yang sejati hanya tersedia melalui Yesus. Dalam konteks konseling pastoral, makna ini berarti bahwa pelayanan pastoral yang sesungguhnya Kristen harus selalu mengarahkan jiwa-jiwa kepada Yesus sebagai sumber pemulihan yang paling mendasar dan paling dalam, bukan mengarahkan mereka hanya kepada metode tertentu atau kepada kepribadian konselornya semata.

¹⁴ Sekundus Septo Pigang Ton, "Yesus Sebagai Teladan Untuk Menjadi Gembala Yang Baik Berdasarkan Perspektif Injil Yohanes 10:11-16," *Miktab: Jurnal Teologi dan Pelayanan Kristiani* 3, no. 2 (2023): 199.

¹⁵ Yohan Brek, "Kepekaan Pastoral Konseling Bagi Pelayan Gereja Kontemporer," *POIMEN Jurnal Pastoral Konseling* 1, no. 2 (2020): 27.

¹⁶ Yoseph Mario Rumsory, "Aku Adalah Pintu (Yohanes 10:7-9): Kajian Eksegesis Dan Teologi Pastoral," *Jurnal Magistra* 4, no. 1 (2026): 21.

Sementara itu, pernyataan "Akulah gembala yang baik" menggunakan kata *kalos* untuk "baik", yang dalam bahasa Yunani tidak hanya berarti baik secara moral, tetapi juga mengandung nuansa indah, ideal, dan patut diteladani. Ini menunjukkan bahwa Yesus bukan hanya gembala yang secara moral tidak bercela, tetapi juga gembala yang sempurna dan menjadi standar bagi semua pelayanan gembala yang datang setelahnya.¹⁷

Makna teologis ini memiliki implikasi yang langsung dan konkret bagi konseling pastoral. Konseling pastoral yang benar-benar berpijak pada tradisi Kristen harus menempatkan Yesus sebagai Gembala Agung yang sesungguhnya, sementara konselor berperan sebagai instrumen atau perpanjangan tangan dari pelayanan Kristus tersebut. Identitas seorang konselor sebagai "gembala" dalam lingkup yang lebih terbatas dan kontekstual hanya bermakna sejati sejauh ia dengan sungguh-sungguh meneladani Kristus dalam setiap aspek pelayanannya.¹⁸

Jadi, pernyataan-pernyataan "Akulah" dalam Yohanes 10 memiliki bobot teologis yang sangat signifikan dan tidak boleh direduksi menjadi sekadar retorika sastra. Pernyataan-pernyataan tersebut menempatkan Yesus sebagai satu-satunya sumber keselamatan dan pemulihan yang sejati, sekaligus menetapkan standar pelayanan gembala yang paling luhur dan paling menuntut. Konseling pastoral Kristen hanya akan memiliki daya dan makna yang sesungguhnya apabila dibangun di atas landasan kristologis ini, yaitu keyakinan bahwa setiap tindakan pastoral adalah partisipasi nyata dalam karya Kristus sebagai Gembala yang Baik. Kesadaran kristologis inilah yang paling fundamental membedakan konseling pastoral Kristen dari sekadar konseling psikologis biasa.

B. Prinsip-Prinsip Pelayanan Gembala dalam Yohanes 10 sebagai Landasan Teologis Konseling Pastoral Kristen

1. Prinsip Pengenalan Mendalam sebagai Pondasi Relasi Konseling

Prinsip pertama yang dapat ditarik dari Yohanes 10 sebagai landasan teologis konseling pastoral adalah prinsip pengenalan yang mendalam dan sangat personal. Dalam ayat 3, digambarkan bahwa sang gembala memanggil domba-dombanya masing-masing dengan nama mereka. Dalam budaya Palestina kuno, seorang gembala yang benar-benar mengenal setiap dombanya secara individual adalah suatu hal yang nyata dan dipraktikkan sehari-hari. Namun ketika Yesus menggunakan gambaran ini untuk mendeskripsikan hubungan-Nya dengan para pengikut-Nya, Ia mengangkat praktik sehari-hari tersebut menjadi sebuah standar teologis yang sangat tinggi dan sangat personal. Mengenal seseorang dengan namanya berarti mengenal ia secara utuh sebagai pribadi, menghargai keunikannya, dan memberikan perhatian yang tidak

¹⁷ Calvin Revormasi Zai and Stenly Reinal Paparang, "Integritas Gembala Yang Baik Berdasarkan Yohanes 10:1–21 Bagi Perintisan Gereja," *Sinar Kasih: Jurnal Pendidikan Agama dan Filsafat* 1, no. 1 (2023): 124.

¹⁸ Rumsory, "Aku Adalah Pintu (Yohanes 10:7–9): Kajian Eksegesis Dan Teologi Pastoral," 22.

bersifat generik melainkan benar-benar disesuaikan dengan kondisi masing-masing orang.¹⁹

Dalam praktik konseling pastoral, prinsip pengenalan ini berwujud sebagai kemampuan konselor untuk sungguh-sungguh hadir bersama konseli, mendengarkan dengan telinga dan hati yang penuh perhatian, dan memahami pergumulan konseli bukan dari sudut pandang konselor sendiri tetapi dari sudut pandang konseli itu sendiri. Brek menegaskan bahwa kepekaan pastoral yang efektif mencakup sensitivitas sebagai kemampuan untuk secara cepat mengenali kebutuhan pelayanan yang ada, dan sensibilitas sebagai kemampuan untuk menafsirkan kebutuhan tersebut secara cermat sebelum memberikan respons yang tepat. Kedua kapasitas ini hanya bisa tumbuh dan berkembang dalam konteks hubungan yang dibangun di atas pengenalan yang mendalam dan konsisten dari waktu ke waktu.²⁰

Prinsip pengenalan ini juga berarti bahwa seorang konselor pastoral tidak boleh terburu-buru memberikan jawaban atau nasihat sebelum sungguh-sungguh memahami kondisi konselinya. Sebagaimana Yesus yang mengenal setiap domba-Nya secara personal sebelum menuntunnya keluar dari kandang, demikian pula konselor pastoral harus terlebih dahulu membangun hubungan yang penuh kepercayaan dengan konseli sebelum memulai proses pembimbingan yang lebih terarah. Hubungan yang penuh kepercayaan inilah yang menjadi fondasi di mana semua proses penyembuhan dan pertumbuhan rohani dapat berlangsung secara bermakna dan berkelanjutan.²¹

Jadi, prinsip pengenalan mendalam dalam Yohanes 10 mengandung implikasi yang sangat konkret dan menuntut bagi praktik konseling pastoral. Seorang konselor pastoral yang benar-benar meneladani Gembala yang Baik tidak akan pernah berpuas diri dengan pelayanan yang bersifat massal dan tidak personal. Ia akan selalu berupaya mengenal setiap individu yang dilayaninya secara pribadi, memahami konteks kehidupan mereka yang unik, dan memberikan pelayanan yang benar-benar disesuaikan dengan kebutuhan masing-masing orang. Pengenalan personal inilah yang menjadi fondasi pertama dari seluruh proses konseling pastoral yang efektif dan sungguh-sungguh bermakna bagi yang dilayani.

2. Prinsip Pemeliharaan dan Perlindungan Jiwa sebagai Tanggung Jawab Pastoral

Prinsip kedua yang menjadi landasan teologis konseling pastoral dari Yohanes 10 adalah prinsip pemeliharaan dan perlindungan yang menyeluruh dan tidak pilih kasih. Dalam ayat 9, Yesus menyatakan bahwa barangsiapa masuk melalui Dia, ia akan selamat dan akan menemukan padang rumput. Gambaran "padang rumput" dalam konteks penggembalaan bukan sekadar tempat makan bagi domba, melainkan simbol dari kondisi kesejahteraan yang lengkap dan menyeluruh, di mana kebutuhan jasmani,

¹⁹ Suleman and Budiya, "Penggembalaan Berdasarkan Yohanes 10:1–18 Serta Implikasinya Bagi Jemaat Masa Kini," 191.

²⁰ Brek, "Kepekaan Pastoral Konseling Bagi Pelayan Gereja Kontemporer," 27.

²¹ Frederik, "Prinsip-Prinsip Kepemimpinan Penggembalaan Berdasarkan Yohanes 10:1–21 Dan Implementasinya Dalam Kepemimpinan Gereja," 83.

emosional, dan rohani seseorang semuanya terpelihara dengan baik. Lebih jauh lagi, dalam tradisi penggembalaan Palestina, tanggung jawab seorang gembala mencakup juga merawat yang luka, mencari yang hilang, dan menguatkan yang lemah, bukan hanya membawa domba-domba yang sehat ke padang rumput yang subur.²²

Dalam konteks konseling pastoral, prinsip pemeliharaan ini mengandung makna yang sangat penting bahwa seorang konselor pastoral tidak boleh membatasi pelayanannya hanya pada aspek rohani semata. Pemeliharaan yang sejati harus menyentuh seluruh dimensi kehidupan konseli, termasuk kondisi emosionalnya, hubungan sosialnya, dan bahkan kondisi fisiknya. Manurung dan Paulus menegaskan bahwa pelayanan konseling pastoral yang holistik harus mencakup penyembuhan luka emosional, penopangan di masa-masa yang paling sulit, bimbingan yang bijak dalam pengambilan keputusan, dan pemulihan hubungan yang sudah rusak, baik hubungan dengan sesama maupun hubungan dengan Tuhan sendiri.²³

Prinsip perlindungan dalam Yohanes 10 juga sangat relevan untuk dianalisis lebih lanjut. Dalam ayat 12 dan 13, kontras antara gembala yang baik dan gembala yang hanya bekerja demi upah terletak pada respons mereka ketika bahaya datang secara tiba-tiba. Gembala upahan melarikan diri ketika serigala muncul dan membiarkan domba-domba menghadapi bahaya sendirian, sementara gembala yang baik tetap bertahan dan dengan aktif melindungi kawanannya. Dalam konteks konseling pastoral, perlindungan ini berarti bahwa seorang konselor pastoral harus menjadi tempat berlindung yang aman dan dapat dipercaya bagi konseli, terutama ketika konseli sedang berada dalam kondisi yang paling rentan dan paling membutuhkan pertolongan. Ini mencakup pula tanggung jawab untuk melindungi konseli dari pengaruh yang menyesatkan dan merugikan kesehatan jiwa mereka.²⁴

Jadi, prinsip pemeliharaan dan perlindungan jiwa dalam Yohanes 10 menuntut seorang konselor pastoral untuk memiliki komitmen yang tidak goyah dan tidak mudah menyerah dalam melayani jemaatnya. Pemeliharaan yang sejati bukan sekadar memberikan kata-kata penghiburan yang menyenangkan di permukaan, melainkan keterlibatan yang nyata dan mendalam dalam kehidupan konseli secara berkesinambungan. Perlindungan bukan sekadar menjaga jemaat dari ancaman fisik yang kasat mata, melainkan juga memastikan bahwa kesehatan mental dan rohani jemaat terjaga dengan baik dan penuh tanggung jawab. Kedua hal ini bersama-sama membentuk inti dari tanggung jawab pastoral yang sejati sebagaimana yang diteladankan Yesus.

²² Ronaldinno Zet, "Kajian Prinsip-Prinsip Penggembalaan Yang Efektif Dalam Yohanes 10:1–21 Dan Implikasinya Pada Keberadaan Jemaat Modern," *Skenoo: Jurnal Teologi dan Pendidikan Agama Kristen* 3, no. 2 (2023): 113.

²³ Manurung and Paulus, "Konseling Pastoral Sebagai Respon Teologis Terhadap Kebutuhan Jemaat Di Era Modern," 52.

²⁴ Zet, "Kajian Prinsip-Prinsip Penggembalaan Yang Efektif Dalam Yohanes 10:1–21 Dan Implikasinya Pada Keberadaan Jemaat Modern," 113.

3. Prinsip Pengorbanan Diri sebagai Ekspresi Kasih Pastoral yang Tertinggi

Prinsip ketiga dan yang paling fundamental dari Yohanes 10 sebagai landasan konseling pastoral adalah prinsip pengorbanan diri yang tulus dan tidak egois. Dalam ayat 11, Yesus menyatakan dengan sangat jelas bahwa gembala yang baik memberikan nyawanya bagi domba-dombanya. Pernyataan ini bukan hanya ramalan tentang kematian Yesus di kayu salib, tetapi juga merupakan deklarasi tentang orientasi dasar dari seluruh pelayanan gembala yang sejati, yaitu pelayanan yang sepenuhnya berpusat pada kepentingan dan kesejahteraan domba, bukan pada kepentingan atau kenyamanan gembala itu sendiri. Pelayanan dengan orientasi seperti ini hanya bisa terwujud secara konsisten apabila seorang gembala benar-benar mengasihi domba-dombanya dengan kasih yang tulus, tanpa pamrih, dan tidak mementingkan diri sendiri.²⁵

Dalam konteks pelayanan konseling pastoral, prinsip pengorbanan ini tidak harus berarti pengorbanan nyawa secara harfiah seperti yang Yesus lakukan di kayu salib. Namun, prinsip ini berwujud dalam kehidupan sehari-hari seorang konselor sebagai kesediaan untuk memberikan waktu, energi, perhatian, dan pikiran secara tulus dan penuh bagi konseli yang dilayaninya. Ton menegaskan bahwa seorang gembala yang baik harus rela mengorbankan dirinya, dan kesediaan ini merupakan pemberian diri secara total yang menjadi ciri khas kepemimpinan yang benar-benar berpola pada teladan Kristus. Pengorbanan ini mencakup kesediaan untuk mendengarkan meskipun hal itu melelahkan, untuk tetap hadir meskipun situasinya tidak nyaman, dan untuk terus mendampingi konseli dalam proses pemulihannya yang mungkin sangat panjang dan memerlukan kesabaran yang besar.²⁶

Prinsip pengorbanan ini juga mengandung makna bahwa seorang konselor pastoral harus bersedia menanggalkan agenda pribadinya ketika memasuki ruang konseling. Sebagaimana Yesus yang turun dari kemuliaan-Nya untuk hadir secara nyata di tengah umat-Nya dan merasakan apa yang mereka rasakan, demikian pula seorang konselor pastoral harus bersedia memasuki dunia konseli dengan rendah hati, tanpa membawa prasangka atau agenda tersembunyi. Pendekatan kehadiran yang seperti ini dalam literatur pastoral sering disebut sebagai kehadiran yang inkarnatif, yaitu kehadiran yang sungguh-sungguh menempatkan diri di sisi orang yang dilayani dan merasakan bersama apa yang mereka rasakan.²⁷

Jadi, prinsip pengorbanan diri dalam Yohanes 10 adalah puncak dari seluruh prinsip pelayanan gembala yang baik. Prinsip ini tidak bisa dipisahkan dari prinsip pengenalan dan pemeliharaan karena ketiganya membentuk satu kesatuan yang utuh dan tidak terceraiikan. Seorang konselor pastoral yang dengan sungguh-sungguh meneladani Kristus akan mengenal konselinya secara mendalam dan personal,

²⁵ Ton, "Yesus Sebagai Teladan Untuk Menjadi Gembala Yang Baik Berdasarkan Perspektif Injil Yohanes 10:11-16," 214.

²⁶ Ibid., 215.

²⁷ Suleman and Budiya, "Pengembalaan Berdasarkan Yohanes 10:1-18 Serta Implikasinya Bagi Jemaat Masa Kini," 196.

memelihara mereka dengan penuh tanggung jawab dan konsistensi, dan melakukannya dengan semangat pengorbanan yang tidak mencari keuntungan bagi diri sendiri. Ketiga prinsip yang saling berkaitan inilah yang membentuk fondasi teologis yang kokoh dan tidak tergoyahkan bagi seluruh bangunan konseling pastoral Kristen.

C. Relevansi Konseling Pastoral Kristen Berbasis Yohanes 10 dalam Merespons Kebutuhan Kesehatan Mental Jemaat

1. Konseling Pastoral sebagai Ruang Pemulihan yang Holistik

Berdasarkan prinsip-prinsip teologis yang telah diidentifikasi dari Yohanes 10 di atas, konseling pastoral Kristen memiliki potensi yang sangat besar untuk menjadi ruang pemulihan yang sungguh-sungguh holistik bagi jemaat yang membutuhkan pertolongan. Pelayanan yang holistik dalam konteks ini berarti pelayanan yang tidak hanya menyentuh aspek rohani secara sempit, tetapi juga merespons secara nyata aspek emosional, mental, dan sosial dari kehidupan konseli secara bersamaan dan terpadu. Pendekatan holistik ini selaras sepenuhnya dengan visi Yesus dalam Yohanes 10 ayat 10, yaitu kehidupan dalam segala kelimpahan yang mencakup seluruh dimensi keberadaan manusia tanpa terkecuali.²⁸

Dalam merespons kebutuhan kesehatan mental jemaat secara konkret, konseling pastoral Kristen pertama-tama harus menciptakan ruang yang aman bagi konseli untuk mengungkapkan apa yang sesungguhnya mereka rasakan dan alami tanpa takut dihakimi. Banyak jemaat yang mengalami masalah kesehatan mental tidak berani mengungkapkan kondisinya di lingkungan gereja karena takut dianggap lemah iman atau kurang percaya. Stigma terhadap masalah kesehatan mental ini merupakan salah satu hambatan terbesar yang harus secara proaktif diatasi oleh gereja. Konseling pastoral yang dilandasi oleh prinsip pengenalan dan penerimaan dari Yohanes 10 akan menciptakan suasana penerimaan yang hangat dan tulus, di mana setiap orang merasa aman untuk jujur tentang pergumulannya yang paling dalam sekalipun.²⁹

Ruang pemulihan yang holistik dalam konseling pastoral juga berarti mengintegrasikan dengan tepat antara doa, refleksi Firman Tuhan, dan pendampingan yang memperhatikan kondisi psikologis konseli. Novianti menegaskan bahwa konseling pastoral Kristen dapat memberikan kontribusi nyata dalam menangani masalah kesehatan mental melalui beberapa pendekatan yang saling melengkapi, antara lain mendorong konseli untuk membangun konsep diri yang benar dan sehat, membimbing mereka dalam proses pengambilan keputusan yang bijak, mendamaikan relasi yang sudah rusak, dan mengajak mereka pada kontemplasi rohani yang mendalam dan

²⁸ Zet, "Kajian Prinsip-Prinsip Penggembalaan Yang Efektif Dalam Yohanes 10:1–21 Dan Implikasinya Pada Keberadaan Jemaat Modern," 111.

²⁹ Michelle Clarine and Juliana Hidiradjat, "Pendekatan Konseling Pastoral Sebagai Solusi Dalam Mengatasi Kecemasan," *AKADEMIK: Jurnal Mahasiswa Humanis* 5, no. 1 (2025): 427.

berkelanjutan. Pendekatan-pendekatan ini tidak bisa berdiri sendiri-sendiri, melainkan harus bekerja bersama-sama sebagai satu kesatuan yang padu.³⁰

Jadi, konseling pastoral yang benar-benar holistik adalah konseling yang memandang manusia secara utuh sebagaimana Allah menciptakan dan menghendaknya, yaitu sebagai makhluk yang memiliki dimensi fisik, emosional, sosial, dan rohani yang saling berkaitan dan saling mempengaruhi. Pendekatan ini mengharuskan konselor pastoral untuk memiliki kompetensi yang tidak hanya bersifat rohani, tetapi juga memiliki pemahaman dasar yang memadai tentang psikologi manusia dan dinamika kesehatan mental. Hanya dengan bekal yang lengkap dan terpadu inilah seorang konselor pastoral dapat memberikan pendampingan yang sungguh-sungguh merespons kebutuhan nyata jemaat masa kini secara efektif.

2. Integrasi Pendekatan Spiritual dan Psikologis dalam Pelayanan Pastoral

Salah satu tantangan utama yang paling sering dihadapi dalam praktik konseling pastoral Kristen adalah bagaimana mengintegrasikan pendekatan spiritual yang berakar pada kebenaran Alkitab dengan pemahaman psikologis yang bersifat ilmiah. Pandangan yang semakin diterima luas dalam dunia pelayanan Kristen kontemporer adalah bahwa psikologi dan teologi dapat berjalan berdampingan dengan baik, selama keduanya diposisikan dengan tepat dan tidak saling menggantikan satu sama lain. Psikologi memberikan alat bantu yang sangat berguna untuk memahami dinamika jiwa manusia secara lebih mendalam, sementara teologi memberikan kerangka makna, tujuan hidup, dan nilai-nilai yang paling fundamental yang menjadi fondasi dari seluruh proses pemulihan.³¹

Dalam konteks Yohanes 10, integrasi antara dimensi spiritual dan psikologis ini tercermin dengan sangat indah dalam cara Yesus sendiri mendekati orang-orang yang membutuhkan pertolongan. Yesus tidak hanya memberikan ajaran rohani dari jarak yang aman, tetapi Ia hadir secara fisik di tengah-tengah umat-Nya, merasakan apa yang mereka rasakan, dan merespons setiap kebutuhan mereka secara konkret dan kontekstual. Kehadiran inkarnatif Yesus ini adalah model yang paling sempurna dari integrasi antara dimensi ilahi dan dimensi manusiawi dalam sebuah pelayanan. Seorang konselor pastoral yang meneladani Kristus akan menggunakan pemahaman psikologis bukan sebagai pengganti pendekatan rohani, tetapi sebagai alat yang membantunya memahami dan merespons kondisi konseli dengan cara yang lebih tepat sasaran dan lebih efektif.³²

Winarsih, dalam kajiannya tentang kebutuhan generasi masa kini akan penerimaan tanpa syarat, menegaskan bahwa konsep penerimaan tanpa syarat yang dikembangkan dalam psikologi modern sesungguhnya memiliki akar yang sangat dalam

³⁰ Novianti, "Isu Kesehatan Mental (Mental Health) Dan Peranan Pelayanan Konseling Pastoral Kristen," 157.

³¹ Winarsih Winarsih, "Akomodasi Kebutuhan Generasi Z Akan Penerimaan Tanpa Syarat Ditinjau Dari Teori Client-Centered Therapy Dan Pelayanan Yesus," *Veritas: Jurnal Teologi dan Pelayanan* 23, no. 1 (2024): 7.

³² Rumsory, "Aku Adalah Pintu (Yohanes 10:7-9): Kajian Eksegesis Dan Teologi Pastoral," 25.

dalam praktik pelayanan Yesus sendiri. Ketika Yesus berinteraksi dengan orang-orang yang dianggap tidak layak oleh masyarakat di sekitarnya, Ia memberikan penerimaan yang penuh terhadap mereka sebagai pribadi yang berharga, meskipun Ia tidak membenarkan tindakan-tindakan yang salah. Prinsip penerimaan tanpa syarat ini dapat diterapkan secara sangat efektif dalam konseling pastoral sebagai landasan untuk menciptakan hubungan yang aman, hangat, dan mendukung bagi seluruh proses pemulihan konseli.³³

Jadi, integrasi antara pendekatan spiritual dan psikologis dalam konseling pastoral bukan hanya sebuah kemungkinan yang patut dipertimbangkan, tetapi merupakan suatu keharusan yang tidak bisa dihindari jika gereja ingin merespons kebutuhan kesehatan mental jemaat secara sungguh-sungguh efektif. Integrasi yang tepat berarti menempatkan Firman Tuhan dan doa sebagai fondasi yang paling utama, sambil menggunakan pemahaman psikologis sebagai alat bantu yang memperkaya cara konselor mengenal dan melayani konseli. Model integrasi ini selaras sepenuhnya dengan teladan Yesus dalam Yohanes 10 yang memadukan kasih ilahi yang tidak terbatas dengan kehadiran manusiawi yang sangat nyata dan sangat konkret.

3. Komunitas Gereja sebagai Wadah Pemulihan Kesehatan Mental Jemaat

Prinsip terakhir yang penting untuk dianalisis dari Yohanes 10 dalam kaitannya dengan respons terhadap kebutuhan kesehatan mental jemaat adalah pentingnya dimensi komunitas. Dalam ayat 16, Yesus menyatakan bahwa domba-domba dari berbagai kandang akan dipersatukan menjadi satu kawanan di bawah satu gembala. Gambaran satu kawanan ini tidak hanya menggambarkan kesatuan eskatologis yang akan terwujud di masa depan, tetapi juga mengandung visi tentang komunitas iman yang inklusif, hangat, dan saling mendukung di sini dan saat ini. Pemulihan yang sejati, menurut visi ini, bukan hanya urusan yang terjadi antara gembala dan satu domba secara individual, melainkan juga melibatkan seluruh kawanan sebagai komunitas yang saling merawat dan saling menguatkan.³⁴

Gereja sebagai komunitas pemulihan memiliki potensi yang sangat besar dalam mendukung kesehatan mental jemaatnya, dan potensi ini jauh lebih besar dari yang sering disadari. Sunga dkk. menemukan bahwa banyak jemaat yang membutuhkan bantuan lebih memilih berbicara kepada pelayan gereja dibandingkan pergi ke konselor atau psikiater profesional, salah satunya karena kepercayaan dan kedekatan relasional yang sudah terbangun dalam komunitas gereja. Temuan ini menunjukkan bahwa modal sosial dan kepercayaan yang sudah ada di dalam gereja adalah aset yang tidak ternilai harganya dalam proses pemulihan kesehatan mental jemaat. Gereja tidak perlu memulai dari nol, melainkan perlu mengoptimalkan modal relasional yang sudah dimilikinya.^{35v}

³³ Winarsih, "Akomodasi Kebutuhan Generasi Z Akan Penerimaan Tanpa Syarat Ditinjau Dari Teori Client-Centered Therapy Dan Pelayanan Yesus," 9.

³⁴ Suleman and Budiya, "Penggembala Berdasarkan Yohanes 10:1-18 Serta Implikasinya Bagi Jemaat Masa Kini," 196.

³⁵ Seli Antonia Tagu Sunga, "Peran Pendidikan Agama Kristen Bagi Anak Putus Sekolah," *Vox Veritatis: Jurnal Teologi dan Pendidikan Agama Kristen* 2, no. 1 (2023): 21.

Namun potensi komunal yang besar ini hanya akan terwujud apabila gereja secara aktif dan sadar membangun budaya kepedulian dan keterbukaan terhadap isu kesehatan mental. Clarine dan Hidradjat menekankan bahwa salah satu hambatan terbesar dalam konseling pastoral adalah stigma negatif terhadap masalah kesehatan mental yang masih sangat kuat dan mengakar di kalangan jemaat. Gereja harus secara proaktif dan berkesinambungan mendidik jemaatnya bahwa mengalami masalah kesehatan mental bukan tanda kurangnya iman, melainkan bagian dari kondisi manusiawi yang membutuhkan perhatian dan pendampingan yang tepat. Lebih jauh, Mengga dan Hermanto menambahkan bahwa dalam proses mendampingi jemaat yang mengalami gangguan kecemasan, suasana komunal yang hangat, terbuka, dan tidak menghakimi merupakan salah satu faktor yang paling berpengaruh dalam proses pemulihan seseorang.³⁶

Jadi, gereja yang benar-benar meneladani Gembala yang Baik dalam Yohanes 10 adalah gereja yang tidak hanya memberikan pelayanan konseling pastoral secara individual, tetapi juga secara aktif membangun komunitas yang menjadi wadah pemulihan bagi seluruh anggotanya. Komunitas yang demikian ditandai oleh keterbukaan terhadap isu kesehatan mental, budaya saling mendukung tanpa menghakimi, dan ketersediaan pelayan yang terlatih dan bersedia memberikan pendampingan yang kompeten. Hanya dengan membangun komunitas semacam inilah gereja dapat sungguh-sungguh hadir sebagai perpanjangan tangan dari pelayanan Yesus sebagai Gembala yang Baik bagi jemaat masa kini.

KESIMPULAN

Berdasarkan kajian hermeneutis atas Yohanes 10 dan analisis terhadap berbagai literatur konseling pastoral yang relevan, penelitian ini menyimpulkan dua hal utama yang saling berkaitan. Pertama, prinsip-prinsip pelayanan gembala yang terkandung dalam Yohanes 10, yaitu pengenalan mendalam yang bersifat relasional, pemeliharaan dan perlindungan jiwa yang menyeluruh, serta pengorbanan diri yang tulus dan tanpa pamrih, membentuk landasan teologis yang sangat kokoh bagi praktik konseling pastoral Kristen. Ketiga prinsip ini bukan sekadar ajaran tentang etika kepemimpinan, melainkan standar teologis yang berakar langsung pada identitas dan misi Kristus sebagai Gembala yang Baik. Kedua, konseling pastoral Kristen yang dibangun secara konsisten di atas prinsip-prinsip Yohanes 10 sangat relevan dan memiliki daya yang efektif dalam merespons kebutuhan kesehatan mental jemaat masa kini, karena pendekatannya yang holistik mampu menjembatani dimensi spiritual dan psikologis, membangun ruang pemulihan yang aman dan menerima, serta mengaktivasi potensi komunitas gereja sebagai wadah penyembuhan yang nyata dan berkelanjutan.

³⁶ Clarine and Hidradjat, "Pendekatan Konseling Pastoral Sebagai Solusi Dalam Mengatasi Kecemasan," 236.

Berdasarkan temuan penelitian ini, peneliti menyarankan agar lembaga pendidikan teologi, termasuk IAKN Toraja, memperkuat kurikulum pendidikan konseling pastoral dengan mengintegrasikan kajian teologis mendalam atas teks-teks Alkitab seperti Yohanes 10 bersama-sama dengan pemahaman dasar psikologi kesehatan mental secara lebih terpadu dan seimbang. Di samping itu, gereja-gereja lokal perlu mengembangkan program pelatihan bagi para pelayan gereja yang mencakup keterampilan dasar konseling pastoral yang responsif terhadap isu kesehatan mental, sehingga mereka dapat lebih efektif merespons kebutuhan nyata jemaat sesuai dengan teladan Kristus sebagai Gembala yang Baik dalam Yohanes 10.

DAFTAR PUSTAKA

- Brek, Yohan. "Kepekaan Pastoral Konseling Bagi Pelayan Gereja Kontemporer." *POIMEN Jurnal Pastoral Konseling* 1, no. 2 (2020): 14–30.
- Clarine, Michelle, and Juliana Hidradjat. "Pendekatan Konseling Pastoral Sebagai Solusi Dalam Mengatasi Kecemasan." *AKADEMIK: Jurnal Mahasiswa Humanis* 5, no. 1 (2025): 417–432.
- Frederik, Hanny. "Prinsip-Prinsip Kepemimpinan Penggembalaan Berdasarkan Yohanes 10:1–21 Dan Implementasinya Dalam Kepemimpinan Gereja." *Jurnal Ilmu Teologi dan Pendidikan Agama Kristen* 1, no. 2 (2020): 69–86.
- Manurung, Haris Benaya, and Yanto Paulus. "Konseling Pastoral Sebagai Respon Teologis Terhadap Kebutuhan Jemaat Di Era Modern." *POIMEN Jurnal Pastoral Konseling* 6, no. 1 (2025): 44–60.
- Novianti, Delpi. "Isu Kesehatan Mental (Mental Health) Dan Peranan Pelayanan Konseling Pastoral Kristen." *JURNAL KADESI* 5, no. 1 (2023): 137–162.
- Padatu, P, L Paundanan, F Ratte, D Delfo, and B Tanga. "Merefleksikan Sikap Dan Tanggung Jawab Kepemimpinan Sebagai Teladanan Kepemimpinan Kristen Menurut Yohanes 10:1–21." *HUMANITIS: Jurnal Humaniora, Sosial dan Bisnis* 1, no. 4 (2023): 309–319.
- Rumsory, Yoseph Mario. "Aku Adalah Pintu (Yohanes 10:7–9): Kajian Eksegesis Dan Teologi Pastoral." *Jurnal Magistra* 4, no. 1 (2026): 16–34.
- Suleman, Richard, and Hardi Budiyan. "Penggembalaan Berdasarkan Yohanes 10:1–18 Serta Implikasinya Bagi Jemaat Masa Kini." *Veritas Lux Mea* 6, no. 1 (2024): 185–197.
- Sumeleh, M, P Gagola, M C Saranaung, and F A H Lintjewas. "Pendidikan Pastoral Konseling Dalam Gereja Yang Responsif Terhadap Kesehatan Mental Jemaat." *HOSPITALITAS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 2, no. 4 (2025): 14–21.
- Sunga, Seli Antonia Tagu. "Peran Pendidikan Agama Kristen Bagi Anak Putus Sekolah." *Vox Veritatis: Jurnal Teologi dan Pendidikan Agama Kristen* 2, no. 1 (2023): 14–20.
- Telaumbanua, Elianus. "Pemimpin Sebagai Gembala Berdasarkan Injil Yohanes 10:1–18." *Jurnal Bijak* 2, no. 1 (2018): 66–109.
- Ton, Sekundus Septo Pigang. "Yesus Sebagai Teladan Untuk Menjadi Gembala Yang Baik Berdasarkan Perspektif Injil Yohanes 10:11–16." *Miktab: Jurnal Teologi dan Pelayanan Kristiani* 3, no. 2 (2023): 192–219.
- Winarsih, Winarsih. "Akomodasi Kebutuhan Generasi Z Akan Penerimaan Tanpa Syarat Ditinjau Dari Teori Client-Centered Therapy Dan Pelayanan Yesus." *Veritas: Jurnal*

- Teologi dan Pelayanan* 23, no. 1 (2024): 1–16.
- Zai, Calvin Revormasi, and Stenly Reinal Paparang. “Integritas Gembala Yang Baik Berdasarkan Yohanes 10:1–21 Bagi Perintisan Gereja.” *Sinar Kasih: Jurnal Pendidikan Agama dan Filsafat* 1, no. 1 (2023): 116–127.
- Zet, Ronaldinno. “Kajian Prinsip-Prinsip Penggembalaan Yang Efektif Dalam Yohanes 10:1–21 Dan Implikasinya Pada Keberadaan Jemaat Modern.” *Skenoo: Jurnal Teologi dan Pendidikan Agama Kristen* 3, no. 2 (2023): 105–120.