

## Konseling dengan Pendekatan Perilaku Kognitif berbasis Alkitab dalam Menghadapi Keputusan Anak di *River Life Community*, Vietnam

Hendra Syahputra<sup>1\*</sup>, Susilo Susanto<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Sekolah Tinggi Teologi REAL, Batam, Kepulauan Riau

\*Correspondence email: [hssirait2112@gmail.com](mailto:hssirait2112@gmail.com)

### **Abstract**

*The background of this journal is the victim children of marriage disharmony that made their cognitive development not optimal in communication and actualization even can lead to being a false personality. This journal has the purpose to make a model of Cognitive Behavior Therapy based on the Bible and to see the implementation of Cognitive Behavior Therapy based on the Bible to depression children in River Life Community Binh Duong, Vietnam. Use qualitative method by literature study, observation, and interview for data collection and analysis. This journal succeeds to model an approach to Cognitive Behavior Therapy based on Bible and has a proven implementation in the River Life Community to change the lives of many depressed children to be confident and faithful children.*

*Keywords: cognitive behavior; counseling; desperation; river life community*

### **Abstrak**

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh kondisi anak yang sering menjadi korban ketidakharmonisan rumah tangga, yang mengakibatkan pertumbuhan kognitif seorang anak tidak optimal dalam berkomunikasi dan mengaktualisasikan permikiran bahkan dapat menjadi pribadi yang putus asa. Penelitian ini bertujuan membentuk model pendekatan konseling perilaku kognitif berbasis Alkitab dan mengetahui implementasi pendekatan konseling perilaku kognitif berbasis Alkitab terhadap anak yang mengalami keputusan hidup di *River Life Community*, Binh Duong, Vietnam. Penelitian dilakukan secara kualitatif berdasarkan kepustakaan, observasi, dan wawancara. Hasil penelitian memberikan bentuk model konseling dengan pendekatan perilaku kognitif berbasis Alkitab dan keberhasilan pemanfaatan konseling dengan pendekatan perilaku kognitif berbasis Alkitab di *River Life Community* dalam mengubah keputusan anak menjadi anak yang berpengharapan dan percaya diri.

**Kata kunci:** konseling; perilaku kognitif; putus asa; *river life community*

## **PENDAHULUAN**

Kehidupan rumah tangga yang tidak harmonis banyak mengakibatkan dampak negative terhadap perkembangan kognitif anak terutama dalam hal berkomunikasi dan mengaktualisasi pemikirannya sehingga anak dapat menjadi putus asa. Kondisi putus asa anak yang berlarut menjadikan anak depresi bahkan bunuh diri.<sup>1</sup> Oleh karena dampak fatalitas yang buruk, keputusan anak harus ditangani dengan baik. Konseling dengan pendekatan Perilaku Kognitif adalah salah satu cara konseling yang terbukti

---

<sup>1</sup> Aries Dirgayunita, "Depresi: Ciri, Penyebab Dan Penangannya," *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi* 1, no. 1 (2016): 1–14.

berhasil dalam menurunkan tingkat keputusan anak. Konseling dengan pendekatan perilaku kognitif adalah konseling yang mengkombinasikan aspek kognitif dan tingkah laku dan sangat efektif diterapkan kepada anak-anak korban konflik.<sup>2</sup>

Perkembangan usia anak merupakan sebuah proses pertumbuhan fisik (*growth*) dan perkembangan pemikiran dan mentalitas (*development*), yang bersifat dinamis dan berkelanjutan. Anak lahir membawa potensi yang membutuhkan peran lingkungan untuk membantu pertumbuhan dan perkembangan secara optimal baik dari segi moral-agama, fisik-motorik, mental-kognitif, Bahasa, dan lain sebagainya. Dalam periode ini anak perlu mendapatkan stimulasi yang tepat agar proses tumbuh optimal.<sup>3</sup> Upaya menumbuh kembangkan anak dilakukan melalui pembinaan dan pendidikan baik secara formal, nonformal maupun informal. Upaya ini merupakan tanggung jawab pendidik; orang tua, guru bidang studi, konselor maupun masyarakat.<sup>4</sup>

Pembinaan dan pendidikan anak dimulai dari keluarga, bukan dari sekolah. Pendidikan anak dimulai dari kegiatan meniru yang membentuk perilaku yang berjalan seiring dengan penyesuaian yang terdapat pada diri anak, orang tua serta lingkungan sosial yang beraneka-ragam. Peran orang tua sangat penting dalam mewujudkan keberhasilan pembinaan dan pendidikan buah hatinya. Namun, masih banyak orang tua yang kurang menyadari akan perannya dalam mendukung pendidikan anak dan menyerahkan sepenuhnya kepada lingkungan rumah dan sekolah.

Tabroni, dalam penelitiannya menyatakan, ketidaksadaran peran orang tua terhadap anak merupakan sikap dan perilaku egois orang tua. Perilaku egois tergambar dari kondisi rumah tangga yang sering bertengkar dan berselisih bahkan banyak membawa kepada proses perceraian atau yang lebih dikenal dengan broken home<sup>5</sup>. Perceraian orang tua membuat anak bertumbuh dalam kondisi yang penuh tekanan secara fisik, emosi, spritual, dan sosial. Hal ini dapat berdampak lebih buruk bagi anak-anak seperti keputusan. Anak-anak tidak merasa nyaman di rumah mereka sendiri, bahkan banyak yang menjadi homeless. Anak-anak *homeless* besar kemungkinan mereka akan mudah stres dan terus menafsirkan situasi biasa sebagai ancaman. Kecemasan mereka dapat menyebabkan mimpi buruk, perasaan khawatir, putus-asa, dan bunuh diri.

Vietnam, sebagai salah satu negara sosialis komunis, merupakan negara Asia pertama, dan kedua di dunia, yang meratifikasi konvensi PBB tentang hak-hak anak (*Convention on the Rights of the Child; CRC*).<sup>6</sup> Namun, sayangnya negara Vietnam yang menikmati pertumbuhan ekonomi yang tinggi justru mengalami

---

<sup>2</sup> Surayya Hayatussofiyyah, H Fuad Nashori, and Rumiani Rumiani, "Efektivitas Terapi Kognitif Perilaku Religius Untuk Menurunkan Depresi Pada Remaja," *Psikoislamedia: Jurnal Psikologi* 2, no. 1 (2017): 42–54.

<sup>3</sup> David A Sousa, "Bagaimana Otak Belajar," *Jakarta: Indeks* (2012): 2–3.

<sup>4</sup> Agus Supriyanto, "Kolaborasi Konselor, Guru, Dan Orang Tua Untuk Mengembangkan kompetensi Anak Usia Din Melalui Bimbingan Komprehensif," *Jurnal CARE (Children Advisory Research and Education)* 4, no. 1 (2016): 1–8.

<sup>5</sup> Putri Novitasari Nugraheni, "Perkembangan Psikologis Anak Usia Dini Korban Broken Home Di Pos PAUD Ananda Bowan Delanggu Kabupaten Klaten Tahun Pelajaran 2013/2014" (Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2014), 72.

<sup>6</sup> UNICEF Vietnam, "30th Anniversary of the Convention on the Rights of the Child," last modified 2019, accessed August 1, 2021, <https://www.unicef.org/vietnam/stories/30th-anniversary-convention-rights-child#:~:text=Viet Nam was the first,of children in the country.>

situasi sosial keluarga yaitu meningkatnya perceraian orang tua di tengah meningkatnya taraf ekonomi dan kehidupan masyarakat, yang berakibat negatif terhadap tumbuh kembang anak. Di dalam salah satu jurnalnya, Professor Nguyen Huu Minh, Kepala Vietnam Institute of Social Science, menyatakan, di Vietnam satu dari antara empat pasangan yang menikah mengalami perceraian. Perceraian banyak disebabkan oleh sikap egois suami dan istri yang cenderung berpusat pada kenyamanan sendiri dan kurang sabar terhadap pasangan hidupnya.<sup>7</sup>

Tidak banyak penelitian dan informasi yang dapat digali tentang dampak perceraian terhadap anak di Vietnam. Hal yang menarik dari penelitian tentang anak di Vietnam dilakukan di bulan Desember 2019 sebelum pandemi Covid 19 melanda dunia dan Vietnam oleh Management and Sustainable Development Institute (MSD) yang menyatakan 68% anak-anak di Vietnam mengalami kekerasan fisik dari keluarga dan lingkungan terdekatnya.<sup>8</sup> Tindakan kekerasan pada anak tentu membutuhkan penanganan dan solusi yang tepat sebab bagi anak tindakan kekerasan yang mereka alami mengakibatkan berbagai dampak negatif bahkan dampak yang paling parah, yaitu kematian. Dampak jangka pendek ketika anak mengalami kekerasan antara lain seperti munculnya rasa takut yang berlebihan, menarik diri dari kehidupan sosial. Dampak jangka panjang yaitu kondisi yang muncul dalam jangka waktu yang cukup lama setelah kejadian kekerasan atau bahkan dapat melekat selama hidupnya dapat berupa: trauma terhadap hal-hal yang dirasakan berhubungan dengan kekerasan yang pernah dialaminya, perasaan curiga yang berlebihan (*paranoid*) pada orang-orang disekitarnya, anti-sosial, hilangnya kepercayaan diri, stres berat, putus asa sampai dengan depresi, dan kecacatan fisik permanen, bila kekerasan dilakukan berlebihan.<sup>9</sup>

Mardiyati (2015), dalam jurnal penelitiannya tentang mengatasi dampak kekerasan rumah tangga, mengatakan, yang menyebabkan anak depresi adalah dengan konseling penyembuhan untuk mengubah sudut pandang yang bersangkutan terhadap kekerasan rumah tangga yang dialami. Merubah sudut pandang ini adalah memberikan keyakinan pada korban bahwa apa yang dia alami merupakan hal yang khusus dan tidak semua orang sanggup untuk menjalaninya. Selain itu, untuk menghilangkan perasaan-perasaan bawah sadar yang mencekam, diperlukan dorongan sugesti pada anak. Tentu saja hal itu harus dilakukan dengan tekun dan penuh kesabaran dan kasih sayang dari para orangtua maupun para konselor.<sup>10</sup>

Penelitian ini menggunakan metode Konseling Perilaku Kognitif berbasis Alkitab untuk memulihkan keputus-asaan akibat dari kesukaran masa lalu anak-anak di *River Life Community* Vietnam. Metode ini diadaptasi dari pengalaman hidup dan rohani pengelola panti *River Life Community*. Pengelola panti *River Life Community* adalah

---

<sup>7</sup> Vietnam Institute of Social Sciences, "Divorce in Vietnam," last modified 2014, accessed August 2, 2021, <https://saigoneer.com/vietnam-news/2592-study-divorce-is-up-significantly-in-vietnam>.

<sup>8</sup> dantri international, "Vietnam Kids Experience Violence," *Management and Sustainable Development Institute (MSD)*, last modified 2019, accessed August 2, 2021, <http://dtinews.vn/en/news/017004/65561/68-percent-of-kids-experience-violence-from-relatives--survey.html>.

<sup>9</sup> Michael E Cavanagh, *The Counseling Experience: A Theoretical and Practical Approach* (Waveland Press, 1990).

<sup>10</sup> Isyatul Mardiyati, "Dampak Trauma Kekerasan Dalam Rumah Tangga Terhadap Perkembangan Psikis Anak," *Raheema* (2015): 32–33.

seorang yang pernah mengalami kekerasan dan korban ketidakharmonisan rumah tangga orang tua pada masa kecilnya. Pengalaman diasuh oleh seseorang yang tidak hanya memberikan bantuan keuangan tetapi juga pengenalan kehidupan Kekristenan mengubahnya menjadi seorang Kristen yang taat dan melayani orang-orang Vietnam untuk mengenal dan menerima Yesus sebagai Tuhan dan Juruselamat dalam hidup mereka. *River Life Community* adalah komunitas yang dibentuk untuk menampung dan memulihkan kehidupan anak-anak yang mengalami keputusan karena ditolak dan mengalami kekerasan akibat ketidak-harmonisan rumah tangga. Pengelola panti dan sekolah berharap anak-anak akan dipulihkan hidupnya dengan dasar kebenaran Alkitab.

Siang Yang Tan, Guru Besar di Fuller Theological Seminary menyatakan, solusi yang ditawarkan untuk mengatasi permasalahan yang berkembang di atas adalah dengan menerapkan program konseling perilaku kognitif berbasis Alkitab dalam mengatasi permasalahan psikologi seseorang termasuk didalamnya permasalahan traumatis korban tindakan kekerasan.<sup>11</sup> Dr. Bourne mengatakan Manfaat konseling dengan menambahkan unsur hubungan dengan Tuhan akan membantu anak menurunkan tingkat depresi dan menemukan jati diri sebagai pribadi berharga di mata Tuhan seperti yang disampaikan Nabi Yeremia dalam Kitab Yeremia 6:14: “Mereka mengobati luka umat-Ku dengan memandangnya ringan, katanya: Damai sejahtera! Damai sejahtera! tetapi tidak ada damai sejahtera.”<sup>12</sup>

*River Life Community* memberikan kehidupan normal dan teratur kepada anak-anak yang tinggal dan bersekolah informal termasuk pembacaan Alkitab yang rutin dilakukan. Kehidupan teratur membawa anak-anak tersebut mempunyai kestabilan dalam pikiran dan perasaan akan masa kini. Kehidupan masa lalu yang menyakitkan masih merupakan pekerjaan besar yang harus dilakukan untuk memulihkan sifat dan sikap masa lalu anak-anak tersebut seperti pendiam, pemarah dan keputusan. Pendekatan konseling perilaku kognitif berbasis Alkitab dilakukan untuk memulihkan kehidupan pendiam, pemarah dan putus asa dari anak-anak *River Life Community*. Di *River Life Community*, anak-anak diberikan pengertian dan dampak dari sikap dan tingkah laku yang kurang baik dalam diri mereka, serta memberikan lingkungan yang baik untuk membaca dan merefleksikan ayat Alkitab tentang kejadian tersebut.

Penelitian ini bertujuan membentuk model pendekatan konseling perilaku kognitif berbasis Alkitab, dan mengetahui implementasi pendekatan konseling perilaku kognitif berbasis Alkitab terhadap anak yang mengalami keputusan hidup di *River Life Community*, Binh Duong, Vietnam.

### **Kajian Teori**

Konseling perilaku kognitif selalu dikaitkan dengan jurnal Aaron T. Beck.<sup>13</sup> Beck melakukan perbandingan pengamatan pikiran otomatis dengan konsep Freud tentang alam prasadar manusia dimana orang berkomunikasi kepada diri mereka sendiri dan cara mereka sendiri; mereka dipantau sistem komunikasi internal sendiri. Dari komuni-

---

<sup>11</sup> Siang-yang Tan, “Religious Values and Interventions in Lay Christian Counseling,” *Journal of Psychology and Christianity* (1991): 173–182.

<sup>12</sup> Edmund J Bourne, *Healing Fear: New Approaches to Overcoming Anxiety* (New Harbinger Publications, 1998), 2–3.

<sup>13</sup> B. A. Alford, A. T. Beck, and John V. Jones, “The Integrative Power of Cognitive Therapy,” *Journal of Cognitive Psychotherapy* (1997).

kasi internal dalam diri mereka sendiri, individu membentuk pola keyakinan. Dari keyakinan ini, individu merumuskan standar untuk diri mereka sendiri dalam bentuk pola pikir yang menentukan penafsiran pengalaman hidup seseorang. Penelitian dilakukan kepada mereka yang mengalami depresi, menggunakan percakapan internal yang dikomunikasikan menyalahkan diri sendiri dan *self-critic*. Pasien tersebut sering memprediksi kegagalan atau bencana bagi diri mereka sendiri dan interpretasi negatif yang dibuat di mana yang positif akan menjadi lebih tepat.

Konseling perilaku kognitif adalah konseling yang berfokus pada wawasan yang menekankan pengakuan dan mengubah pikiran negatif dan keyakinan maladaptif. Inti dari Konseling perilaku kognitif didasarkan pada alasan teoritis cara manusia merasa dan berperilaku ditentukan oleh bagaimana mereka memandang dan menstruktur pengalaman mereka. Asumsi teoritis konseling kognitif adalah komunikasi internal manusia dapat diakses oleh introspeksi, kepercayaan konseli memiliki makna yang sangat pribadi, makna ini dapat ditemukan oleh konseli daripada yang diajarkan atau ditafsirkan oleh konseli. Teori dasar konseling perilaku kognitif adalah memahami hakikat peristiwa emosional atau gangguan perilaku adalah mutlak untuk fokus pada isi kognitif dari reaksi individu. Tujuannya adalah untuk mengubah cara konseli berpikir dengan menggunakan pikiran otomatis mereka untuk mencapai skema inti dan mulai memperkenalkan gagasan restrukturisasi skema. Hal ini dilakukan dengan mendorong konseli untuk mengumpulkan dan mempertimbangkan bukti untuk mendukung keyakinan mereka.<sup>14</sup>

Konseling dengan pendekatan perilaku kognitif berkembang dengan salah satunya adalah konseling perilaku-kognitif religius, yaitu konseling yang menggabungkan konseling perilaku dan kognitif berdasarkan nilai-nilai agama. Unsur agama digunakan untuk memperkuat pendekatan teknik perilaku kognitif yang dilakukan. Dalam penelitian ini unsur agama ditekankan melalui penggunaan Alkitab kepada individu yang dilayani untuk mengalami perubahan kognitif yang benar sehingga diharapkan akan memunculkan perilaku baru yang berkarakter Kristus. Penggunaan Alkitab akan menaikkan tingkat religius seorang individu dengan asumsi dengan menjalankan kegiatan keagamaan akan memunculkan pola kognitif yang benar dan secara bersamaan akan membentuk perilaku yang benar juga. Jadi dapat disimpulkan bahwa unsur religius akan memperkuat konseling perilaku kognitif karena dilakukan secara terus menerus dan berkelanjutan.<sup>15</sup>

Konseling dengan pendekatan perilaku kognitif berbasis Alkitab harus menjadi bagian penting dari proses perubahan hidup dalam kehidupan Kekristenan, sehingga dimodelkan dalam suatu kegiatan yang nyata dengan tahapan. Pertama melakukan penerimaan secara lingkungan dengan memberikan tempat tinggal, pendidikan dan keluarga yang tinggal bersama; kedua, memberikan pola hidup yang teratur termasuk di dalamnya ketaatan dalam membaca Alkitab; ketiga, melakukan aktivitas sehari-hari; dan keempat, melakukan perenungan untuk melakukan evaluasi dan perbaikan.

---

<sup>14</sup> Corey, "Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy(8 Th Ed), Belmont, CA: Brooks/Cole," *Family Relations* (2009).

<sup>15</sup> Deasy Irawati, Subandi Subandi, and Retno Kumolohadi, "Terapi Kognitif Perilaku Religius Untuk Menurunkan Kecemasan Terhadap Kematian Pada Penderita HIV/AIDS," *Jurnal Intervensi Psikologi (JIP)* (2011).

Konseling dengan pendekatan perilaku kognitif berbasis Alkitab yang dilakukan di *River Life Community* dengan lima kegiatan. Pertama, Membawa anak-anak dalam lingkungan kehidupan yang normal dan teratur termasuk di dalamnya membaca Alkitab secara teratur, mengajar mereka melihat kondisi mereka dahulu dan sekarang sehingga mereka berterima kasih dan bersyukur. Kedua, Mengenali hal-hal yang tidak baik yang mereka alami saat ini karena masa lalu mereka seperti pendiam, gampang marah dan tidak mau berbagi. Ketiga, Pada saat sifat-sifat tidak baik anak keluar di sekolah dan di rumah singgah, maka akan ada saat untuk bersama melihat itu dari kebenaran Firman Tuhan yang dibaca pada hari tersebut. Keempat, Anak-anak diajar untuk mengambil kesimpulan dari diskusi dan mencoba mengubah cara berfikir dan memberi respons. Kelima, Anak-anak akhirnya dibantu untuk mengubah pikiran dan perasaan yang tidak tepat tentang hidup akibat dari kehidupan masa lalu mereka. Proses kegiatan yang dilakukan sangat mirip dengan konsep pertobatan Kristen dengan perbaikan pemikiran dan perbuatan berdasarkan nilai Alkitab.<sup>16</sup>

Keluarga adalah unit terkecil dari masyarakat yang terdiri atas kepala keluarga dan beberapa orang yang terkumpul dan tinggal di suatu tempat di bawah suatu atap dalam keadaan saling ketergantungan. Keluarga adalah lembaga sosial dasar dan kebutuhan manusia yang universal serta menjadi pusat terpenting dari kegiatan dalam individu di dalamnya. Individu akan mengambil peranan dalam keluarga yang menggambarkan seperangkat perilaku antar pribadi, sifat, kegiatan yang berhubungan dengan pribadi dalam posisi dan situasi tertentu. Peranan pribadi dalam keluarga didasari oleh harapan dan pola perilaku dari keluarga, kelompok dan masyarakat. Ayah adalah suami dari istri, dan ayah dari anak-anaknya; ia berperan sebagai pencari nafkah, pendidik, pelindung, dan pemberi rasa aman kepada anggota keluarga, serta berperan juga sebagai anggota masyarakat dari lingkungannya. Ibu sebagai istri dan ibu dari anak-anaknya, ibu mempunyai peran untuk mengurus rumah tangga, sebagai pengasuh dan pendidik anak-anaknya, pelindung dan sebagai salah satu kelompok dari peranan sosialnya serta sebagai anggota masyarakat dari lingkungannya, di samping itu juga ibu dapat berperan sebagai pencari nafkah tambahan dalam keluarganya. Dan anak-anak melaksanakan peranan psikosial sesuai dengan tingkat perkembangannya baik fisik, mental, sosial, dan spiritual.<sup>17</sup>

Peran individu dalam rumah tangga tak selamanya harmonis seperti hubungan suami-istri diwarnai kemesraan. Ada kalanya, kemesraan itu meredup akibat terpaan badai pertengkaran. Tak sedikit pasangan yang bisa mengatasi pertengkaran itu dengan baik. Namun, tak sedikit pula yang bernasib sebaliknya. Jika ini yang terjadi, mahligai perkawinan pun berada di ujung tanduk bahkan dapat berakhir ke dalam perceraian. Tidak mudah bagi anak untuk tumbuh di tengah kondisi perceraian. Tidak hanya orang tua, perceraian juga akan meninggalkan luka yang dalam bagi seorang anak. Anak menjadi saksi atas kepedihan perceraian, sehingga ia merasa tidak lagi memiliki keluarga dan kasih sayang yang utuh. Hal ini mungkin akan memberi pengaruh terhadap per-

---

<sup>16</sup> Julianne S. Zuehlke Anderson, Neil T, Terry E. Zuehlke, *Christ Center Therapy: Integrasi Praktis Teologi Dan Psikologi*, 1st ed. (Gandum Mas, 2013), 125.

<sup>17</sup> Wikipedia, "Keluarga," *Modified July 29, 2021*, last modified 2021, accessed August 18, 2021, [https://id.wikipedia.org/wiki/Keluarga#cite\\_ref-Jhonson\\_5-3](https://id.wikipedia.org/wiki/Keluarga#cite_ref-Jhonson_5-3).

kembangannya kelak. Anak bisa merasa tidak percaya diri, kesepian, putus asa, bahkan hingga menyebabkan gangguan dalam proses belajarnya.<sup>18</sup>

Putus asa, atau keputusasaan adalah keadaan emosional subjektif yang terus-menerus, di mana seorang individu tidak dapat melihat alternatif pilihan untuk memecahkan masalah-masalah, atau untuk mencapai apa yang diinginkan, dan tidak dapat menggerakkan kekuatannya sendiri untuk menetapkan tujuan.<sup>19</sup> Penyebab keputusasaan ada empat berdasarkan kitab Nehemia 4:10-12. Pertama adalah kelelahan, di ayat 10 dikatakan kekuatan mereka telah merosot. Menjalani proses kerja dengan waktu yang lama akan menyebabkan kelelahan secara fisik dan emosi. Bagi anak-anak yang mengalami kekerasan dalam rumah tangga, anak-anak ini sudah lelah dengan pertengkaran-pertengkaran yang terjadi setiap hari di rumah. Kedua adalah frustrasi, masih di ayat 10 dikatakan puing masih banyak. Pekerjaan yang menumpuk membuat fikiran hanya fokus dengan pekerjaan bukan pada tujuan hidup. Anak-anak yang mengalami kekerasan rumah tangga, pertengkaran dan kekerasan yang terus terjadi tanpa jalan keluar menjadikan mereka pribadi yang frustrasi. Ketiga adalah kegagalan, di ayat 10 dikatakan tak sanggup lagi membangun tembok. Bayang-bayang masa depan yang suram dan hidup yang gagal dikarenakan saling menghujat di dalam rumah tangga dan perkataan orang sekitar melihat kondisi rumah tangga yang tidak harmonis. Anak-anak terintimidasi akan kegagalan hidup seperti perceraian yang dialami orang tua mereka. Keempat adalah ketakutan, di ayat 11 dan 12 dikatakan pikiran mereka telah dicekam dengan ketakutan dengan perkataan kasar dan teriakan keras di dalam rumah. Berada dalam lingkungan negative dalam waktu yang lama menjadikan hidup dalam trauma ketakutan.

Jika terjadi keputusasaan anak maka tindakan yang harus dilakukan yaitu pertama, memberikan kebenaran tentang jati diri dengan menyatakan Penderitaan yang dialami bukan berarti Tuhan diam dan manusia harus terus berusaha (Neh. 4:5-6). Kedua, memberikan pengharapan, mengingatkan adanya Tuhan yang akan menolong sesulit apa kondisi mereka (Neh. 4:9). Ketiga, memberikan jawaban dengan jawaban atas kebutuhan mereka seperti memberikan tempat tinggal, makan dan pendidikan akan membuka pemikiran bahwa pengharapan mereka membuahkan hasil (Neh. 4:13-14). Keempat, memberikan kehidupan yang layak melalui menjalankan aktivitas normal dengan memberikan nilai spiritual secara teratur (Neh. 4:20)

## METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan yaitu penelitian kualitatif deskriptif dengan melakukan penelitian langsung ke subjek penelitian, yaitu *River Life Community*, Vietnam.<sup>20</sup> Observasi dilakukan dari bulan Mei 2021, wawancara dilakukan terhadap pendiri *River Life Community* tentang tujuan, motivasi dan cara mereka memperbaiki kehidupan anak-anak yang terlantar. Wawancara yang dilakukan terhadap pengelola *River Life*

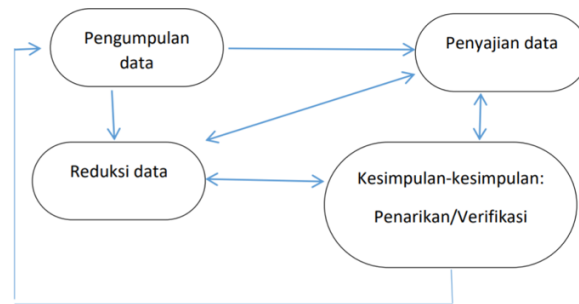
---

<sup>18</sup> Alodokter, "Tidak Selamanya Perceraian Adalah Jalan Keluar Yang Sempurna," last modified 2021, accessed July 25, 2021, <https://www.alodokter.com/tidak-selamanya-perceraian-adalah-jalan-keluar-yang-sempurna>.

<sup>19</sup> Lynda Juall Carpenito, Lynda Juall Carpenito-Moyet, and T Audean Duespohl, *A Guide for Effective Clinical Instruction* (Aspen Pub, 1985), 219.

<sup>20</sup> L Johnson, R. B., & Christensen, *Educational Research: Quantitative, Qualitative, and Mixed Approaches — Sixth Edition*, SAGE Publications, Inc., 2017.

*Community*, anak-anak yang berada di sekolah dan rumah tinggal untuk mengetahui respons mereka terhadap konseling dengan pendekatan perilaku kognitif berbasis Alkitab terhadap hidup mereka. Data and informasi selanjutnya dianalisa dengan menggunakan metode analisis data model Miles and Hubberman. Aktivitas dalam analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung secara terus menerus sampai tuntas, sehingga datanya sudah jenuh. Gambar di bawah menunjukkan aktivitas dalam analisis data, yaitu reduksi data, penyajian data, dan kesimpulan /verifikasi.<sup>21</sup>



**Gambar 1: Analisis data kualitatif**

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Observasi dan wawancara dilakukan secara bersamaan dan berada di tempat yang sama dengan anak-anak yang menjadi obyek penelitian. Kegiatan rutin yang dilakukan di *River Life Community* adalah: bangun pagi, berdoa dan membaca Alkitab, membersihkan tempat tidur, mandi dan berpakaian, pergi ke sekolah, *devotion and sharing* Alkitab, proses belajar di ruangan, proses belajar di luar untuk mempraktikkan hal yang didapat di ruangan, kembali ke sekolah dan membagikan apa hal yang didapat dengan mempraktikkan firman Tuhan dalam kegiatan di luar, sekolah selesai dan ditutup firman Tuhan dan doa, kembali ke rumah tinggal dan membersihkan rumah tinggal, mandi dan bersiap makan, makan malam, belajar, berdoa untuk hari yang dijalani, tidur malam. Beberapa hasil wawancara dengan anak, seperti anak A usia 9 tahun, dengan latar belakang dari desa dan tidak mengenal kedua orang tuanya mempunyai kesulitan untuk membaca dan menulis pada saat dia dihantar oleh neneknya ke *River Life Community*. Ketakutan untuk berbicara mungkin disebabkan oleh ditinggalkan orang tua pada usia dini sehingga anak A tidak punya tempat untuk berkomunikasi dengan bebas sehingga baginya lebih baik diam dan menyendiri.<sup>22</sup> Selanjutnya, pihak pengelola *River Life Community*, pasangan suami istri Le Trong Giang, menunjukkan hubungan suami-istri yang baik, melakukan aktivitas yang teratur dan selalu membaca serta mempraktikkan nilai-nilai alkitabiah dalam kehidupan pelayanan dan pekerjaan. Anak A diajar untuk mendengar, membaca Alkitab dan melakukan dalam kegiatan di dalam dan luar sekolah. Pada saat kami mewawancarai, hari itu mereka membaca tentang kehidupan Yusuf: masalah bisa datang tetapi kita harus tetap percaya Tuhan

<sup>21</sup> Sugiyono, "Sugiyono, Metode Penelitian Dan Pengembangan Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, Dan R&D, (Bandung: Alfabeta, 2015), 407 1," *Metode Penelitian dan Pengembangan Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan R&D* (2015): 246.

<sup>22</sup> Alice C. Schermerhorn, "Associations of Child Emotion Recognition with Interparental Conflict and Shy Child Temperament Traits," *Journal of Social and Personal Relationships* (2019).



pasti menolong. Dan selanjutnya anak A mempraktekkannya pada saat dia berjualan di jalan, dia dapat berpromosi dan menjual barang dagangannya sampai habis terjual.

Pada hari yang sama, kami juga melakukan observasi dan wawancara terhadap anak B usia 7 tahun. Anak perempuan yang mengalami kekerasan fisik dari orang tua yang bercerai. Anak A adalah pribadi yang tidak suka berinteraksi dan takut melakukan sesuatu karena takut dihukum. Dengan topik firman Tuhan yang sama, kegiatan yang dilakukan di luar ruangan membawa dia untuk menolong anak A berjualan dengan menunggui barang dagangan pada saat anak B mencoba menghampiri banyak orang lalu lalang di trotoar jalan mereka berjualan. Anak B mengalami kegembiraan bersama pada saat mengetahui dagangan mereka pada hari itu habis terjual.

Tahapan konseling perilaku kognitif berdasarkan Alkitab yang dilakukan adalah: Memberikan jadwal yang harus diikuti oleh semua anak-anak; Memberikan kondisi yang harus dicapai pada saat memasuki kelas yaitu bersih dan semangat berdasarkan prinsip Alkitab; Melakukan evaluasi secara berkala terhadap pencapaian target; Memberikan pengertian dan semangat; Memberikan konseling perilaku kognitif berdasarkan Alkitab; Mengenali kesulitan mencapai kondisi yang diinginkan; Menjelaskan tujuan konseling dengan menggunakan ayat di Alkitab yang berkaitan dengan hidup mereka; Mempraktikkan hasil konseling dalam aktivitas kelas dan rumah; Merangkum kembali semua hasil secara berkala; Komunikasi berkelanjutan dengan anak sampai kondisi yang diinginkan tercapai.

Melalui tahapan proses kehidupan yang teratur dan berada dalam lingkungan suami-istri yang harmonis akan memberikan pemulihan gambar keluarga yang harmonis. Keputusan dan perilaku tidak baik anak diperbaiki melalui konseling dengan pendekatan perilaku kognitif berbasis Alkitab. Hasilnya Anak-anak *River Life Community* mengenal Tuhan melalui Doa dan Firman Tuhan, mereka adalah makhluk yang berharga, selalu ada Janji Tuhan dalam hidup manusia dan Roh Kudus akan menuntun kehidupan sehari-hari mereka. Dalam objek penelitian ini anak A dan B mampu menyampaikan pemikiran mereka dengan bahasa yang baik dan lembut tanpa merasa ketakutan seperti pada saat mereka datang pertama kali ke *River Life Community*. Konseling dengan pendekatan perilaku kognitif berbasis Alkitab yang dilakukan di *River Life Community* mampu menyembuhkan luka batin yang mendorong pemulihan keputusan anak menjadi gambar diri seorang anak yang berkarakter Alkitab.

Di dalam konseling dengan pendekatan perilaku kognitif berbasis Alkitab, menggunakan dasar Firman: Kejujuran terhadap diri sendiri (Amsal 23:7, "Sebab seperti orang yang membuat perhitungan dalam dirinya sendiri demikianlah ia. "Silakan makan dan minum," katanya kepadamu, tetapi ia tidak tulus hati terhadapmu"); Perubahan Pola Hidup (Roma 12:2; "Janganlah kamu menjadi serupa dengan dunia ini, tetapi berubahlah oleh pembaharuan budimu, sehingga kamu dapat membedakan manakah kehendak Allah: apa yang baik, yang berkenan kepada Allah dan yang sempurna"); Mengatasi Keputusan (Filipi 4:13; "Segala perkara dapat kutanggung di dalam Dia yang memberi kekuatan kepadaku"); Kekecewaan pada orang tua (Mazmur 27:10-11 "sekalipun ayahku dan ibuku meninggalkan aku, namun TUHAN menyambut aku. Tunjukkanlah jalan-Mu kepadaku, ya TUHAN, dan tuntunlah aku di jalan yang rata oleh sebab seteruku"); Pengharapan masa depan (Ulangan 31:6 "Kuatkan dan teguhkanlah hatimu,

janganlah takut dan jangan gemetar karena mereka, sebab TUHAN, Allahmu, Dialah yang berjalan menyertai engkau; Ia tidak akan membiarkan engkau dan tidak akan meninggalkan engkau”).

## KESIMPULAN

Berdasarkan tujuan penelitian ini, maka disimpulkan model pendekatan konseling perilaku kognitif berbasis Alkitab, yaitu: Memberikan jadwal yang harus diikuti oleh semua anak-anak; Memberikan kondisi yang harus dicapai pada saat memasuki kelas yaitu bersih dan semangat berdasarkan prinsip Alkitab; Melakukan evaluasi secara berkala terhadap pencapaian target; Memberikan pengertian dan semangat; Memberikan konseling perilaku kognitif berdasarkan Alkitab; Mengenali kesulitan mencapai kondisi yang diinginkan; Menjelaskan tujuan konseling dengan menggunakan ayat di Alkitab yang berkaitan dengan hidup mereka; Mempraktekkan hasil konseling dalam aktivitas kelas dan rumah; Merangkum kembali semua hasil secara berkala; Komunikasi berkelanjutan dengan anak sampai kondisi yang diinginkan tercapai.

Kesimpulan berikutnya adalah, Anak-anak di *River Life Community* yang mengalami keputusan mempunyai latar belakang orang tua yang bercerai. Anak-anak tersebut mengalami pendekatan kekeluargaan, mendapatkan rumah tinggal, pendidikan serta proses pemulihan luka batin melalui konseling dengan pendekatan perilaku kognitif berbasis Alkitab. Dampaknya, anak-anak *River Life Community* mengenal Tuhan melalui doa dan firman Tuhan; mereka adalah makhluk yang berharga, selalu ada Janji Tuhan dalam hidup manusia dan Roh Kudus akan menuntun kehidupan sehari-hari mereka. Kehidupan anak-anak *River Life Community* mengalami perubahan hidup yang jauh lebih baik dari pada saat mereka pertama kali datang. Konseling dengan pendekatan perilaku kognitif berbasis Alkitab mampu memulihkan keputusan dan perilaku tidak baik anak sehingga anak hidup berpengharapan dan percaya diri bahkan pada saat sulit mereka tetap berpengharapan dalam Firman Tuhan yang dibaca setiap hari.

Hasil penelitian kualitatif ini dapat diuji dan dikembangkan lebih lanjut dengan metode *research and development* dalam menguantifikasi pola pendekatan konseling perilaku kognitif berbasis Alkitab di *River Life Community*, Binh Duong, Vietnam.

## REFERENSI

- Alford, B. A., A. T. Beck, and John V. Jones. “The Integrative Power of Cognitive Therapy.” *Journal of Cognitive Psychotherapy* (1997).
- Alodokter. “Tidak Selamanya Perceraian Adalah Jalan Keluar Yang Sempurna.” Last modified 2021. Accessed July 25, 2021. <https://www.alodokter.com/tidak-selamanya-perceraian-adalah-jalan-keluar-yang-sempurna>.
- Anderson, Neil T, Terry E. Zuehlke, Jualianne S. Zuehlke. *Christ Center Therapy: Integrasi Praktis Teologi Dan Psikologi*. 1st ed. Gandum Mas, 2013.
- Bourne, Edmund J. *Healing Fear: New Approaches to Overcoming Anxiety*. New Harbinger Publications, 1998.
- Carpenito, Lynda Juall, Lynda Juall Carpenito-Moyet, and T Audean Duespohl. *A Guide for Effective Clinical Instruction*. Aspen Pub, 1985.
- Cavanagh, Michael E. *The Counseling Experience: A Theoretical and Practical Approach*. Waveland Press, 1990.
- Corey. “Theory and Practice of Counseling and Psychotherapy(8 Th Ed), Belmont, CA: Brooks/Cole.” *Family Relations* (2009).

- Dantri international. "Vietnam Kids Experience Violence." *Management and Sustainable Development Institute (MSD)*. Last modified 2019. Accessed August 2, 2021. <http://dtinews.vn/en/news/017004/65561/68-percent-of-kids-experience-violence-from-relatives--survey.html>.
- Dirgayunita, Aries. "Depresi: Ciri, Penyebab Dan Penangannya." *Journal An-Nafs: Kajian Penelitian Psikologi* 1, no. 1 (2016): 1–14.
- Hayatussofiyyah, Surayya, H Fuad Nashori, and Rumiani Rumiani. "EFEKTIVITAS TERAPI KOGNITIF PERILAKUAN RELIGIUS UNTUK MENURUNKAN DEPRESI PADA REMAJA." *Psikoislamedia: Jurnal Psikologi* 2, no. 1 (2017): 42–54.
- Irawati, Deasy, Subandi Subandi, and Retno Kumolohadi. "Terapi Kognitif Perilaku Religius Untuk Menurunkan Kecemasan Terhadap Kematian Pada Penderita HIV/AIDS." *Jurnal Intervensi Psikologi (JIP)* (2011).
- Johnson, R. B., & Christensen, L. *Educational Research: Quantitative, Qualitative, and Mixed Approaches — Sixth Edition*. SAGE Publications, Inc., 2017.
- Mardiyati, Isyatul. "Dampak Trauma Kekerasan Dalam Rumah Tangga Terhadap Perkembangan Psikis Anak." *Raheema* (2015).
- Nugraheni, Putri Novitasari. "Perkembangan Psikologis Anak Usia Dini Korban Broken Home Di Pos PAUD Ananda Bowan Delanggu Kabupaten Klaten Tahun Pelajaran 2013/2014." Universitas Muhammadiyah Surakarta, 2014.
- Schermerhorn, Alice C. "Associations of Child Emotion Recognition with Interparental Conflict and Shy Child Temperament Traits." *Journal of Social and Personal Relationships* (2019).
- Sousa, David A. "Bagaimana Otak Belajar." *Jakarta: Indeks* (2012).
- Sugiyono. "Sugiyono, Metode Penelitian Dan Pengembangan Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, Dan R&D , (Bandung: Alfabeta, 2015), 407 1." *Metode Penelitian dan Pengembangan Pendekatan Kualitatif, Kuantitatif, dan R&D* (2015).
- Supriyanto, Agus. "KOLABORASI KONSELOR, GURU, DAN ORANG TUA UNTUK MENGEMBANGKAN KOMPETENSI ANAK USIA DIN MELALUI BIMBINGAN KOMPREHENSIF." *Jurnal CARE (Children Advisory Research and Education)* 4, no. 1 (2016): 1–8.
- Tan, Siang-yang. "Religious Values and Interventions in Lay Christian Counseling." *Journal of Psychology and Christianity* (1991).
- UNICEF Vietnam. "30th Anniversary of the Convention on the Rights of the Child." Last modified 2019. Accessed August 1, 2021. <https://www.unicef.org/vietnam/stories/30th-anniversary-convention-rights-child#:~:text=Viet Nam was the first,of children in the country>.
- Vietnam Institute of Social Sciences. "Divorce in Vietnam." Last modified 2014. Accessed August 2, 2021. <https://saigoneer.com/vietnam-news/2592-study-divorce-is-up-significantly-in-vietnam>.
- Wikipedia. "Keluarga." *Modified July 29, 2021*. Last modified 2021. Accessed August 18, 2021. [https://id.wikipedia.org/wiki/Keluarga#cite\\_ref-Jhonson\\_5-3](https://id.wikipedia.org/wiki/Keluarga#cite_ref-Jhonson_5-3).