

**Penulis:**

Simri Risaldi Runesi<sup>1</sup>,  
Frenly Timotius Nitbani<sup>2</sup>,  
Yulia Adriana Obehatan<sup>3</sup>,

**Afiliasi:**

Universitas Kristen Satya Wacana<sup>1</sup>,  
Indonesia<sup>1</sup>,  
Universitas Kristen Satya Wacana<sup>2</sup>,  
Indonesia<sup>2</sup>,  
Universitas Kristen Satya Wacana<sup>3</sup>,  
Indonesia<sup>3</sup>,

**Email:**

[runesisimri@gmail.com](mailto:runesisimri@gmail.com)<sup>1</sup>,  
[frenlynitbani@gmail.com](mailto:frenlynitbani@gmail.com)<sup>2</sup>,  
[yuliaobehatan@gmail.com](mailto:yuliaobehatan@gmail.com)<sup>3</sup>,

**LOKO KADA TUO:**

Jurnal Teologi Kontekstual & Oikumenis

**ISSN:**

3047-4213 (online)

**DOI :**

<https://doi.org/10.70418/lkt.v2i2.86>

Vol. 02 No. 02, 09, 2025;  
(hlm 041-054)

## Peran Konseling Keluarga dalam Pemulihan Psikologis dan Relasi Sosial Keluarga Peserta Kontestasi Politik dalam Konteks Kristen

**Abstract**

*Political contestation in general elections is an inseparable part of Indonesian society. People have the enthusiasm to be involved in the contestation individually as candidates and families as supporters. In an atmosphere of political contestation, it can cause friction and conflict among individuals, families, and sympathizers of other candidates. This can cause psychological pressure and social conflicts that have an impact on the mental well-being of individuals and families. This phenomenon raises a research question, namely how is the role of Family Counseling in the psychological recovery and social relations of families participating in political contestation in a Christian context? The purpose of this study is to describe conflicts in political contestation that can cause psychological disorders and social relations, and analyze the role of family counseling in a Christian perspective on the family recovery process of political contestation. This research uses a qualitative method with a literature study approach. Christian values-based counseling with a love and forgiveness-based approach can provide a spiritual dimension in the process of psychological recovery and social relations in the family.*

*Keyword: Political Contestation, Family Counseling, Christianity.*

**Abstrak**

Kontestasi Politik dalam Pemilihan Umum merupakan bagian yang tidak dapat dipisahkan dalam konteks masyarakat Indonesia. Masyarakat memiliki antusias untuk terlibat dalam kontestasi tersebut secara individu sebagai calon maupun keluarga sebagai pendukung. Dalam suasana kontestasi politik dapat menimbulkan gesekan dan konflik di antara individu, keluarga, maupun dalam simpatisan dari calon lain. Hal ini dapat menimbulkan tekanan psikologis serta konflik sosial yang berdampak pada kesejahteraan mental yang dialami individu maupun keluarga. Fenomena ini menimbulkan satu pertanyaan penelitian yaitu bagaimana peran Konseling Keluarga dalam pemulihan psikologis dan relasi sosial keluarga peserta kontestasi politik dalam konteks Kristen?

Tujuan penelitian ini adalah mendeskripsikan konflik dalam kontestasi politik yang dapat menimbulkan gangguan Psikologis dan relasi sosial, serta menganalisis peran konseling keluarga dalam perspektif Kristen sebagai upaya proses pemulihan keluarga kontestasi politik. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi pustaka. Konseling berbasis nilai-nilai Kristen dengan pendekatan yang berbasis kasih dan pengampunan dapat memberikan dimensi spiritual dalam proses pemulihan psikologis dan relasi sosial dalam keluarga.

Kata Kunci: Kontestasi Politik, Konseling Keluarga, Kristen.

## Pendahuluan

Pemilihan Umum (Pemilu) dalam negara yang menerapkan prinsip demokrasi adalah sebuah proses politik yang bertujuan untuk mengoptimalkan kedaulatan rakyat dalam penyelenggaraan negara. Pemilu memberikan kesempatan kepada masyarakat sebagai warga negara untuk menentukan pilihan terhadap calon pemimpin yang akan datang dan mengungkapkan harapan mereka mengenai arah kebijakan pemerintah. Sebagai agenda penting dalam ranah politik dan demokrasi, Pemilu menjadi sarana partisipasi politik rakyat. Hal ini merupakan konsekuensi logistik dari besarnya jumlah warga negara yang memerlukan perwakilan untuk mengelola kepentingan publik.<sup>1</sup> Kontestasi politik baik pada tingkat lokal maupun nasional, dapat memberikan dampak yang signifikan bagi individu dan keluarga. Ketegangan sosial yang muncul selama kampanye politik, pemilu, atau debat politik dapat memengaruhi relasi sosial dalam lingkungan masyarakat, keluarga dan kesejahteraan psikologis anggotanya.

Konflik yang muncul dalam kontestasi politik seringkali tidak hanya berdampak pada masyarakat luas, tetapi juga pada individu dan keluarga yang terlibat dalam proses tersebut. Kontestasi politik, sering kali menimbulkan perpecahan dan ketegangan dalam berbagai lapisan masyarakat, seperti ujaran kebencian kritik negatif, distorsi, penghinaan, hingga sampai pada ancaman. Misalnya, jenis ujaran kebencian yang umum terjadi di Facebook dan Instagram selama pemilu Indonesia tahun 2014, 2017, dan 2019. Pemilu ini melibatkan Joko Widodo sebagai calon presiden pada tahun 2014 dan 2019, dan Basuki Tjahaja Purnama (Ahok) sebagai Gubernur DKI Jakarta pada tahun 2017.<sup>2</sup> Fenomena tersebut di mana individu menggunakan humor dan ironi untuk menyerang lawan politik mereka. Contohnya komentar seperti *"Jokowi memang hebat, lihat saja para penghujat dan penghina Nabi bebas berkeliaran, tetapi para penghina rakyat biasa langsung ditangkap. Sejak pemerintahan Jokowi, rakyat biasa lebih tinggi derajatnya daripada Nabi, betapa hebatnya.* Kemudian, Informasi palsu disebarkan untuk mendiskreditkan kandidat, menghina, dan mengancam keluarga khususnya selama pemilihan presiden 2014 dan 2019. Sebuah artikel tabloid secara keliru mengklaim Widodo adalah seorang komunis dan keturunan Tionghoa. Pada tahun 2019, sebuah

<sup>1</sup> P C Fajri, "Dominasi Politik Identitas Dalam Kontestasi Politik Indonesia Serta Mitigasinya Jelang Pemilu 2024," *Jurnal Demokrasi Dan Politik Lokal* 5, no. 2 (2023): 1–14, <http://jdpl.fisip.unand.ac.id/index.php/jdpl/article/view/436%0Ahttp://jdpl.fisip.unand.ac.id/index.php/jdpl/article/download/436/80>.

<sup>2</sup> Winda Wana Utami and Darmaiza Darmaiza, "Hate Speech, Agama, dan Kontestasi Politik Di Indonesia," dalam *Indonesian Journal of Religion and Society* 2, no. 2 (2020): 113–28, <https://doi.org/10.36256/ijrs.v2i2.108>.

akun Instagram menyebarkan misinformasi dan ujaran kebencian yang menargetkan Widodo, menuduhnya sebagai anti-Islam dan komunis.<sup>3</sup>

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Busyairi Ahmad, menjelaskan bahwa konflik dalam politik di Kecamatan Sikur Kabupaten Lombok Timur NTB berakar dari beberapa faktor, yaitu Kebencian di antara pesaing politik yang bersifat individu dan kelompok yang mengakibatkan perseteruan yang tidak berakhir, politik uang dan kampanye negatif mengontaminasi pemilihan hingga berujung pada penyegelan Kantor Desa. Hal ini merupakan bentuk kekecewaan para pendukung salah satu paslon yang dinyatakan kalah.<sup>4</sup> Sejalan dengan hal ini, Yopik Gani, Godfrid Hutapea, dan Hutapea,<sup>5</sup> menjelaskan bahwa penyebaran misinformasi dan berita bohong melalui media sosial diakui sebagai tantangan besar yang dapat memperburuk ketegangan politik dan memicu keresahan sosial. Kampanye fitnah dan penyebaran informasi kontroversial atau palsu melalui media sosial memengaruhi opini serta stigma publik secara signifikan terhadap peserta kontestasi politik. Contohnya, konflik politik pada pemilihan umum serentak tahun 2024 di Provinsi Riau, Bangka Belitung, Sulawesi Selatan, dan Kalimantan Selatan. Hal seperti ini, tentunya dapat mempengaruhi opini pemilih terhadap calon lain yang seringkali memberi stereotip serta memperdalam prasangka negatif terhadap kelompok yang menjadi saingan politiknya.

Berangkat dari beberapa fenomena di atas, ajang politik yang melibatkan emosi dan kepentingan dari berbagai pihak seringkali memunculkan ketegangan sosial yang berpotensi merusak hubungan atau relasi antarwarga masyarakat, keluarga, dan kesejahteraan psikologis individu. Dalam hal ini, konflik politik yang melibatkan isu personal atau identitas seringkali melampaui batas-batas politik dan memasuki ranah kehidupan pribadi, dimana keluarga menjadi salah satu pihak yang terpengaruh secara langsung dapat menimbulkan trauma, depresi, kecemasan dalam keluarga. Dalam hal ini, konseling keluarga memiliki peran yang sangat vital dalam memfasilitasi pemulihan psikologis dan relasi sosial dalam keluarga yang terlibat dalam kontestasi politik.

Menurut Dika Sahputra, konseling merupakan upaya pemberian bantuan dari seseorang yang profesional atau ahli konselor kepada klien yang sedang menghadapi masalah dengan cara memberikan pemahaman tentang diri dan lingkungannya sehingga klien dapat mengambil keputusan untuk menyelesaikan masalah yang sedang dihadapi.<sup>6</sup> Salah satu problematika yang terjadi yaitu kegagalan dari calon legislatif sehingga menciptakan ketegangan dan perubahan dalam dinamika hubungan secara interpersonal serta dapat menurunkan kualitas interaksi sosialnya. Murray Bowen menekankan pada suatu kebutuhan sebagai perbuatan yang membedakan, serta proses pembedahan dalam tingkat perilaku dan kognitif sehingga dapat berinteraksi secara intrapersonal maupun interpersonal dalam mendefinisikan setiap individu

<sup>3</sup> Utami and Darmaiza, 123.

<sup>4</sup> Busyairi Ahmad, "Konflik dalam Dinamika Politik Perdesaan (Studi Pada Pilkades Di Kecamatan Sikur Kabupaten Lombok Timur NTB)," *Gema Kampus IIsip Yapis Biak* 11, no. 1 (2016): 37-46, <https://doi.org/10.52049/gemakampus.v11i1.14>.

<sup>5</sup> Yopik Gani, Godfrid Hutapea, dan Hutapea, "Penanganan Konflik Politik Guna Penguatan Penanganan Konflik Sosial dalam Rangka Terwujudnya," *Ilmu Kepolisian* 18, no. April (2024), 1-13.

<sup>6</sup> Dika Sahputra, *Konseling Keluarga* (Jawa Timur: Deva Publishing, 2023), 121-122.

yang berbeda sebagai mereka yang mengendalikan situasi dengan kesadaran akan pikiran, perasaan, dan opininya dalam situasi yang sangat emosional.<sup>7</sup>

Bowen mempunyai pandangan bahwa keluarga adalah sebuah sistem yang didalamnya terdiri dari berbagai subsistem seperti pernikahan, orang tua, anak dan saudara kandung (sibling). Setiap subsistem tersebut dibagi lagi dalam subsistem secara individual dan jika terjadi gangguan pada salah satu subsistem didalamnya, maka akan menyebabkan perubahan pada bagian lainnya bahkan bisa sampai ke suprasistem keluarga tersebut yaitu masyarakat sosial.<sup>8</sup> Menurut Bowen, faktor yang paling penting dalam masalah-masalah psikologis yang dihadapi oleh keluarga merupakan suatu gangguan perilaku dari hasil dan fusi emosional.<sup>9</sup>

Dalam konteks keluarga Kristen, fokus utama dalam pelaksanaan konseling keluarga untuk menghindari serta mengantisipasi perpecahan serta memberikan bantuan demi mewujudkan keluarga yang saling memiliki rasa kasih sayang.<sup>10</sup> Konseling keluarga sebagai upaya yang harus dilakukan secara Kristiani oleh seorang konselor (pendeta) untuk membentuk komunikasi yang renggang, traumatis, serta pengaruh psikologis dalam anggota keluarga berdasarkan nilai yang ada dalam Kekristenan. Sehingga, melalui penelitian ini terdapat pertanyaan rumusan masalah mengenai bagaimana Peran Konseling Keluarga dalam pemulihan psikologis dan relasi sosial keluarga peserta kontestasi politik dalam konteks Kristen? Berangkat dari rumusan masalah tersebut, maka tujuan penelitian ini adalah mendeskripsikan konflik dalam kontestasi politik yang dapat menimbulkan gangguan psikologis dan relasi sosial, serta menganalisis peran konseling keluarga dalam perspektif Kristen terhadap proses pemulihan keluarga peserta kontestasi politik.

### **Metode Penelitian**

Metode yang digunakan dalam penulisan ini adalah metode kualitatif dengan pendekatan studi kepustakaan. Metode penelitian kualitatif merupakan suatu pendekatan untuk memahami fenomena sosial dari sudut pandang pihak-pihak yang terlibat. Metode ini memungkinkan penulis mengeksplorasi makna dan konteks pengalaman individu, memberikan wawasan yang lebih kaya tentang perilaku dan sikap individu.<sup>11</sup> Dalam penelitian ini penulis menggunakan tinjauan pustaka dalam mengumpulkan dan menganalisis informasi dari berbagai sumber dokumen seperti buku, jurnal, dan laporan penelitian, dan berbagai informasi dari media sosial. Proses ini tidak hanya sekedar membaca, tetapi juga mengorganisasikan dan mengolah data yang diperoleh untuk memperoleh pemahaman lebih dalam tentang topik yang dipelajari. Melalui metode ini, penulis mendeskripsikan secara bertahap konflik dalam kontestasi politik yang kemudian berdampak pada aspek psikologis individu peserta kontestasi, serta keluarga yang merasakan secara langsung yang juga berdampak pada

<sup>7</sup> Muray Bowen Michael E. Cerr, *Family Evaluation* (Norton: W. W. Norton, 1988), 117-136.

<sup>8</sup> Michael E. Cerr, 117-138.

<sup>9</sup> Michael E. Cerr, 117-136.

<sup>10</sup> Sahputra, *Konseling Keluarga*, 126-127.

<sup>11</sup> Sugiono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D* (Bandung: ALFABETA, 2013), 7-9.

relasi sosial mereka dengan masyarakat sekitar. Selanjutnya penulis menganalisis teori Bowen tentang sistem keluarga untuk melihat bagaimana konflik dapat mempengaruhi keharmonisan keluarga. Dan kemudian penulis akan menganalisa dan menawarkan konseling keluarga Kristen sebagai upaya dalam pemulihan dan mengembalikan harmoni dalam keluarga dan lingkungan sosial.

### **Konflik dalam Kontestasi Politik**

Manusia dalam memenuhi kebutuhan hidup, salah satunya berinteraksi dengan orang lain. Pada kebutuhan ini, konflik menjadi sesuatu yang bersifat inheren. Interaksi yang terjadi memiliki potensi memunculkan konflik, terutama jika berkaitan dengan tujuan serta kepentingan yang berbeda. Winardi mendefinisikan konflik sebagai ketidakcocokan kepentingan, tujuan, nilai, kebutuhan, dan harapan.<sup>12</sup> Selain itu, Alo Liliwery menyampaikan konflik adalah bentuk perasaan yang tidak sesuai antara satu dengan yang lainnya.<sup>13</sup> Pengertian konflik yang disampaikan dapat disimpulkan sebagai suatu proses sosial yang melibatkan dua atau lebih entitas pada kepentingan, kebutuhan, harapan, dan nilai dalam berinteraksi karena adanya pertentangan perasaan dengan cara yang berlawanan.

Pada setiap kontestasi, konflik dapat terjadi dan tidak bisa dihindari karena adanya persaingan kepentingan politik. Hal ini sering terjadi karena berbagai pihak misalnya partai politik, calon, hingga kelompok masyarakat memiliki kepentingan, kebutuhan, harapan, dan nilai yang berbeda. Adanya kepentingan dalam politik, sehingga dalam proses mewujudkannya dengan berbagai cara sering berakhir pada suatu perselisihan. Konflik sering kali berawal dari perselisihan yang timbul dari kontroversi dalam peristiwa politik. kontroversi tersebut sering diawali dengan hal-hal yang abstrak dan umum, kemudian bergerak dan berproses menjadi suatu konflik.<sup>14</sup>

Konflik dalam kontestasi politik diakibatkan dari menajamnya perbedaan dan benturan kepentingan yang disebabkan oleh beberapa faktor. *Pertama*, adanya latar belakang sosial politik, ekonomi dan sosial budaya yang berbeda dan memiliki pengaruh yang sangat kuat. *Kedua*, adanya pemikiran yang menimbulkan ketidaksepahaman antara yang satu dengan yang lain. *Ketiga*, adanya sikap tidak simpatik terhadap suatu pihak, sistem dan mekanisme yang ada dalam organisasi. *Keempat*, adanya rasa tidak puas terhadap lingkungan organisasi, sikap frustrasi, rasa tidak senang, dan lain lain, sementara tidak dapat berbuat apa-apa dan apabila harus meninggalkan kelompok, berarti harus menanggung resiko yang tidak kecil. *Kelima*, adanya dorongan rasa harga diri yang berlebihan dan berakibat pada keinginan untuk berusaha sekuat tenaga dengan melakukan rekayasa dan manipulasi.<sup>15</sup> Berbagai faktor yang memicu konflik dalam kontestasi politik, tidak hanya berhenti pada arena publik, tetapi juga merambat ke ranah privat dan keluarga. Intensitas persaingan politik yang

<sup>12</sup> Wahyudi, *Teori Konflik Dan Penerapannya Pada Ilmu-Ilmu Sosial* (Malang: UMM, 2021), 15.

<sup>13</sup> Alo Liliwery, *Komunikasi Antar Pribadi* (Bandung: Citra Aditya Bakti, 1997), 128.

<sup>14</sup> Imam Hidayat, *Teori-Teori Politik* (Malang: Setara Press, 2009), 104.

<sup>15</sup> Hidayat, 104-107.

tinggi sering kali menciptakan tekanan psikologis yang signifikan, sehingga dapat mengganggu keseimbangan emosional, sosial, dan dinamika hubungan dalam keluarga peserta politik.

### **Dampak Konflik dalam Kontestasi Politik terhadap Psikologis Individu dan Relasi Sosial Keluarga**

Sebagai bagian dari masyarakat yang terlibat dalam Pemilu, keluarga yang mendukung atau memiliki anggota yang terlibat dalam kontestasi politik seringkali harus menghadapi dampak psikologis yang tidak ringan. Misalnya, salah satu dampak psikologis yang sering muncul adalah kecemasan yang tinggi akibat ketidakpastian hasil pemilu dan ketegangan yang terjadi dalam masyarakat. Ketegangan sosial yang terjadi selama periode kampanye, debat politik, dan perdebatan antarwarga masyarakat dapat menciptakan ketegangan emosional dalam keluarga.<sup>16</sup> Seringkali tekanan sosial dari masyarakat dan keluarga yang pro maupun yang kontra terhadap kandidat dapat menimbulkan rasa cemas dalam keluarga. Selain itu, informasi palsu dan ujaran kebencian yang menyebar melalui media sosial dapat memperburuk perasaan terisolasi dan terancam, memicu tensi yang tinggi sehingga akhirnya berdampak pada kesejahteraan dan harmoni anggota keluarga.<sup>17</sup>

Sehingga, keluarga yang terlibat langsung, misalnya sebagai pendukung calon, seringkali merasa terancam oleh opini publik yang berseberangan atau bahkan menerima ancaman secara langsung, yang memperburuk kondisi psikologis anggota keluarga tersebut. Contohnya terdapat postingan atau konten cyber bullying terhadap keluarga Ridwan Khamil, Ganjar, dan Kaesang. Dalam hal ini, tendensi suasana politik terbawa sampai pada kehidupan pribadi keluarga. Misalnya, anak-anak atau pasangan politikus kerap menjadi sasaran cibiran atau ejekan dari lingkungan sekitar. Situasi ini mengganggu keharmonisan rumah tangga dan menimbulkan ketegangan internal.<sup>18</sup>

Ketika keluarga kandidat menghadapi stigma tersebut, dinamika internal keluarga seringkali terganggu. Ada anggota keluarga yang merasa tertekan karena harus menanggung beban sosial dari sesuatu yang bukan merupakan pilihan pribadi mereka, melainkan keputusan politik salah satu anggota keluarga.<sup>19</sup> Dalam situasi seperti ini, masalah saling menyalahkan dapat muncul. Misalnya pasangan atau anak-anak kandidat merasa kehidupan pribadi mereka terganggu karena sorotan publik yang berlebihan. Mereka dapat menyalahkan kandidat karena menyebabkan munculnya tekanan sosial, kehilangan privasi, bahkan penurunan keharmonisan hubungan dengan lingkungan sekitar.

<sup>16</sup> "https://jektivnews.Disway.Id/Read/21162/Dampak-Pemilu-Terhadap-Psikologis, Diakses Pada 19 September 2024," n.d.

<sup>17</sup> Moch. Azis Qoharuddin, "Pemilu Dan Konflik Dalam Keluarga: Menjaga Harmoni Dalam Perbedaan Pendapat," *Indonesian Journal of Humanities and Social Sciences* 3, no. 3 (2022): 388, <https://doi.org/10.33367/ijhass.v3i3.3818>.

<sup>18</sup> "Metro TV," 2024, <https://vt.tiktok.com/ZSjsfPddh/>, diakses pada 21 September 2024.

<sup>19</sup> Arif Sugitanata and Muannif Ridwan, "Jurnal Menuju Keluarga Yang Harmonis: Manajemen Konflik Politik Dalam Keluarga Di Tengah Perbedaan Pilihan Politik," *Multidisiplin, Penelitian* 4, no. 1 (2024): 69-70.



Gambar 1. Contoh bullying terhadap Anak



Gambar 2. Contoh bullying dalam keluarga



Gambar 3. Bullying terhadap Keluarga



Gambar 4. Kekerasan terhadap paslon

Dampak psikologis dan relasi sosial pada keluarga peserta kontestasi politik dapat sangat merugikan, karena mereka tidak hanya menghadapi tekanan sosial dan emosional akibat ketegangan politik, tetapi juga menjadi sasaran cyberbullying, ujaran kebencian, dan bahkan kekerasan fisik, yang memengaruhi kesejahteraan mental dan hubungan interpersonal mereka. Konflik-konflik ini dapat berujung pada perpecahan dalam keluarga, stres emosional, dan dampak psikologis yang lebih mendalam, yang turut memperburuk kondisi sosial dan politik secara umum.<sup>20</sup>

### Prinsip Konseling Keluarga dalam Konteks Kristen

Dalam pandangan Kristen, konseling sebagai upaya konselor dalam membentuk hubungan komunikasi yang renggang dalam anggota keluarga berdasarkan nilai yang ada dalam Kekristenan. Konseling Kristen sebagai pendekatan yang menekankan pada integrasi nilai dan prinsip Kristen dalam proses konseling. Hal ini sebagai proses interaktif yang bertujuan untuk membantu individu dan kelompok dalam memahami dan mengatasi masalah secara personal, sosial, dan akademis, yang diakibatkan oleh emosional yang tidak stabil. Tujuan utamanya sebagai respon terhadap individu dalam mencapai potensi maksimal mereka, meningkatkan kesejahteraan secara psikologis, dan memperbaiki kualitas hidup secara keseluruhan.<sup>21</sup> Menurut Engel dan Halatu, Konseling dan pendampingan merupakan upaya pemberdayaan, menghidupkan, dan memanusiakan manusia. Konseling berafiliasi dengan upaya pemulihan dari keterpurukan dan perbaikan untuk suatu pendamaian.<sup>22</sup>

Dalam konteks Kristen, konseling melibatkan tindakan yang interaktif sebagai upaya memperlengkapi dan menguatkan manusia yang dalam mewujudkan kehidupan yang bermakna. Tindakan interaktif perlu melibatkan komunikasi dalam

<sup>20</sup> Jatim Network.com, "Rumah Caleg Di Serang Banten Tervangkalai," diakses pada 24 September 2024, <https://www.jatimnetwork.com/kolom/amp/4312206542/rumah-caleg-di-serang-banten-terbangkalai-ditinggal-wafat-setelah-gagal-nyaleg-dan-diduga-dihabisi-timesnya-di-sini>.

<sup>21</sup> A. S. Endang, *Bahan Dasar Untuk Pelayanan Konseling* (GRASINDO, 2023), 1-12.

<sup>22</sup> Jacob Daan Engel. Fredrik Hallatu, *Pendampingan Dan Konseling Keindonesiaan* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2022), 1.

pendampingan antara konselor dan konseli. Komunikasi dilakukan secara komunikatif dengan prinsip-prinsip Kristen.<sup>23</sup> Prinsip dalam konseling Kristen di antaranya: pertama, penerimaan dan Non-Judgmental. Konselor menerima klien dalam segala kondisi, keunikan, permasalahan, serta kompleksitasnya tanpa menghakimi klien.<sup>24</sup> Hal ini membantu dalam menciptakan lingkungan yang aman dan terbuka, sehingga klien merasa nyaman untuk berbagi pengalaman dan perasaan yang dialami. Kedua, empati. Konselor perlu memahami dan merasakan keadaan yang dialami klien. Empati membantu konselor untuk berhubungan secara lebih mendalam dengan klien dan memahami perspektif mereka. Empati dilakukan dalam mengkomunikasikan terhadap pengalaman dan perasaan terhadap konseli.<sup>25</sup> Ketiga, autonomi dan kemandirian klien. Konselor menghormati hak klien untuk membuat setiap keputusan mengenai hidup mereka. Ini dilihat sebagai upaya konselor dalam membantu konseli untuk menemukan solusi yang paling sesuai dengan kebutuhan dan nilai dari diri konseli. Keempat, kerahasiaan. Konselor berkewajiban untuk tetap menjaga kerahasiaan informasi dari konseli sehingga proses konseling terus berjalan dengan efektif. Kelima, empowerment. Konseling bertujuan dalam memberdayakan klien dengan memberikan dukungan keterampilan dan sumber daya yang dibutuhkan untuk mengatasi masalah dari konseli sehingga meraih potensi secara maksimal dalam dirinya. Keenam, keadilan dan keterampilan. Konselor perlu memperlakukan klien dengan sikap adil tanpa memandang latar belakang dari klien. Konselor perlu melibatkan klien secara aktif dalam setiap proses keberlangsungan konseling.<sup>26</sup>

Prinsip-prinsip dalam pandangan Kekristenan dapat membentuk dasar hubungan konseling antara konselor dan klien sehingga proses konseling berlangsung secara efektif dan etis. Prinsip-prinsip tersebut menjadi pegangan dari konselor dalam membantu klien untuk mengatasi masalah yang dialami. Dengan demikian, konseling Kristen sebagai bentuk pendekatan secara holistik dengan mengintegrasikan iman, spiritual, dan prinsip Kekristenan dalam proses konseling. Pendekatan ini dapat menjadi mitra yang dalam membantu menemukan makna, harapan, dan kesejahteraan bagi keluarga Kristen yang mengalami persoalan.

Dalam pandangan Kekristenan, konseling keluarga sebagai salah satu alternatif terhadap keluarga Kristen dalam menyelesaikan ketegangan yang dialami. Konseling keluarga menurut Dika Sahputra sebagai salah satu upaya menghindari dan mengantisipasi perpecahan serta memberikan bantuan demi mewujudkan keluarga yang saling memiliki rasa kasih sayang.<sup>27</sup> Pandangan Sahputra penting dalam menangani keluarga Kristen dalam setiap konflik yang dialami. Konseling keluarga dalam

---

<sup>23</sup> Hallatu, 7.

<sup>24</sup> Delviyanti. Jesklin. Femi. Julia Lepong Bulan. Feronika Salemba Musa., " Pendekatan Bimbingan Konseling Kristen Dalam Membangun Hubungan Keluarga yang Harmonis" 4, no. 3 (2024): 432–438.

<sup>25</sup> Hallatu, *Pendampingan Dan Konseling Keindonesiaan*, 34.

<sup>26</sup> A. Yeo, "Konseling Suatu Pendekatan Pemecahan Masalah" (BPK Gunung Mulia, 1994), 26–27.

<sup>27</sup> Sahputra, *Konseling Keluarga*, 122.



perspektif Kristen melibatkan berbagai integrasi nilai-nilai Kristen ke dalam proses konseling. Nilai-nilai Kekristenan sebagai dasar dalam proses konseling.

Dalam proses konseling Kristen, konselor berperan aktif dan bijaksana untuk membantu konseli dalam menghadapi konflik dengan bijaksana, sehingga dapat menemukan solusi yang efektif. Dengan demikian, perlu mengintegrasikan nilai-nilai Kristen dalam proses konseling sehingga dapat membantu membangun hubungan yang didasarkan pada kasih, pengampunan, dan komunikasi yang efektif dan efisien dalam pengelolaan konflik yang terjadi. Nilai-nilai Kristen dapat mengatasi konflik dengan menerapkan konsep pengampunan. Konsep pengampunan dapat diterapkan dalam menyelesaikan konflik, dengan memberikan ruang terhadap konseli sehingga bisa melepaskan berbagai ketegangan dan kerenggangan dalam keluarga Kristen.

### **Analisis Teori Sistem Keluarga Murray Bowen**

Teori sistem keluarga yang dikembangkan Bowen merupakan salah satu landasan penting dalam memahami dinamika keluarga ketika menghadapi tekanan dari luar. Bowen menjelaskan bahwa keluarga adalah suatu sistem emosional yang saling berkaitan.<sup>28</sup> Artinya, yang terjadi pada satu anggota keluarga akan berdampak pada seluruh sistem keluarga. Dalam konteks politik tentu teori Bowen dalam menjelaskan bagaimana tekanan eksternal seperti stigma, *bulying*, dan polarisasi sosial masuk ke dalam sistem emosional keluarga dan mempengaruhi setiap anggotanya.

Lebih lanjut, Bowen menegaskan bahwa dalam keluarga, setiap orang harus mampu menjaga identitas emosionalnya tanpa larut dalam kecemasan kolektif keluarga, ini disebut Bowen sebagai diferensiasi diri. Sehingga, individu dengan diferensiasi yang tinggi mampu tenang dan membuat keputusan rasional meskipun ada tekanan emosional dari lingkungannya.<sup>29</sup> Dalam keluarga kandidat politik, masalah sering muncul ketika diferensiasi diri rendah. Misalnya contoh kasus yang telah penulis paparkan pada bagian sebelumnya, *bulying* terhadap anak kandidat politik. Dalam hal ini, anak mungkin kehilangan kepercayaan diri dan merasa hidupnya hancur. Jika ia tidak mampu memisahkan identitas dirinya dari peran politik orang tua, maka ia akan menanggung beban berlebihan yang seharusnya bukan tanggungjawabnya.

Dalam kasus Ganjar, Ridwan, Kaesang, dan kasus serupa lainnya dapat dibaca dalam kerangka ini. Serangan masyarakat terhadap ayah, suami, sebagai salah anggota dalam keluarga mempengaruhi psikologi sebagai individu. Namun melalui dukungan keluarga dan tingkat diferensiasi yang cukup dapat membangun identitas independen yang terlihat dari keputusannya. Menurut Bowen, ketika hubungan dua orang dalam keluarga mengalami ketegangan, mereka cenderung melibatkan pihak ketiga untuk

---

<sup>28</sup> Arif Sugitanata, "Memulihkan Keharmonisan Keluarga dari jeratan Judi Online: Solusi Praktis dengan Integrasi Teori Sistem Keluarga Bowen" *SETARA: Jurnal Studi Gender Dan Anak* 5, no. 1 (2023): 86-87, <https://e-journal.metrouniv.ac.id/index.php/jsaga/article/view/5463%0Ahttps://e-journal.metrouniv.ac.id/index.php/jsaga/article/download/5463/3146>.

<sup>29</sup> Sugitanata, 86-87.

meredakan kecemasan. Inilah yang disebut Bowen sebagai segitiga emosional.<sup>30</sup> Dalam beberapa kasus, anak menjadi kambing hitam dalam keluarga akibat stigma, intimidasi dari masyarakat dan lingkungan sosial mereka. Mereka memahami kecemasan yang tidak mereka pahami. Akibatnya, hubungan orang tua-anak bisa menjadi renggang, bahkan memicu pemberontakan atau depresi pada anak yang berujung pada saling menyalahkan dalam keluarga.

Dalam pandangan Bowen, yang ingin dikatan disini adalah keluarga tidak hidup dalam ruang hampa. Artinya, dalam dinamika keluarga selalu dipengaruhi oleh proses emosional masyarakat secara lebih luas. Dalam hal ini, masyarakat yang sedang mengalami polarisasi politik, kecemasan kolektif meningkat, sehingga keluarga kandidat menjadi pusat perhatian, sehingga menanggung emosional ganda dari dalam keluarga dan dari masyarakat sekitar. Melihat dalam fenomena politik, menunjukan hal ini dimana ketika masyarakat terpecah antara kelompok pro dan kontra terhadap kandidat tertentu, keluarga kandidat ikut terseret dalam arus kebencian kolektif. Mereka dipandang sebagai simbol dari kubu politik.

### **Peran Konseling Keluarga Kristen dalam Upaya Pemulihan Psikologis dan Relasi Sosial**

Konseling keluarga memiliki peran yang sangat penting dalam memulihkan kesejahteraan psikologis dan relasi sosial anggota keluarga yang terlibat dalam kontestasi politik. Salah satu pendekatan yang relevan yang ditawarkan oleh penulis adalah konseling keluarga Kristen, yang tidak hanya memfokuskan pada penyelesaian masalah secara psikologis, tetapi juga mengintegrasikan nilai-nilai Kristen dalam proses pemulihan. Dalam perspektif Kristen, konseling keluarga bertujuan untuk menghindari perpecahan dan membangun kembali rasa kasih sayang antaranggota keluarga yang terganggu. Nilai-nilai Kekristenan, seperti pengampunan, kasih, dan komunikasi yang efektif, menjadi landasan yang kuat dalam menyelesaikan konflik dan memperbaiki relasi sosial dalam keluarga.<sup>31</sup>

Dengan tujuannya untuk mengembalikan keharmonisan keluarga dengan mendampingi serta menuntun anggota keluarga untuk lebih saling memahami dan menghargai perbedaan, baik dalam pandangan politik maupun pandangan pribadi. Berdasarkan beberapa fenomena dalam kontestasi politik yang dialami oleh Ridwan Kamil, Ganjar, Kaesang, serta korban di Serang Banten sebagai bentuk dari ekspresi kekecewaan masyarakat dalam ajang kontestasi politik. Dalam kasus-kasus tersebut, Konseling keluarga berdasarkan prinsip-prinsip Kristen, diantaranya penerimaan tanpa penghakiman, empati, dan kerahasiaan, memberikan dasar yang aman bagi klien untuk membuka perasaan mereka tanpa takut dihakimi.<sup>32</sup>

<sup>30</sup> Arif Sugitanata, "Integrasi Teori Sistem Keluarga Murray Bowen Dan Teori Masalah Terhadap Dampak Multidimensi Lemah Syahwat Bagi Keharmonisan Keluarga," *MADDIKA : Journal of Islamic Family Law* 5, no. 1 (2024): 7, <https://doi.org/10.24256/maddika.v5i1.4982>.

<sup>31</sup> Musa., "Pendekatan Bimbingan KOnseling kristen Dalam Membangun Hubungan Keluarga yang harmonis, 434.

<sup>32</sup> Musa, 435.

Hal ini sangat penting dalam situasi yang penuh ketegangan, di mana anggota keluarga mungkin merasa terisolasi atau terancam oleh perbedaan pendapat politik. Sebagaimana yang dijelaskan bahwa prinsip-prinsip ini membantu menciptakan lingkungan yang aman dan terbuka, yang memungkinkan proses penyembuhan emosional dapat berlangsung dengan baik. Sebagaimana yang dikatakan oleh Engel dan Hallatu bahwa perasaan empati diperlukan dalam proses konseling guna dapat berkomunikasi dengan konseli (orang yang didampingi) tentang perasaan, tingkah laku, dan pengalaman konseli. Lebih lanjut dijelaskan bahwa melalui empati, konselor merasakan perasaan konseli tanpa harus menghilangkan perasaannya sendiri.<sup>33</sup>

Kemudian, keluarga yang mendukung calon tertentu dalam kontestasi politik sering kali mengalami kecemasan dan stres akibat ketidakpastian hasil pemilu dan ketegangan sosial yang terjadi selama periode kampanye. Untuk itu, konseling keluarga membantu keluarga untuk memahami perasaan mereka dan memproses ketegangan tersebut. Terlebih lagi, dengan integrasi nilai-nilai Kristen, konseling tidak hanya membantu dalam pemulihan psikologis, tetapi juga membantu anggota keluarga untuk memahami bahwa konflik dan perbedaan pendapat dapat dihadapi dengan kasih dan pengampunan, yang pada gilirannya dapat mengurangi kecemasan dan meningkatkan kesejahteraan psikologis secara keseluruhan. Sejalan dengan apa yang dijelaskan oleh Engel dan Hallatu bahwa konseling membantu menemukan kembali makna hidup.<sup>34</sup>

Penerapan konseling keluarga Kristen berdasarkan prinsip pengampunan juga menjadi sangat relevan dalam, terutama dalam menghadapi dampak psikologis dari konflik politik. Dimana tendensi dalam kontestasi meninggalkan bekas traumatis melalui ujaran kebencian hingga berujung pada aksi kekerasan dalam bentuk yang diungkapkan dalam *cyber bullying*. Untuk itu, Pengampunan yang merupakan konsep dasar dalam ajaran Kristen memungkinkan anggota keluarga untuk melepaskan dendam dan ketegangan emosional, serta memberikan ruang untuk pemulihan<sup>35</sup>. Dalam konteks konflik politik, pengampunan membantu anggota keluarga untuk mengatasi perasaan terluka akibat ujaran kebencian atau fitnah yang mungkin telah dialami. Dengan pengampunan, keluarga dapat menyembuhkan hubungan yang rusak dan mengembalikan rasa saling menghargai di antara mereka. Dalam hal ini, konselor berperan sebagai mediator yang membantu keluarga untuk melihat nilai dari pengampunan, yang tidak hanya meredakan ketegangan, tetapi juga memperbaiki dinamika hubungan dalam keluarga.

Konseling keluarga Kristen juga melibatkan penguatan dalam aspek komunikasi antar anggota keluarga. Komunikasi yang efektif merupakan kunci dalam menyelesaikan konflik dan membangun kembali hubungan yang sehat.<sup>36</sup> Untuk itu, konselor membantu keluarga untuk mengenali pola komunikasi yang tidak sehat dan

<sup>33</sup> Hallatu, *Pendampingan Dan Konseling Keindonesiaan*, 34.

<sup>34</sup> Fredrik Hallatu Jacob Daan Engel, *Logo Pendampingan & Konseling Keluarga* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2022), 121.

<sup>35</sup> Musa, 437.

<sup>36</sup> Hallatu, *Pendampingan Dan Konseling Keindonesiaan*, 7.

memberikan keterampilan untuk mengubahnya menjadi lebih terbuka, jujur, dan penuh kasih. Sebagai contoh, dalam situasi konflik yang disebabkan oleh perbedaan pandangan politik, konselor dapat membantu keluarga untuk membangun ruang dialog yang konstruktif, di mana setiap anggota keluarga dapat mengungkapkan pendapatnya tanpa merasa diserang atau disalahkan. Komunikasi yang penuh kasih sayang dan saling mendengarkan ini sangat penting untuk mengurangi ketegangan dan memperbaiki relasi sosial yang terganggu.

Menurut teori sistem keluarga yang dikemukakan oleh Murray Bowen, keluarga merupakan suatu sistem yang terdiri dari berbagai subsistem yang saling memengaruhi.<sup>37</sup> Dalam konteks ini, ketika terjadi gangguan pada satu subsistem—misalnya, adanya ketegangan politik atau serangan pribadi terhadap anggota keluarga—maka hal tersebut akan mempengaruhi keseimbangan seluruh sistem keluarga. Oleh karena itu, dalam konseling keluarga, peran konselor adalah untuk membantu keluarga memahami pola interaksi yang terjadi dalam keluarga mereka dan memberikan strategi untuk mengurangi ketegangan tersebut. Teori Bowen juga menekankan pentingnya kesadaran akan dinamika emosi individu, yang dapat membantu keluarga untuk berinteraksi lebih sehat dan mengurangi fusi emosional yang dapat memperburuk situasi.<sup>38</sup> Dengan demikian konseling keluarga tidak hanya berfungsi sebagai intervensi psikologis, melainkan sebagai sarana untuk memperkuat hubungan antar anggota keluarga dengan pemahaman dan penerapan prinsip-prinsip Kristen. Konseling keluarga yang berbasis pada nilai-nilai Kekristenan berpotensi untuk membantu keluarga memulihkan serta memperbaiki relasi sosial dalam keluarga. Melalui hal ini, keluarga dapat kembali membangun komunikasi yang lebih efektif dan lebih menghargai perbedaan pendapat yang muncul akibat ketegangan politik, sehingga menciptakan suasana keluarga yang sehat dan harmonis.

## Kesimpulan

Konseling keluarga memainkan peran yang sangat penting dalam memulihkan kesejahteraan psikologis dan memperbaiki relasi sosial dalam keluarga yang terlibat dalam kontestasi politik. Ketegangan yang ditimbulkan oleh konflik politik, ujaran kebencian, dan misinformasi dapat mempengaruhi stabilitas keluarga dan mengarah pada perpecahan yang lebih jauh. Namun, dengan pendekatan konseling keluarga yang mengintegrasikan nilai-nilai Kristen, seperti pengampunan, kasih, dan komunikasi yang efektif, keluarga dapat mengatasi dampak psikologis ini dan membangun kembali hubungan yang harmonis. Kemudian, Gangguan pada salah satu subsistem, misalnya karena ketegangan politik atau serangan pribadi, dapat membuat seluruh sistem keluarga menjadi tidak seimbang. Oleh karena itu, penting bagi konselor untuk mengadopsi prinsip-prinsip konseling keluarga Kristen dalam membantu keluarga yang terlibat dalam konflik politik, sehingga mereka dapat memperoleh pemulihan dan mencapai kesejahteraan yang lebih baik dalam kehidupan mereka.

<sup>37</sup> Michael E. Cerr, *Family Evaluation*, 12.

<sup>38</sup> Sugitanata, "Memulihkan Keharmonisan Keluarga Dari jeratan Judi online: Solusi Praktis Dengan Integrasi teori Sistem keluarga Bowen", 86-87"

Konseling keluarga dalam konteks Kristiani bertujuan untuk memulihkan keharmonisan dengan mengajarkan keluarga untuk memahami dan menghormati perbedaan pandangan politik dan pribadi. Dalam menghadapi konflik politik di masyarakat, seperti yang terlihat pada kasus dalam politisi, konseling memberikan ruang yang aman bagi keluarga untuk mengungkapkan perasaannya tanpa takut dihakimi. Dalam prinsipnya, penerimaan, empati, dan kerahasiaan sangat penting untuk menciptakan lingkungan yang mendukung proses penyembuhan emosional. Dengan pendekatan ini, konselor membantu keluarga mengatasi ketegangan yang disebabkan oleh perbedaan pandangan sehingga dapat menjalin komunikasi yang lebih efektif dan menciptakan suasana keluarga yang sehat dan harmonis. Dalam konseling keluarga, tugas konselor adalah membantu keluarga memahami pola interaksinya dan memberikan strategi untuk mengurangi ketegangan. Hal ini juga menekankan pentingnya kesadaran terhadap dinamika emosi individu, yang dapat meningkatkan interaksi keluarga dan mengurangi perpaduan emosi.

## Referensi

- Busyairi Ahmad. "Konflik dalam Dinamika Politik Perdesaan (Studi Pada Pilkades Di Kecamatan Sikur Kabupaten Lombok Timur NTB)." *Gema Kampus IISIP YAPIS Biak* 11, no. 1 (2016): 37–46. <https://doi.org/10.52049/gemakampus.v11i1.14>.
- Endang, A. S. *Bahan Dasar Untuk Pelayanan Konseling*. GRASINDO, 2023.
- Fajri, P C. "Dominasi Politik Identitas Dalam Kontestasi Politik Indonesia Serta Mitigasinya Jelang Pemilu 2024." *Jurnal Demokrasi Dan Politik Lokal* 5, no. 2 (2023): 1–14. <http://jdpl.fisip.unand.ac.id/index.php/jdpl/article/view/436%0Ahttp://jdpl.fisip.unand.ac.id/index.php/jdpl/article/download/436/80>.
- Gani, Yopik, Godfrid Hutapea, and Hutapea. "Penanganan Konflik Politik Guna Penguatan Penanganan Konflik Sosial Dalam Rangka Terwujudnya." *Ilmu Kepolisian* 18, no. April (2024).
- Hallatu, Jacob Daan Engel. Fredrik. *Pendampingan Dan Konseling Keindonesiaan*. Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2022.
- Hidayat, Imam. *Teori-Teori Politik*. Malang: Setara Press, 2009.
- "<https://jektivnews.Disway.Id/Read/21162/Dampak-Pemilu-Terhadap-Psikologis>, Diakses Pada 19 September 2025," n.d.
- Jacob Daan Engel, Fredrik Hallatu. *Logo Pendampingan & Konseling Keluarga*. Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2022.
- Liliwery, Alo. *Komunikasi Antar Pribadi*. Bandung: Citra Aditya Bakti, 1997.
- "Metro TV," 2024. <https://vt.tiktok.com/ZSjsfPddh/>.
- Michael E. Cerr, Muaray Bowen. *Family Evaluation*. Norton: W. W. Norton, 1988.
- Musa., Delviyanti. Jesklin. Femi. Julia Lepong Bulan. Feronika Salemba. "Pendekatan Bimbingan Konseling Kristen Dalam Membangun Hubungan Keluarga yang Harmonis" 4, no. 3 (2024): 432–41.
- Network.com, Jatim. "Rumah Caleg Di Serang Banten Tervangkalai," 2024. <https://www.jatimnetwork.com/kolom/amp/4312206542/rumah-caleg-di-serang-banten-terbengkalai-ditinggal-wafat-setelah-gagal-nyaleg-dan-diduga-dihabisi>

timsesnya-di-sini.

- Qoharuddin, Moch. Azis. “Pemilu Dan Konflik Dalam Keluarga: Menjaga Harmoni Dalam Perbedaan Pendapat.” *Indonesian Journal of Humanities and Social Sciences* 3, no. 3 (2022): 379–92. <https://doi.org/10.33367/ijhass.v3i3.3818>.
- Sahputra, Dika. *Konseling Keluarga*. Jawa Timur: Deva Publshing, 2023.
- Sugiono. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Bandung: ALFABETA, 2013.
- Sugitanata, Arif. “Integrasi Teori Sistem Keluarga Murray Bowen Dan Teori Masalah Terhadap Dampak Multidimensi Lemah Syahwat Bagi Keharmonisan Keluarga.” *MADDIKA: Journal of Islamic Family Law* 5, no. 1 (2024): 1–13. <https://doi.org/10.24256/maddika.v5i1.4982>.
- . “Memulihkan Keharmonisan Keluarga dari jeratan Judi Online: Solusi Praktis dengan Integrasi Teori Sistem Keluarga Bowen.” *SETARA: Jurnal Studi Gender Dan Anak* 5, no. 1 (2023): 72–84. <https://e-journal.metrouniv.ac.id/index.php/jsga/article/view/5463%0Ahttps://e-journal.metrouniv.ac.id/index.php/jsga/article/download/5463/3146>.
- Sugitanata, Arif, and Muannif Ridwan. “Jurnal Menuju Keluarga Yang Harmonis: Manajemen Konflik Politik Dalam Keluarga Di Tengah Perbedaan Pilihan Politik.” *Multidisiplin, Penelitian* 4, no. 1 (2024): 67–74.
- Utami, Winda Wana, and Darmaiza Darmaiza. “Hate Speech, Agama, Dan Kontestasi Politik Di Indonesia.” *Indonesian Journal of Religion and Society* 2, no. 2 (2020): 113–28. <https://doi.org/10.36256/ijrs.v2i2.108>.
- Wahyudi. *Teori Konflik Dan Penerapannya Pada Ilmu-Ilmu Sosial*. Malang: UMM, 2021.
- Yeo, A. “Konseling Suatu Pendekatan Pemecahan Masalah.” BPK Gunung Mulia, 1994.