

**PELAYANAN PASTORAL KONSELING DALAM PENGENTASAN ADOPSION  
DEPRESSION REMAJA KELAS 10**

**Alisia Klara Marpaung, Andar Gunawan Pasaribu**

Institut Agama Kritis Negeri Tarutung

[alisiamarp06@gmail.com](mailto:alisiamarp06@gmail.com), [andargunawanpasaribu@gmail.com](mailto:andargunawanpasaribu@gmail.com)

**Abstrak**

Depresi adalah penyakit mental serius yang dapat menyerang siapa saja dari semua latar belakang, termasuk anak angkat. Artikel ini menjelaskan bagaimana konseling pastoral dapat menjadi solusi efektif untuk mengatasi depresi pada remaja adopsi. Melalui pendekatan holistik berbasis spiritual, konseling pastoral memberikan dukungan emosional dan spiritual untuk membantu remaja mengatasi perasaan terisolasi dan tidak berharga. Depresi adopsi merupakan gejala yang dialami sebagian orang tua angkat setelah menyelesaikan proses adopsi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menilai prevalensi depresi pasca-adopsi dan faktor-faktor yang terkait. Data dikumpulkan dari siswa kelas 10 angkat Agum yang menderita depresi. Para peneliti menemukan bahwa siswa sekolah menengah kelas 10 menunjukkan gejala depresi yang signifikan dalam satu hingga dua minggu setelah dipekerjakan. Gejala depresi ini berkaitan dengan riwayat kejiwaan individu atau keluarga serta berhubungan dengan stres dan kesulitan menyesuaikan diri dalam menerima depresi.

Kata kunci : Pelayan Pastoral Konseling, Adopsion Depression

**Abstract**

Depression is a serious mental health condition that can affect individuals from a variety of backgrounds, including those who are adopted. This article discusses how pastoral counseling can be an effective solution in treating depression in adopted youth. Through a holistic and spiritually based approach, pastoral counseling offers emotional and spiritual support that can help teenagers overcome feelings of isolation and worthlessness. Adoption Depression is a condition experienced by some adoptive parents after the adoption process is complete. This study aimed to evaluate the prevalence and factors associated with post-adoption depression. Data was collected from the adoption of Agum KIs 10 high school students who had depression. The results showed that significant depressive symptoms were found in 2 10th grade high school students within 1-2 weeks post-adoption. These depressive symptoms are related to personal or family psychiatric history, associated with stress and difficulty adjusting to adoption of depression.

Keywords : Pastoral Counseling Service, Adoption Depression.

## PENDAHULUAN

Layanan dan pelatihan pelayanan pastoral memainkan peran penting dalam mendukung kesejahteraan emosional, mental dan spiritual individu. Inilah mengapa konseling dan pendidikan pastoral sangat penting :

1. Bimbingan Rohani Konseling memberikan bimbingan spiritual yang mendalam dan membantu individu menemukan makna dan tujuan hidup dari sudut pandang iman. Hal ini sangat penting terutama pada saat krisis ketika individu merasa kehilangan arah dan harapan.
2. Penyembuhan Emosional dan Psikologis Konseling pastoral berfokus pada penyembuhan emosional dan psikologis serta aspek spiritual. Pendeta dilatih untuk mendengarkan dengan penuh empati dan memberikan dukungan untuk membantu individu mengatasi trauma, depresi, dan tantangan emosional lainnya.

Sekolah menengah atas, termasuk kelas 10, dapat menjadi masa transisi dan tantangan bagi banyak orang. Tekanan akademis, perubahan sosial dan emosional, serta penerimaan diri terhadap identitas mungkin menjadi faktor yang berkontribusi terhadap berkembangnya depresi pada remaja. Apa itu depresi? Depresi adalah penyakit mental yang umum dan serius yang dapat menyebabkan berbagai masalah emosional dan fisik.

Gejala depresi pada remaja antara lain:

1. Perasaan sedih atau sedih yang terus-menerus
2. Hilangnya minat atau kenikmatan dalam aktivitas normal
3. Perubahan nafsu makan yang menyebabkan penurunan atau penambahan berat badan
4. Sulit tidur atau terlalu banyak tidur
5. Kelelahan atau kehilangan tenaga
6. Konsentrasi Kesulitan dengan kekuatan, ingatan, atau pengambilan keputusan
7. Perasaan tidak berharga atau bersalah

Penting untuk diketahui bahwa tidak semua orang yang mengalami depresi akan mengalami semua gejala tersebut. Gejala dan tingkat keparahannya bisa berbeda-beda dari orang ke orang.

Berikut ini beberapa faktor yang dapat meningkatkan resiko depresi pada remaja kelas 10 meliputi :

1. Riwayat keluarga depresi atau penyakit mental lainnya

2. Peristiwa traumatis atau stres, seperti pelecehan, pengabaian, atau kehilangan orang yang dicintai
3. Kesulitan dalam hubungan sosial atau romantis
4. Rendahnya harga diri
5. Penyalahgunaan zat
6. Kondisi medis tertentu, seperti penyakit kronis atau gangguan belajar<sup>1</sup>

Jika kamu merasa depresi, penting untuk mencari bantuan. Ada banyak sumber daya yang tersedia untuk membantumu, termasuk :

1. Orang tua atau orang dewasa terpercaya lainnya<sup>2</sup>
2. Konselor sekolah atau guru
3. Psikolog atau terapis
4. Hotline Kesehatan Mental

Penting untuk diingat bahwa Anda tidak sendirian. Depresi adalah hal yang umum dan dapat diobati. Dengan pengobatan yang tepat, kebanyakan penderita depresi dapat pulih sepenuhnya dan menjalani kehidupan yang sehat dan produktif. Depresi adalah penyakit mental yang serius, namun bisa diobati. Jangan takut untuk meminta bantuan. Anda tidak sendirian dalam perasaan seperti Anda diadopsi, terutama selama masa remaja. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji bagaimana pendekatan konseling pastoral dapat membantu siswa kelas 10 mengatasi depresi adopsi.

Pengangkatan anak atau adopsi adalah suatu proses hukum yang mengalihkan hak asuh anak dari orang tua kandung atau wali yang sah kepada orang tua angkat. Di Indonesia, proses pengangkatan anak diatur dalam Peraturan Pemerintah Nomor 54 Tahun 2007 tentang Pelaksanaan Pengangkatan Anak

## **METODE PENELITIAN**

### **Metode Penelitian Yang Dipakai Adalah Metode Studi Kasus**

Studi kasus adalah metode penyelidikan mendalam terhadap fenomena atau kejadian tertentu dalam situasi dunia nyata. Metode ini sering digunakan untuk memahami suatu masalah tertentu, menyelidiki penyebabnya, dan mencari solusi yang tepat. Berikut adalah langkah-langkah umum untuk membuat studi kasus:

---

<sup>1</sup> *Konseling Pastoral Dalam Gereja*

<sup>2</sup> *Buku pedoman tentang pastoral konseling*

## Langkah-Langkah Studi Kasus

- 1) **Pemilihan Kasus:** Pilih kasus yang tepat dan menarik untuk diteliti. Kasus ini harus memiliki ciri khas dan relevansi dengan tujuan penelitian Anda.
- 2) **Pengumpulan Referensi:** Kumpulkan bahan referensi yang mendukung penelitian Anda. Ini bisa berupa literatur, dokumen, atau data lain yang relevan.
- 3) **Penyusunan Kerangka Penelitian:** Buat kerangka penelitian yang jelas, termasuk tujuan, pertanyaan penelitian, dan metode yang akan digunakan.
- 4) **Pengumpulan Data:** Kumpulkan data primer (wawancara, observasi) dan data sekunder (dokumen, laporan) yang relevan dengan kasus yang diteliti<sup>3</sup>.

Pendekatan Konseling Pastoral dalam Mengatasi Adopsi Depression pada Siswa bernama Agum Kelas 10. Mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi depresi adopsi pada siswa kelas 10. Menilai efektivitas konseling pastoral dalam mengatasi depresi adopsi.

## PEMBAHASAN DAN HASIL

### A. Pelayanan Pastoral Konseling

#### 1. Pengertian Pelayanan Pastoral Konseling

Menurut Andar Gunawan Pasaribu Pastoral care merupakan suatu pendekatan konseling yang menitikberatkan pada aspek spiritual dan keagamaan untuk membantu individu menghadapi permasalahan sehari-hari. Pendekatan ini menekankan keterbukaan baik dari pihak klien maupun konselor untuk mengatasi permasalahan spiritual dan keagamaan, seperti konsep tentang Tuhan. Tugas pokok pelayanan pastoral adalah kepemimpinan, restorasi, pelestarian dan pemulihan. Konselor berusaha membantu klien memandang diri mereka secara realistis, menerima kelebihan, kelebihan, dan kelemahan mereka, serta mengembangkan kasih sayang dan kesadaran akan hubungan mereka dengan Tuhan dan orang lain.

#### 2. Metode Pelayanan Pastoral Konseling

Metode pelayanan pastoral care merupakan suatu pendekatan yang digunakan oleh para pendeta untuk mendukung dan hadir kepada mereka yang membutuhkan. Metode ini menggabungkan prinsip-prinsip teologis dan teknik konseling untuk membantu individu

---

<sup>3</sup> Jurnal Mengenal Studi Kasus tujuan dan langkah2

menghadapi masalah emosional, spiritual, dan psikologis. Di bawah ini beberapa metode yang biasa digunakan dalam pelayanan pastoral :

**Pendekatan Empatik:** Konselor menggunakan empati untuk memahami emosi dan pengalaman kliennya. Dengan mendengarkan secara aktif dan menunjukkan minat, konselor dapat menciptakan lingkungan yang aman dan mendukung di mana klien dapat berbagi masalah mereka

**Pendekatan Naratif:** Metode ini melibatkan konseli dalam menceritakan kisah hidup mereka. Konselor membantu konseli untuk melihat kembali pengalaman mereka dan menemukan makna serta tujuan dalam peristiwa yang telah mereka alami. Pendekatan ini dapat membantu konseli mengatasi trauma dan menemukan harapan baru.

**Pendekatan Kognitif-Behavioral:** Metode ini fokus pada mengubah pola pikir dan perilaku yang tidak sehat. Konselor pastoral membantu konseli untuk mengidentifikasi pikiran negatif dan menggantinya dengan pikiran yang lebih positif dan realistis. Teknik ini sering digunakan untuk mengatasi masalah seperti depresi dan kecemasan.

**Pendekatan Spiritual:** Konselor pastoral sering kali menggunakan doa, meditasi, dan refleksi spiritual sebagai bagian dari proses konseling. Pendekatan ini membantu konseli untuk memperkuat hubungan mereka dengan Tuhan dan menemukan kedamaian batin melalui iman mereka.

**Pendekatan Kontekstual:** Metode ini mempertimbangkan konteks budaya dan sosial konseli. Konselor pastoral memahami bahwa setiap individu dipengaruhi oleh lingkungan mereka, dan oleh karena itu, pendekatan ini menyesuaikan teknik konseling dengan latar belakang budaya dan nilai-nilai konseling.

Metode-metode ini tidak hanya membantu konseling dalam mengatasi masalah mereka, tetapi juga memperkuat hubungan mereka dengan Tuhan dan komunitas mereka. Dengan pendekatan yang holistik dan penuh kasih, pelayanan pastoral konseling dapat memberikan dukungan yang berarti dan transformasional bagi individu yang membutuhkan.

### **3. Langkah Langkah Pastoral Konseling**

Langkah-langkah pastoral konseling menurut Andar Gunawan Pasaribu mencakup beberapa tahapan penting yang dirancang untuk memberikan dukungan holistik kepada individu yang membutuhkan. Berikut adalah beberapa langkah utama dalam pastoral konseling menurut Andar Gunawan:

- **Pendekatan Awal:** Langkah pertama dalam pastoral konseling adalah membangun hubungan yang baik dengan konseli. Konselor harus menciptakan lingkungan yang aman dan nyaman agar konseli merasa diterima dan didengar. Pendekatan ini melibatkan mendengarkan secara aktif dan menunjukkan empati terhadap perasaan dan pengalaman konseli<sup>1</sup>.
- **Identifikasi Masalah:** Setelah hubungan yang baik terbentuk, konselor dan konseli bekerja sama untuk mengidentifikasi masalah utama yang dihadapi oleh konseli. Proses ini melibatkan eksplorasi mendalam tentang perasaan, pikiran, dan situasi yang mempengaruhi konseli. Identifikasi masalah yang akurat sangat penting untuk menentukan arah dan tujuan konseling<sup>2</sup>.
- **Intervensi dan Strategi:** Berdasarkan identifikasi masalah, konselor mengembangkan rencana intervensi yang sesuai. Langkah ini melibatkan penggunaan berbagai teknik konseling, seperti pendekatan kognitif-behavioral, naratif, atau spiritual, tergantung pada kebutuhan konseli. Konselor juga dapat memberikan saran praktis dan dukungan emosional untuk membantu konseli mengatasi masalah mereka<sup>3</sup>.
- **Evaluasi dan Refleksi:** Selama proses konseling, penting untuk terus mengevaluasi kemajuan yang dicapai oleh konseli. Konselor dan konseli bersama-sama merefleksikan perubahan yang terjadi dan menilai efektivitas strategi yang digunakan. Evaluasi ini membantu dalam menyesuaikan pendekatan konseling jika diperlukan.
- **Penutupan dan Tindak Lanjut:** Langkah terakhir dalam pastoral konseling adalah penutupan sesi konseling dengan cara yang positif dan mendukung. Konselor memastikan bahwa konseli merasa siap untuk melanjutkan hidup mereka dengan keterampilan dan wawasan baru yang telah mereka peroleh. Selain itu, konselor dapat merencanakan sesi tindak lanjut untuk memastikan bahwa konseli tetap mendapatkan dukungan yang mereka butuhkan.

Langkah-langkah ini mencerminkan pendekatan holistik dan penuh kasih dalam pastoral konseling, yang bertujuan untuk membantu individu menemukan kedamaian dan pemulihan dalam kehidupan mereka.

## **B. Adoption Depresi**

### **1. Pengertian Adoption Depression**

**Adoption depression** adalah kondisi emosional yang dapat dialami oleh individu yang terlibat dalam proses adopsi, baik itu orang tua angkat maupun anak yang diadopsi. Kondisi ini

sering kali muncul setelah proses adopsi selesai, ketika harapan dan realitas mulai bertabrakan. Berikut adalah beberapa aspek penting dari adoption depression:

- **Orang Tua Angkat:** Orang tua angkat mungkin mengalami perasaan depresi setelah adopsi karena berbagai alasan. Mereka mungkin merasa kewalahan dengan tanggung jawab baru, mengalami kesulitan dalam membangun ikatan emosional dengan anak yang diadopsi, atau merasa tidak siap menghadapi tantangan yang muncul. Harapan yang tidak realistis tentang adopsi juga dapat berkontribusi pada perasaan depresi ini.
- **Anak yang Diadopsi:** Anak yang diadopsi juga dapat mengalami perasaan depresi, terutama jika mereka merasa kehilangan identitas atau merasa tidak diterima sepenuhnya dalam keluarga baru mereka. Anak-anak yang diadopsi pada usia yang lebih tua mungkin memiliki kenangan dan trauma dari masa lalu yang mempengaruhi kesejahteraan emosional mereka. Perasaan terisolasi dan kesulitan dalam menyesuaikan diri dengan lingkungan baru juga dapat memicu depresi.
- **Faktor-Faktor Penyebab:** Beberapa faktor yang dapat menyebabkan adoption depression meliputi perubahan besar dalam dinamika keluarga, kurangnya dukungan sosial, dan ketidakmampuan untuk mengatasi stres dan tekanan yang terkait dengan proses adopsi. Selain itu, stigma sosial dan perasaan tidak diterima oleh masyarakat juga dapat memperburuk kondisi ini.
- **Gejala:** Gejala adoption depression dapat bervariasi, tetapi umumnya mencakup perasaan sedih yang mendalam, kehilangan minat pada aktivitas yang biasanya dinikmati, perubahan pola tidur dan makan, serta perasaan putus asa atau tidak berharga. Pada kasus yang lebih parah, individu mungkin mengalami pikiran untuk menyakiti diri sendiri atau bunuh diri.
- **Penanganan:** Penanganan adoption depression melibatkan pendekatan yang holistik, termasuk konseling individu atau keluarga, dukungan dari kelompok pendukung adopsi, dan intervensi medis jika diperlukan. Konselor pastoral juga dapat memainkan peran penting dalam memberikan dukungan emosional dan spiritual kepada individu yang mengalami kondisi ini.

Adoption depression adalah kondisi yang serius dan memerlukan perhatian serta dukungan yang tepat untuk membantu individu yang terpengaruh mengatasi perasaan mereka dan menemukan kesejahteraan emosional.

## 2. Penyebab Adoption Depression

Adoption depression dapat disebabkan oleh berbagai faktor yang mempengaruhi baik orang tua angkat maupun anak yang diadopsi. Berikut adalah beberapa penyebab utama dari adoption depression:

- **Trauma Awal:** Anak yang diadopsi sering kali mengalami trauma awal akibat pemisahan dari orang tua biologis mereka. Trauma ini dapat terjadi bahkan jika adopsi dilakukan saat bayi baru lahir, karena ikatan awal yang terbentuk dalam rahim sudah terputus<sup>1</sup>. Trauma ini dapat menyebabkan masalah keterikatan dan emosional yang berlanjut hingga dewasa.
- **Masalah Identitas:** Anak yang diadopsi mungkin mengalami kebingungan identitas, terutama jika mereka mengetahui bahwa mereka diadopsi pada usia yang lebih tua. Mereka mungkin merasa terisolasi atau berbeda dari keluarga angkat mereka, yang dapat memicu perasaan depresi<sup>1</sup>.
- **Harapan yang Tidak Realistis:** Orang tua angkat mungkin memiliki harapan yang tidak realistis tentang proses adopsi dan hubungan dengan anak yang diadopsi. Ketika realitas tidak sesuai dengan harapan ini, mereka dapat merasa kecewa dan kevalahan, yang dapat menyebabkan depresi<sup>4</sup>.
- **Kurangnya Dukungan Sosial:** Kurangnya dukungan dari keluarga, teman, atau komunitas dapat memperburuk perasaan depresi. Orang tua angkat dan anak yang diadopsi mungkin merasa sendirian dalam menghadapi tantangan yang muncul setelah adopsi<sup>2</sup>.
- **Stigma Sosial:** Stigma sosial terkait adopsi dapat mempengaruhi kesejahteraan emosional baik orang tua angkat maupun anak yang diadopsi. Perasaan tidak diterima atau diperlakukan berbeda oleh masyarakat dapat memperburuk kondisi depresi<sup>2</sup>.
- **Masalah Keterikatan:** Anak yang diadopsi mungkin mengalami kesulitan dalam membangun ikatan emosional dengan orang tua angkat mereka. Masalah keterikatan ini dapat menyebabkan perasaan tidak aman dan depresi<sup>1</sup>.
- **Faktor Genetik:** Ada juga faktor genetik

---

<sup>4</sup> *Jurnal Publication understanding parental postadoption depression*

### 3. Akibat Adoption Depression

Adoption depression dapat memiliki berbagai dampak negatif pada individu yang mengalaminya, baik itu orang tua angkat maupun anak yang diadopsi. Berikut adalah beberapa akibat utama dari adoption depression:

- **Masalah Kesehatan Mental:** Individu yang mengalami adoption depression berisiko lebih tinggi untuk mengembangkan masalah kesehatan mental seperti kecemasan, depresi, PTSD (Post-Traumatic Stress Disorder), dan gangguan bipolar. Anak-anak yang diadopsi mungkin juga mengalami ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder) dan peningkatan risiko untuk bunuh diri.
- **Kesulitan dalam Hubungan:** Adoption depression dapat mempengaruhi hubungan antara orang tua angkat dan anak yang diadopsi. Orang tua angkat mungkin merasa kesulitan untuk membangun ikatan emosional dengan anak mereka, sementara anak yang diadopsi mungkin merasa tidak diterima atau terisolasi dalam keluarga baru mereka<sup>2</sup>. Hal ini dapat menyebabkan ketegangan dan konflik dalam keluarga.
- **Performa Akademik dan Sosial:** Anak-anak yang mengalami adoption depression mungkin menghadapi kesulitan dalam performa akademik dan sosial mereka. Mereka mungkin mengalami kesulitan dalam berkonsentrasi di sekolah, berinteraksi dengan teman sebaya, dan berpartisipasi dalam kegiatan ekstrakurikuler. Hal ini dapat mempengaruhi perkembangan mereka secara keseluruhan.
- **Perasaan Tidak Berharga dan Putus Asa:** Individu yang mengalami adoption depression sering kali merasa tidak berharga dan putus asa. Mereka mungkin merasa bahwa mereka tidak layak untuk dicintai atau diterima, yang dapat memperburuk kondisi depresi mereka. Perasaan ini dapat menghambat kemampuan mereka untuk menjalani kehidupan yang sehat dan produktif.
- **Isolasi Sosial:** Adoption depression dapat menyebabkan isolasi sosial, baik bagi orang tua angkat maupun anak yang diadopsi. Orang tua angkat mungkin merasa malu atau enggan untuk mencari bantuan, sementara anak yang diadopsi mungkin merasa sulit untuk<sup>5</sup>membangun hubungan sosial yang sehat. Isolasi sosial ini dapat memperburuk kondisi mental dan emosional mereka.

---

<sup>5</sup> *Adoption Publication Understanding parental postadoption depression*

Mengatasi adoption depression memerlukan pendekatan yang holistik dan dukungan yang tepat. Konseling individu atau keluarga, dukungan dari kelompok pendukung adopsi, dan intervensi medis dapat membantu individu yang terpengaruh untuk mengatasi perasaan mereka dan menemukan kesejahteraan emosional.

#### **4. Langkah Langkah Pemulihan Adoption Depression**

Pemulihan setelah adopsi adalah proses penting yang melibatkan penyesuaian emosional, psikologis, dan sosial bagi anak angkat dan keluarga angkat. Berikut adalah langkah-langkah yang dapat diambil untuk mendukung pemulihan setelah adopsi:

Langkah-Langkah Pemulihan Adopsi

##### **Persiapan Sebelum Adopsi**

- a. Edukasi dan Konseling:** Calon orang tua angkat harus mengikuti sesi edukasi dan konseling untuk memahami tantangan dan kebutuhan anak angkat.
- b. Membangun Harapan yang Realistis:** Memahami bahwa proses penyesuaian mungkin memerlukan waktu dan kesabaran.

Adopsi Depression untuk Siswa Kelas 10, memahami lebih dalam tentang kesedihan mendalam Depresi bukan sekadar perasaan sedih biasa. Dalam konteks kelas 10, depresi dipelajari sebagai gangguan suasana hati (mood) yang kompleks dengan berbagai dampak signifikan.

- a. Konteks Budaya:** Penelitian ini perlu mempertimbangkan konteks budaya di mana adopsi terjadi, karena nilai-nilai dan norma budaya dapat mempengaruhi pengalaman anak adopsi.
- b. Peran Orang Tua Adopsi:** Peran orang tua adopsi dalam memberikan dukungan emosional kepada anak sangat penting. Penelitian dapat mengeksplorasi bagaimana orang tua adopsi dapat membantu anak mereka mengatasi kesulitan yang terkait dengan adopsi.
- c. Keterlibatan Profesional:** Keterlibatan profesional kesehatan mental, seperti psikolog anak, sangat penting dalam memberikan intervensi yang tepat kepada anak adopsi.

### **Ciri-ciri Depresi:**

- a. Perasaan yang dialami seseorang terutama agum adalah perassan sedih mendalam dan berkepanjangan disaat mengenal lebih dalam bagaimana perasaan nya . Kesedihan ini bukan hanya rasa kecewa atau kesedihan biasa, tetapi kesedihan yang terasa sangat berat dan tidak tertahanka.
- b. Kehilangan minat dan kesenangan: Hal-hal yang dulu disukai terasa membosankan dan tidak lagi menarik.
- c. Perubahan nafsu makan: Penurunan atau peningkatan nafsu makan secara signifikan, yang dapat menyebabkan perubahan berat badan.
- d. Gangguan tidur: Sulit tidur atau tidur berlebihan.
- e. Kelelahan dan kekurangan energi: Merasa lelah terus-menerus, bahkan setelah beristirahat cukup.
- f. Kesulitan berkonsentrasi dan berpikir: Sulit fokus, mudah lupa, dan membuat keputusan.
- g. Perasaan tidak berharga dan putus asa: Munculnya pikiran negatif tentang diri sendiri dan masa depan.
- h. Perasaan gelisah dan mudah marah: Merasa gelisah, mudah tersinggung, dan mudah marah.
- i. Pikiran untuk bunuh diri: Munculnya pikiran untuk menyakiti diri sendiri atau mengakhiri hidup.<sup>6</sup>

Penting untuk diingat bahwa tidak semua orang yang mengalami depresi mengalami semua gejala ini. Gejala dan tingkat keparahan depresi berbeda-beda pada setiap orang. Dengan dukungan yang tepat, Anda dapat pulih dan menjalani hidup yang lebih bahagia dan bermakna. Banyak orang menderita depresi dan ada banyak sumber daya yang tersedia untuk membantu Anda.

### **C. Pelayanan Pastoral Konseling dalam Pengentasan Adoption Depression**

Agum, remaja berusia 17 tahun, diadopsi oleh keluarga baru saat ia berusia delapan tahun. Pada usia 14 tahun, Agum mulai menunjukkan perubahan perilaku yang signifikan, antara lain menarik diri dari teman, sulit tidur, dan sering merasa sedih. Orang tua angkat Agum

---

<sup>6</sup> *Jurnal Andar G.Pasaribu Korelasi Tugas Fungsi Orang Tua dalam Pembentukan Karakter Remaja*

merasa prihatin dan memutuskan untuk mencari bantuan profesional. Konselor membantu remaja mengatasi emosi negatif melalui pendekatan penuh kasih dan informasi spiritual. Selain itu, doa dan dukungan warga gereja juga memberikan rasa keterhubungan dan dukungan yang kuat.

- 1) Perasaan Ditinggalkan: Agum sering mengungkapkan perasaan ditinggalkan oleh orang tua kandungnya. Meskipun orang tua adopsinya telah memberikan kasih sayang yang cukup, Agum masih merasa ada kekosongan dalam hidupnya.
- 2) Identitas Diri: Agum mengalami kesulitan dalam membangun identitas diri yang kuat. Ia sering bertanya-tanya tentang asal-usulnya dan merasa berbeda dari teman-temannya yang memiliki keluarga kandung.
- 3) Ketakutan akan Penolakan: Agum takut akan penolakan dari orang tua adopsinya. Ia khawatir jika suatu saat nanti orang tua adopsinya akan meninggalkannya.
- 4) Perubahan Perilaku: Perubahan perilaku yang ditunjukkan Agum, seperti menarik diri dan kesulitan tidur, merupakan manifestasi dari perasaan sedih dan cemas yang dialaminya.

#### **a. Implikasi**

Studi kasus ini menunjukkan pentingnya memberikan dukungan psikologis kepada anak angkat, terutama mereka yang kesulitan menyesuaikan diri dengan keluarga barunya. Intervensi yang tepat seperti terapi bermain dan konseling keluarga dapat membantu anak angkat mengatasi masalah emosional.

#### **b. Keterbatasan Penelitian**

Studi kasus ini memiliki keterbatasan dalam hal generalisasi. Temuan penelitian ini hanya menggambarkan pengalaman pribadi Agum dan belum tentu berlaku untuk semua anak angkat.

#### **c. Arah Penelitian Selanjutnya**

Penelitian lebih lanjut dengan sampel yang lebih besar diperlukan untuk mengidentifikasi risiko dan faktor protektif yang terkait dengan depresi pada anak angkat. Penelitian longitudinal dapat memberikan pemahaman yang lebih baik tentang perkembangan emosional anak adopsi dari waktu ke waktu.

Dalam pelayanan adoption depression, Langkah Langkah dan tahap yang dilakukan ialah

Hari ke 1 : Tahap Perkenalan

Hari ke 2 : Identifikasi dan seleksi subjek studi kasus.

Hari ke 3 : Pelaksanaan wawancara mendalam dengan siswa dan konselor pastoral.

Hari ke 4 : Observasi sesi konseling pastoral.

Hari ke 5 : Pelayan pastoral.

Hari ke 6 : Hasil Temuan

Hari ke 7 : Penyusunan laporan hasil penelitian

Meningkatkan pemahaman kita tentang faktor-faktor yang mempengaruhi depresi adopsi pada remaja. Bukti empiris efektivitas konseling pastoral dalam mengatasi depresi adopsi. Seorang konselor pastoral dapat memberikan dampak positif dalam mengatasi depresi sejak hari pertama hingga hari berikutnya. Meskipun mereka telah mengalami perkembangan yang sangat baik dalam perilaku dan respons terhadap situasi sejak hari pertama studi mereka, Agum memiliki dua

- **Dokumentasi**



## **KESIMPULAN**

Depresi adopsi adalah kondisi serius yang memerlukan perhatian tambahan dari profesional kesehatan mental dan adopsi. Dukungan yang tepat dapat membantu orang tua angkat mengatasi stres dan penyesuaian yang mereka hadapi setelah adopsi. Konseling pastoral adalah pendekatan yang efektif untuk membantu remaja angkat mengatasi depresi. Konseling membantu remaja menemukan makna dan tujuan hidup serta mengatasi perasaan terisolasi dan

tidak berharga dengan memberikan dukungan emosional dan spiritual. Agum, remaja berusia 17 tahun, diadopsi oleh keluarga baru saat ia berusia delapan tahun. Pada usia 14 tahun, Agum mulai menunjukkan perubahan perilaku yang signifikan, antara lain menarik diri dari teman, sulit tidur, dan sering merasa sedih.

Orang tua angkat Agum merasa prihatin dan memutuskan untuk mencari bantuan profesional. Konselor membantu remaja mengatasi emosi negatif melalui pendekatan penuh kasih dan informasi spiritual. Bukti empiris efektivitas konseling pastoral dalam mengatasi depresi adopsi. Seorang konselor pastoral dapat memberikan dampak positif dalam mengatasi depresi sejak hari pertama hingga hari berikutnya. Meskipun mereka telah mengalami perkembangan yang sangat baik dalam perilaku dan respons terhadap situasi sejak hari pertama studi mereka, Agum memiliki dua siswa dengan status perkembangan yang baik yang memungkinkan mereka menerima konseling pastoral

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Barus, D. (2021). Pastoral Konseling Sebagai Solusi Mengatasi Depresi. *Empowerment Jurnal Mahasiswa Psikologi Universitas Buana Perjuangan Karawang*.
- Gunawan, W. (2018). Pastoral Konseling: Deskripsi Umum Dalam Teori Dan Praktik. *Jurnal Abdiel: Khazanah Pemikiran Teologi, Pendidikan Agama Kristen, dan Musik Gereja*.
- Pasaribu, Andar Gunawan. "Imago Dei and ecology: Rereading Genesis 1:26–28 from the perspective of Toba Batak in the ecological struggle in Tapanuli, Indonesia." *Verbum et Ecclesia*, 2022 2.
- Pasaribu, Andar Gunawan. "Korelasi Tugas Fungsi Orang Tua dalam Pembentukan Karakter Remaja." *ResearchGate*.