

SINERGI KONSELING BERBASIS RELASI DAN PENDIDIKAN TRANSFORMATIF: PARADIGMA SPIRITUALITAS RELASIONAL MENUJU *HUMAN FLOURISHING* DI PERGURUAN TINGGI KRISTEN

[SYNERGY OF RELATIONSHIP-BASED COUNSELLING AND TRANSFORMATIVE EDUCATION: A PARADIGM OF RELATIONAL SPIRITUALITY TOWARDS HUMAN FLOURISHING IN CHRISTIAN HIGHER EDUCATION]

Teguh Lesmana¹, Christina Lumbantoruan²

Universitas Pelita Harapan

teguh.lesmana@uph.edu, christina.lumbantoruan@uph.edu

Abstract

Pervasive change presents significant challenges for Christian Higher Education Institutions (CHUs), particularly regarding the escalating mental health crisis and the stagnation of students' spiritual formation. Facing this disruption, CHUs are called to focus not only on academic achievement but also on holistic well-being (human flourishing). This literature study aims to formulate a synergistic model integrating relationship-based counseling and transformative education through the lens of the relational spirituality paradigm. The method used is a narrative literature review, synthesizing contemporary research in integrative psychology,

relational spirituality, and Christian education. The findings indicate that students' mental health is closely related to their patterns of attachment patterns, both horizontally and vertically. Relationship-based counseling provides a psychologically safe space that enables students to process emotional distress, restore psychological flexibility, and build readiness for transformative learning. When mental burdens and relational wounds are addressed, students become more open to the transformative educational process. This synergy demonstrates that character formation and holistic spiritual development in CHUs can be optimally fostered when mental health services are organically integrated into the educational ecosystem. This article offers practical recommendations for Christian educators to strengthen their role as agents of relational healing in promoting resilient spiritual maturity among students amid pervasive change.

Keywords: Relationship-based counseling; transformative education; relational spirituality; Christian college; human flourishing

Abstrak

Perubahan yang bersifat pervasif menghadirkan tantangan yang signifikan bagi Perguruan Tinggi Kristen (PTK), khususnya terkait meningkatnya krisis kesehatan mental dan stagnasi pembentukan spiritual mahasiswa. Dalam menghadapi disrupsi ini, PTK dipanggil untuk tidak hanya berfokus pada pencapaian akademik, tetapi juga pada kesejahteraan holistik (*human flourishing*). Studi literatur ini bertujuan untuk merumuskan suatu model sinergis yang mengintegrasikan konseling berbasis relasi dan pendidikan transformatif melalui perspektif paradigma spiritualitas relasional. Metode yang digunakan adalah tinjauan literatur naratif dengan mensintesis penelitian-penelitian kontemporer di bidang psikologi integratif,

spiritualitas relasional, dan pendidikan Kristen. Hasil kajian menunjukkan bahwa kesehatan mental mahasiswa berkaitan erat dengan pola kelekatan (*attachment*), baik secara horizontal maupun vertikal. Konseling berbasis relasi menyediakan ruang yang aman secara psikologis sehingga memungkinkan mahasiswa memproses tekanan emosional, memulihkan fleksibilitas psikologis, serta membangun kesiapan untuk menjalani pembelajaran transformatif. Ketika beban mental dan luka relasional ditangani, mahasiswa menjadi lebih terbuka terhadap proses pendidikan yang bersifat transformatif. Sinergi ini menunjukkan bahwa pembentukan karakter dan pengembangan spiritual yang holistik di PTK dapat dioptimalkan ketika layanan kesehatan mental diintegrasikan secara organik ke dalam ekosistem pendidikan. Artikel ini menawarkan rekomendasi praktis bagi para pendidik Kristen untuk memperkuat peran mereka sebagai agen pemulihan relasional dalam mendorong kedewasaan spiritual yang tangguh di kalangan mahasiswa di tengah perubahan yang bersifat pervasif.

Kata Kunci: Konseling berbasis relasi; pendidikan transformatif; spiritualitas relasional; Perguruan Tinggi Kristen; *human flourishing*.

Pendahuluan

Perubahan zaman yang masif (*pervasive change*) di era kontemporer membawa disrupsi yang signifikan terhadap kehidupan mahasiswa di perguruan tinggi. Di satu sisi, kemajuan teknologi dan arus informasi digital membuka akses pengetahuan yang semakin luas. Namun, di sisi lain, fenomena ini juga mempercepat eskalasi krisis kesehatan mental di kalangan generasi muda. Data empiris menunjukkan adanya peningkatan prevalensi gangguan psikologis pada mahasiswa secara global dalam satu dekade terakhir, terutama pada gejala depresi, kecemasan, gangguan makan, perilaku melukai diri tanpa niat bunuh diri (*non suicidal self injury-NSSI*), dan ide bunuh diri (Lipson dkk., 2022). Gejala psikologis seperti kecemasan kronis, kesepian, dan depresi

menjadi tantangan nyata yang sering dihadapi oleh institusi pendidikan tinggi (Hysing dkk., 2026; Ousman & Nazir, 2023; Tan dkk., 2023). Bagi Perguruan Tinggi Kristen (PTK), disrupsi ini tidak hanya berdampak pada penurunan performa akademik, tetapi juga berpotensi menghambat proses formasi spiritual mahasiswa (Felch & Felch, 2026). Ketika seorang mahasiswa mengalami tekanan psikologis yang berkepanjangan, mereka cenderung mengembangkan ketidakfleksibelan psikologis (*psychological inflexibility*), yaitu kondisi yang ditandai oleh penghindaran kognitif dan emosional yang kaku (Hayes dkk., 2006). Kecenderungan untuk menghindari dari realitas emosional yang menyakitkan ini (*experiential avoidance*) secara teologis mencerminkan respons natural manusia sejak kejatuhan dalam dosa, yaitu bersembunyi dan menutupi diri karena rasa takut dan malu (Knabb, 2023). Kondisi ini pada akhirnya menghambat kapasitas dasar mahasiswa untuk bertumbuh dalam iman, memahami kasih karunia, dan menginternalisasi nilai-nilai Kristiani secara mendalam (Tippens, 2008). Di sinilah konseling Kristen perlu mengintervensi, bukan untuk menghilangkan penderitaan secara instan, melainkan mengubah krisis emosional tersebut menjadi sebuah titik pilihan (*choice point*), sebuah persimpangan jalan spiritual di mana mahasiswa diajak memilih untuk tidak lagi berjalan dalam keputusan ego, melainkan melangkah bersama Tuhan melalui penerimaan yang berserah (Knabb, 2023).

Menghadapi realitas yang kompleks ini, institusi pendidikan tinggi Kristen sering kali terjebak dalam pendekatan yang terkotak-kotak (*siloed approach*). Masalah ini berakar pada kecenderungan sekularisasi internal di dunia akademik yang memisahkan ranah psikologis dan spiritual secara dikotomis (Marsden, 1998). Akibatnya, pusat-pusat konseling kampus kerap kali diposisikan hanya sebagai unit yang bertugas memulihkan gejala gangguan psikologis, sementara unit kerohanian berfokus pada pembinaan iman dan aktivitas spiritual yang bersifat kognitif-behavioral (Entwistle, 2021). Pemisahan dikotomis ini mengabaikan pandangan antropologis teologis bahwa manusia merupakan makhluk yang holistik, di mana aspek afektif, spiritual, fisik, kognitif, dan relasional saling berkaitan erat (Smith, 2016). Dengan demikian, pertumbuhan spiritual yang matang (*human flourishing*) tidak dapat dipisahkan dari kondisi kesehatan mental maupun kualitas relasi interpersonal yang dimiliki mahasiswa (Vanderweele, 2017). Oleh karena itu, diperlukan sebuah reorientasi konseptual yang mampu menjembatani pemulihan psikologis dan pendewasaan iman mahasiswa di tengah perubahan zaman.

Dalam perspektif psikologi Kristen, fleksibilitas psikologis bukan dipandang sebagai tujuan akhir, melainkan sebagai kapasitas yang memungkinkan individu semakin terbuka terhadap karya Allah dalam hidupnya serta semakin mampu menghidupi nilai-nilai Kristiani dalam relasi dengan sesama. Sejalan dengan pengembangan *Faith-Based Acceptance and Commitment Therapy*, pertumbuhan psikologis dipahami sebagai bagian dari proses transformasi yang berakar pada relasi dengan Allah dan diwujudkan dalam kehidupan yang semakin mencerminkan karakter Kristus (Knabb, 2023).

Artikel ini memaknai sinergi sebagai keterpaduan antara konseling berbasis relasi (*relationship-based counseling*) dan pendidikan transformatif. Konseling berbasis relasi menyediakan ruang yang aman secara psikologis sehingga mahasiswa dapat memproses tekanan emosional, mengembangkan autentisitas diri serta membangun kesiapan untuk terlibat dalam proses pembelajaran (Bayliss-Conway dkk., 2021; Wilson-Ching & Berger, 2024). Selanjutnya, pendidikan transformatif memfasilitasi perubahan cara pandang, karakter, dan identitas mahasiswa melalui proses pembelajaran yang reflektif (Cranton, 2016). Dengan demikian, kedua pendekatan tersebut tidak berjalan sendiri-sendiri, melainkan saling melengkapi dalam mendukung pertumbuhan psikologis, spiritual, dan relasional mahasiswa.

Sebagai respons terhadap permasalahan tersebut, artikel ini menawarkan sebuah pemikiran integratif yang merajut sinergi konseling berbasis relasi (*relationship-based counseling*) dan pendidikan transformatif melalui lensa paradigma spiritualitas relasional (*relational spirituality*). Paradigma ini menolak reduksionisme dan menegaskan bahwa pertumbuhan emosional maupun spiritual manusia terjadi secara optimal di dalam konteks relasi yang aman atau *secure attachment* (Hall & Hall, 2021). Dalam psikologi perkembangan, relasi yang aman berperan sebagai *secure base* yang memungkinkan individu melakukan eksplorasi diri dan regulasi emosi secara sehat (Mikulincer & Shaver, 2016). Konsep kelekatan ini juga berlaku dalam dimensi vertikal, di mana kelekatan yang aman kepada Tuhan terbukti menjadi faktor protektif terhadap gangguan psikologis yang dialami dalam kehidupan (Kirkpatrick, 2005). Pada konteks mahasiswa di Indonesia, kelekatan yang aman kepada Tuhan ditemukan berkorelasi positif dan signifikan dengan kesejahteraan psikologis selama masa perkuliahan (Ningrum & Kusumaningrum, 2023). Temuan-temuan tersebut menunjukkan bahwa kualitas relasi, baik

dengan sesama maupun dengan Tuhan, tidak hanya berkontribusi terhadap kesejahteraan psikologis mahasiswa, tetapi juga menjadi landasan penting bagi proses pendidikan yang bersifat transformatif.

Ketika para pendidik, mentor, dan konselor di PTK mengadopsi prinsip-prinsip konseling berbasis relasi yang dilandasi empati, mereka sedang membangun lingkungan yang aman secara psikologis atau yang dikenal dengan *psychological safety* (Edmondson, 2025). Ruang relasional yang aman ini memungkinkan mahasiswa membuka diri, memproses luka batin masa lalu, mengurangi kecemasan, dan memulihkan fleksibilitas psikologis mereka. Lingkungan belajar yang aman secara psikologis juga mendorong mahasiswa untuk lebih berani mengemukakan gagasan, menerima umpan balik, dan terlibat secara aktif dalam proses pembelajaran, sehingga menjadi salah satu prasyarat penting bagi berlangsungnya pendidikan transformatif (Robinson & Held, 2025)

Pada titik inilah, ruang bagi pendidikan transformatif mulai terbuka. Pemulihan psikologis menjadi fondasi penting bagi mahasiswa untuk mengalami refleksi kritis, pembaruan cara pandang dunia (*worldview*), serta pertumbuhan karakter (Garber, 1996). Dengan demikian, konseling berbasis relasi tidak hanya berfungsi sebagai layanan pendampingan psikologis, tetapi juga mempersiapkan mahasiswa untuk terlibat secara lebih optimal dalam proses pendidikan transformatif. Melalui proses pembelajaran tersebut, mahasiswa tidak hanya menyerap pengetahuan, tetapi juga mengalami transformasi perspektif melalui refleksi kritis (Mezirow & Taylor, 2011) yang dalam konteks pendidikan tinggi Kristen diarahkan pada pembentukan kehidupan yang berpusat pada Kristus.

Berdasarkan latar belakang tersebut, artikel studi literatur ini bertujuan merumuskan kerangka konseptual mengenai sinergi antara konseling berbasis relasi dan pendidikan transformatif. Melalui sintesis literatur ilmiah kontemporer dalam rentang sepuluh tahun terakhir, kajian ini berupaya memetakan bagaimana paradigma spiritualitas relasional dapat menjadi landasan konseptual bagi integrasi layanan konseling dan pendidikan transformatif di Perguruan Tinggi Kristen. Dalam artikel ini, spiritualitas relasional dipahami dalam perspektif teologi Reformed sebagai cara hidup bersama Allah dan sesama yang mengalir dari kesatuan kita dengan Kristus oleh Roh Kudus, yang menata seluruh relasi, panggilan belajar, dan pelayanan di lingkungan Perguruan Tinggi Kristen (Horton, 2011; Kopic, 2017). Kerangka konseptual ini

diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan praktik pendidikan tinggi Kristen yang mendukung kesehatan mental, formasi spiritual, dan *human flourishing* mahasiswa secara holistik (Głównczyński dkk., 2026).

Metode Penelitian atau Pendekatan Pembahasan

Penelitian ini disusun dengan menggunakan metode studi literatur dengan pendekatan *narrative literature review*. Literatur yang dikaji mencakup artikel jurnal ilmiah dan sumber-sumber sekunder yang relevan mengenai efektivitas, perkembangan historis, serta tantangan pendekatan berbasis relasi (*relational practice*) dalam praktik psikososial. Kajian ini juga mencakup teori rekognisi Honneth, dinamika hubungan interpersonal, kepemimpinan berbasis relasi, spiritualitas relasional, pendidikan transformatif, serta karakteristik masyarakat kolektif Indonesia. Literatur yang digunakan diprioritaskan dari publikasi dalam sepuluh tahun terakhir, dengan tetap menggunakan karya-karya klasik yang relevan sebagai landasan konseptual.

Seluruh literatur dianalisis menggunakan pendekatan deskriptif-kualitatif melalui proses sintesis untuk mengidentifikasi konsep-konsep utama, hubungan antarkonsep, serta implikasinya bagi praktik konseling berbasis relasi di Perguruan Tinggi Kristen. Berdasarkan hasil sintesis tersebut, artikel ini membahas definisi dan evolusi praktik konseling berbasis relasi, pengelolaan resistensi dan ketidakpastian dalam konseling, kontribusi intervensi berbasis relasi terhadap kesejahteraan mahasiswa dan praktisi, serta implikasinya terhadap pendidikan transformatif, termasuk implementasinya dalam kurikulum Program Studi Pendidikan Profesi Psikolog Universitas Pelita Harapan (UPH). Pada akhirnya, sintesis literatur tersebut digunakan untuk merumuskan kerangka konseptual mengenai sinergi antara konseling berbasis relasi dan pendidikan transformatif melalui paradigma spiritualitas relasional.

Definisi, Latar Belakang, dan Perkembangan Historis Praktik Berbasis Relasi

Pada dasarnya, praktik berbasis relasi (*relational practice*) menekankan pentingnya membangun hubungan interpersonal yang bermakna di berbagai sektor pelayanan publik, mulai dari dunia kesehatan, pendidikan, keadilan pidana, hingga pekerjaan sosial (Ruch, 2005). Jika ditelusuri ke belakang, pendekatan ini berakar pada model klinis dan *casework* dekade 1950-an dan 1960-an yang dipengaruhi oleh

teori psikodinamika, di mana hubungan profesional itu sendiri diposisikan sebagai instrumen utama dalam intervensi terapeutik. Namun, popularitas pendekatan ini sempat menurun pada dekade 1980-an dan 1990-an akibat kritik dari perspektif Marxis dan feminis yang menilai bahwa pendekatan tersebut cenderung mengabaikan struktur kekuasaan sosial pada tingkat makro.

Menariknya, dunia profesional modern kini justru memperlihatkan kembali kebangkitan pendekatan relasional (Ruch, 2005). Pergeseran paradigma ini sejalan dengan tren tata kelola organisasi yang memasuki Era Hubungan (*Era of Relationships*), yaitu sebuah fase yang memandang interaksi interpersonal sebagai proses timbal balik yang aktif dan setara, melampaui pendekatan kepemimpinan yang berpusat pada figur otoritas maupun situasi semata. Perkembangan ini didorong oleh meningkatnya keprihatinan terhadap dominasi manajerialisme dan birokratisasi yang cenderung berorientasi pada pengelolaan risiko (*risk-averse*). Dalam praktiknya, prosedur birokrasi yang berlebihan sering kali menjadi mekanisme pertahanan organisasi (*organizational defense*) untuk meredam kecemasan ketika menghadapi kasus-kasus yang kompleks. Akibatnya, kebutuhan dan pengalaman klien berisiko terabaikan karena lebih dipandang sebagai objek administratif mekanistik daripada sebagai pribadi yang utuh (Ruch, 2005).

Kritik serupa juga dikemukakan oleh para pemikir psikologi klinis kontemporer yang menyoroti dominasi "era protokol untuk sindrom" (*protocol for syndrome era*). Praktik konvensional tersebut dianggap mendorong terapis untuk terlalu berfokus pada penerapan protokol intervensi sehingga hanya menerapkan "relasionalitas lemah" (*weak relationality*), yaitu memandang hubungan interpersonal sebatas sebagai faktor pendukung untuk meningkatkan motivasi pasien. Sebaliknya, praktik psikologi modern mulai mengarah pada "relasionalitas radikal atau kuat" (*strong or radical relationality*), yaitu cara pandang yang menempatkan relasi sebagai dasar dalam memahami manusia, peristiwa, dan konteks kehidupannya, sebelum memandang individual secara terpisah dari lingkungan sosialnya. Paradigma baru ini menegaskan bahwa relasi bukanlah faktor di luar diri manusia, melainkan sebuah karakteristik ontologis dari individu itu sendiri; manusia mengalami, memaknai, dan menjadi dirinya di dalam dan melalui keterhubungan tersebut (Himawan, 2025).

Untuk menopang cara pandang ini, pendekatan berbasis relasi bertumpu pada empat asumsi utama (Himawan, 2025). Pertama, manusia adalah makhluk relasional yang menemukan makna diri melalui keterhubungan. Kedua, keberfungsian psikologis dipengaruhi oleh empat matriks relasi yang saling berkaitan, yakni: relasi eksistensial (transendental dengan Sang Pencipta), relasi intrapsikis (refleksi dan penerimaan diri), relasi sosial (dengan sesama), dan relasi ekologis (dengan alam sekitar). Ketiga, mayoritas gangguan mental berakar pada disfungsi relasional (keterputusan atau konflik). Keempat, proses pemulihan hanya dapat berjalan optimal melalui pengalaman relasional yang suportif dan autentik. Integrasi inilah yang mampu menjembatani dinamika psikologis internal dengan realitas sosial lingkungan, sebuah keseimbangan yang mutlak dibutuhkan dalam membedah karakteristik masyarakat Indonesia yang kental akan nilai kolektivisme (Himawan, 2024).

Keempat asumsi tersebut selaras dengan pandangan antropologi Kristen yang memandang manusia sebagai pribadi yang diciptakan untuk hidup di dalam relasi dengan Allah, sesama, diri sendiri, dan ciptaan. Dalam perspektif ini, relasi dengan Allah menjadi fondasi yang memberi arah bagi relasi-relasi lainnya. Oleh karena itu, keberfungsian psikologis dan pertumbuhan spiritual dipahami sebagai dua aspek yang saling berkaitan dalam pembentukan manusia yang utuh (Knabb, 2023).

Kontribusi Teori Rekognisi (*Recognition Theory*) dalam Hubungan Profesional

Dalam ruang lingkup perguruan tinggi Kristen, pencarian makna dan pembentukan karakter mahasiswa tidak dapat dipisahkan dari jalinan hubungan antarpribadi yang sehat. Teori rekognisi yang digagas oleh Axel Honneth menawarkan fondasi konseptual yang kokoh bagi perwujudan spiritualitas relasional ini (Turney, 2012). Honneth memetakan tiga pilar pengakuan sosial yang dibutuhkan manusia, yaitu pengakuan cinta (*love*), pengakuan hukum (*legal recognition*), dan apresiasi sosial (*social appreciation*). Dalam konteks konseling berbasis relasi, ketiga pilar ini diwujudkan melalui kepedulian emosional yang tulus, penghormatan terhadap hak moral individu, serta penghargaan terhadap keunikan pribadi maupun latar belakang budaya seseorang.

Ketika sebuah institusi pendidikan tinggi Kristen mengintegrasikan spiritualitas relasional ke dalam layanan konselingnya, praktik konseling

tidak lagi hanya berfokus pada pengurangan gejala klinis, tetapi juga memandang konseli sebagai manusia seutuhnya (Ruch, 2005). Pendekatan ini membantu memastikan bahwa mahasiswa dengan persoalan psikologis atau komorbiditas yang kompleks tidak terpinggirkan oleh sistem administratif kampus. Sebaliknya, kegagalan dalam memberikan pengakuan (*misrecognition*) dipandang sebagai bentuk pelecehan moral yang dapat memicu luka batin, rasa malu, serta merusak otonomi diri konseli. Bentuk pengakuan yang utuh, terutama apresiasi sosial, sangat krusial dalam masyarakat Indonesia yang bercirikan budaya kolektivistik, di mana harmoni relasi dan penerimaan kelompok memiliki peran yang besar terhadap kesehatan mental mereka (Himawan, 2024). Pengalaman memperoleh pengakuan melalui hubungan konseling juga membantu mahasiswa mengembangkan rasa aman, keterbukaan, dan kepercayaan diri untuk terlibat secara lebih aktif dalam proses pembelajaran. Melalui pengakuan yang autentik inilah, konseling berbasis relasi di perguruan tinggi Kristen tidak hanya mendukung proses pemulihan psikologis, tetapi juga mempersiapkan mahasiswa untuk menjalani proses pendidikan yang bersifat transformatif.

Tantangan Relasional dalam Konseling Kampus: Resistensi, Kekuasaan, dan Manajemen Ketidakpastian

Membangun sinergi antara konseling berbasis relasi dan pendidikan transformatif di lingkungan perguruan tinggi sering kali menghadapi berbagai tantangan etis dan praktis. Konselor kampus kerap berhadapan dengan mahasiswa tidak sukarela (*involuntary clients*) yang datang membawa resistensi, kecemasan, atau ketidakpercayaan yang mendalam (Ruch, 2005). Sikap defensif mahasiswa ini biasanya muncul akibat adanya stigma terhadap layanan konseling maupun ketakutan akan penilaian negatif dari lingkungan kampus sebelum proses konseling dimulai. Menghadapi situasi yang sarat muatan emosional ini, praktisi dituntut memiliki kapasitas reflektif yang memadai. Konselor tidak perlu tergesa-gesa mengambil tindakan yang bersifat represif atau defensif, tetapi perlu mampu merangkul ketidakpastian dan mempertahankan sikap "ketidakpastian yang penuh hormat" (*respectful uncertainty*).

Implikasi praktis dari pendekatan berbasis relasi melampaui perubahan cara berpikir teoretis. Dalam praktik konseling, fokus tidak lagi terbatas pada penerapan protokol intervensi atau pengurangan gejala, tetapi juga pada pemahaman terhadap kualitas relasi eksistensial,

intrapsikis, sosial, dan ekologis yang membentuk pengalaman individu. Dengan demikian, hubungan terapeutik tidak hanya menjadi sarana penyampaian teknik intervensi, tetapi juga menjadi pengalaman relasional yang memulihkan (*corrective relational experience*). Perspektif yang sama juga mendorong penelitian psikologi untuk memandang relasi bukan sekadar sebagai variabel, melainkan sebagai kerangka konseptual dalam memahami pengalaman manusia.

Tantangan tersebut menjadi semakin kompleks karena adanya ketimpangan relasi kuasa dalam interaksi profesional di lingkungan kampus (Martin dkk., 2019). Inkongruensi antara investasi emosional konselor dan ekspektasi mahasiswa berpotensi memicu ketidaksepakatan relasional (*relational disagreement*). Ketika usulan atau suara mahasiswa tidak memperoleh pengakuan (*voice non-endorsement*), konselor perlu menerapkan pola komunikasi yang sensitif dan berorientasi relasional untuk membangun kembali rasa aman dalam menyampaikan pendapat (*voice safety*). Di samping itu, mengelola emosi kolektif seperti rasa malu (*shame*) yang berkaitan dengan ketakutan akan sanksi sosial di Indonesia menuntut konselor memiliki kerendahan hati budaya (*cultural humility*) (Browning dkk., 2026). Kompetensi ini sangat penting untuk mencegah mengerasnya pola pertahanan organisasional, ketika kecemasan dan rasa malu yang tidak terkelola berubah menjadi defensive routines yang melindungi citra institusi tetapi menghambat pembelajaran relasional dan empati (Yang dkk., 2022). Dalam konteks kampus, pola defensif semacam ini dapat muncul melalui kebiasaan sehari-hari, bahasa, dan prosedur yang menormalkan penghindaran umpan balik serta membungkam suara mahasiswa (Auqui-Caceres & Furlan, 2026). Kemampuan konselor untuk mengenali dan mengelola dinamika relasional menjadi kunci untuk mencegah sikap bertahan diri berlebihan di tingkat lembaga dan membuka ruang dialog yang lebih setara, sejalan dengan pengembangan cara-cara sistematis untuk memetakan dan mengurangi pola resisten di organisasi publik agar institusi pendidikan tinggi lebih akuntabel dan responsif terhadap pengalaman mahasiswa, dosen, dan tenaga kependidikan yang terlibat di dalamnya (Yang dkk., 2025). Dengan demikian, proses konseling tidak hanya menjadi lebih efektif, tetapi juga berkontribusi pada terbentuknya kultur pendidikan yang reflektif dan transformatif.

Dampak Konseling Berbasis Relasi Menuju *Human Flourishing* Konseli dan Praktisi

Tujuan akhir dari sinergi antara konseling berbasis relasi dan pendidikan transformatif di perguruan tinggi Kristen adalah tercapainya *human flourishing*, yaitu suatu kondisi ketika manusia mengalami pertumbuhan yang optimal dalam aspek mental, spiritual, relasional, dan sosial (Ruch, 2005). Dalam artikel ini, *human flourishing* dipahami dalam perspektif teologi Reformed sebagai hidup manusia yang menemukan kepenuhan sejatinya hanya dalam relasi dengan Kristus, sehingga karakter Kristus menjadi kunci bagi kesejahteraan dan keutuhan hidup manusia (Nangle, 2024), sekaligus sebagai penggenapan maksud-maksud baik Allah bagi manusia yang mencakup relasi dengan Allah, relasi dengan sesama, kehidupan jasmani yang utuh, dan penghayatan panggilan dalam konteks tertentu (Messer, 2021). Bagi mahasiswa sebagai konseli, hubungan konseling yang aman dan penuh penerimaan bertindak sebagai pengalaman emosional reparatif (*reparative emotional experience*) yang efektif dalam meredam stres, memperbaiki regulasi emosi, dan mencegah re-traumatisasi. Di sisi lain, relasi interpersonal yang berkualitas di lingkungan akademik juga terbukti mampu menumbuhkan pemberdayaan psikologis yang lebih kuat pada diri mahasiswa. Kondisi tersebut tidak hanya mendukung pemulihan psikologis, tetapi juga mempersiapkan mahasiswa untuk terlibat secara lebih optimal dalam proses pembelajaran, refleksi diri, dan pembentukan karakter.

Bagi para praktisi dan dosen, ekosistem kerja yang menghargai spiritualitas relasional secara signifikan meningkatkan kepuasan kerja dan kohesi tim (Ruch, 2005). Aliansi terapeutik yang kokoh diakui secara empiris sebagai mediator utama dari perubahan klinis dan personal yang positif. Namun, keberhasilan aliansi ini sangat bergantung pada kematangan internal konselor itu sendiri, termasuk gaya kelekatan dan kapasitas empati yang dimiliki. Oleh karena itu, pengembangan kapasitas reflektif melalui praktik *mindfulness* dalam proses konseling menjadi sangat krusial. Dalam perspektif integrasi iman, keseimbangan psikologis ini digambarkan secara alegoris melalui kisah Maria dan Marta, di mana keheningan batin Maria mewakili kontemplasi yang berbasis penerimaan (*acceptance-based*), sedangkan keaktifan Marta mewakili aksi nyata yang berkomitmen (*committed action*) (Knabb, 2023). Keduanya merupakan elemen integral yang harus tinggal bersama secara damai di dalam diri

praktisi maupun konseli (Knabb, 2023). Kombinasi antara belas kasih diri (*self-compassion*) dan fleksibilitas psikologis terbukti menjadi faktor protektif yang membantu psikolog kampus terhindar dari kelelahan emosional (*emotional exhaustion*). Pada akhirnya, ketika konselor dan konseli sama-sama bertumbuh dalam ruang relasional yang sehat, *human flourishing* tidak hanya tercermin dalam meningkatnya kesejahteraan psikologis, tetapi juga dalam berkembangnya karakter, spiritualitas, dan kualitas relasi yang mendukung terwujudnya pendidikan transformatif di perguruan tinggi Kristen (Himawan, 2024).

Kurikulum Relasional sebagai Wujud Pendidikan Transformatif di UPH

Fakultas Psikologi Universitas Pelita Harapan (UPH) merespons kebutuhan akan paradigma spiritualitas relasional ini melalui sebuah langkah pendidikan transformatif. Berdasarkan Surat Keputusan Menteri Pendidikan Tinggi, Sains, dan Teknologi Nomor 539/B/O/2026 per tanggal 12 Mei 2026, Fakultas Psikologi UPH secara resmi mendirikan Program Studi Pendidikan Profesi Psikolog. Kehadiran program ini dirancang untuk mempersiapkan psikolog yang kompeten secara relasional, reflektif, dan peka terhadap konteks budaya dalam praktik profesional.

Salah satu karakteristik utama program profesi UPH ini adalah mata kuliah kekhususan, yaitu "Dasar-Dasar Pendekatan Berbasis Relasi Dalam Praktik Psikologi Dengan Landasan Kristen." Mata kuliah ini mengintegrasikan sains psikologi berbasis proses (*process-based therapy*) dengan teologi Kristen sebagai landasan dalam memahami manusia secara utuh (Browning dkk., 2026). Desain akademik tersebut menawarkan suatu pendekatan alternatif terhadap kecenderungan "era protokol untuk sindrom" (*protocol for syndrom era*) yang lebih menekankan penerapan protokol mekanistik dan berpotensi mengabaikan keunikan setiap individu.

Melalui mata kuliah ini, konsep pemulihan (*recovery*) tidak lagi diajarkan semata-mata sebagai hilangnya gejala, melainkan sebagai proses pertumbuhan yang dinamis, disengaja dan berakar pada relasi melalui pengambilan keputusan bersama (Browning dkk., 2026). Mahasiswa dibekali dengan keterampilan refleksi yang holistik untuk mengelola kecemasan klinis di lapangan (Ruch, 2005), kompetensi komunikasi *dyadic* untuk membangun hubungan profesional yang sehat, serta kepekaan transdiagnostik dalam memahami stresor sistemik di Indonesia. Dengan demikian, sinergi antara konseling berbasis relasi dan

pendidikan transformatif di perguruan tinggi Kristen ini selaras dengan visi UPH sebagai universitas yang berpusat pada Kristus dan berkomitmen menghasilkan pemimpin masa depan yang takut akan Tuhan, kompeten, dan profesional melalui pendidikan yang unggul, holistik, dan transformasional. Dalam kerangka tersebut, pengembangan human flourishing mahasiswa lewat relasi konseling yang aman dan relasi akademik yang memberdayakan sekaligus mendukung profil lulusan Fakultas Psikologi UPH sebagai sarjana psikologi berwawasan Kristen Alkitabiah, pemimpin dengan visi transformasi, dan warga negara yang melayani Tuhan, bangsa, dan sesamanya.

Kesimpulan

Artikel ini menegaskan bahwa konseling berbasis relasi dan pendidikan transformatif saling menguatkan dan hanya menghasilkan perubahan yang mendalam ketika ditopang oleh paradigma spiritualitas relasional. Pemulihan psikologis, pendalaman spiritualitas, dan pembelajaran reflektif ditemukan bertumbuh dari pengalaman relasi yang aman, penuh pengakuan, peka terhadap dinamika kuasa, dan berakar pada relasi dengan Kristus. Konseling berbasis relasi menyediakan ruang pemulihan luka emosional, pengelolaan resistensi, dan pemulihan fleksibilitas psikologis, sehingga mempersiapkan mahasiswa untuk lebih terbuka pada proses pendidikan yang bersifat transformatif. Pendidikan transformatif kemudian mengarahkan refleksi kritis, pembaruan cara pandang, dan pembentukan karakter yang mengintegrasikan dimensi psikologis, spiritual, dan relasional. Dengan demikian, kerangka konseptual yang ditawarkan menegaskan bahwa integrasi organik antara layanan konseling dan proses pendidikan di Perguruan Tinggi Kristen merupakan salah satu jalan strategis untuk menumbuhkan kesehatan mental, kedewasaan rohani, dan *human flourishing* mahasiswa secara holistik.

DAFTAR PUSTAKA

- Auqui-Caceres, M. V., & Furlan, A. (2026). Why do defensive routines persist in organizational contexts? Results from a two-year ethnographic action research. *European Management Review*, 1–25. <https://doi.org/10.1111/emre.70055>
- Bayliss-Conway, C., Price, S., Murphy, D., & Joseph, S. (2021). Client-centred therapeutic relationship conditions and authenticity: a

- prospective study. *British Journal of Guidance and Counselling*, 49(5), 637–647. <https://doi.org/10.1080/03069885.2020.1755952>
- Browning, M. E., Kirk, N. P. Van, Lloyd-richardson, E. E., & Kuckertz, J. M. (2026). Processes of Change: Integrating Relationality with Cognitive-Behavioral and Acceptance Constructs. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 55(3), 209–217. <https://doi.org/10.1007/s10879-025-09670-0>.Processes
- Cranton, P. (2016). The Context of Transformative Learning. In *Understanding and Promoting Transformative Learning: A Guide to Theory and Practice* (pp. 1–14). <https://www.taylorfrancis.com/chapters/mono/10.4324/9781003448433-1/context-transformative-learning-patricia-cranton?context=ubx&refId=9048377b-9313-4d22-9a0b-fbd93b342930>
- Edmondson, A. C. (2025). *The Fearless Organization: Creating Psychological Safety in the Workplace for Learning, Innovation, and Growth*. Hoboken, New Jersey: Wiley. <https://books.google.co.id/books?id=ZjGFEQAAQBAJ>
- Entwistle, D. N. (2021). *Integrative Approaches to Psychology and Christianity, Fourth Edition: An Introduction to Worldview Issues, Philosophical Foundations, and Models of Integration*. Eugene, United States: Cascade Books. <https://books.google.co.id/books?id=TShMEAAAQBAJ>
- Felch, S. M., & Felch, S. M. (2026). Christian Higher Education in a Global Context Christian Higher Education in a Global Context. *Christian Higher Education*, 25(1–2), 7–20. <https://doi.org/10.1080/15363759.2026.2647098>
- Garber, S. (1996). *The Fabric of Faithfulness: Weaving Together Belief & Behavior During the University Years*. Lisle, Illinois: InterVarsity Press. <https://books.google.co.id/books?id=kAH-twEACAAJ>
- Główczyński, P., Dębski, P., & Badura, K. (2026). The Relationship Between Spiritual Practices , Mental Health , and Psychosocial Functioning : Narrative Review. *Race and Social Problems*, 18(1), 1–13. <https://doi.org/10.1007/s12552-025-09474-w>
- Hall, T. W., & Hall, M. E. L. (2021). *Relational Spirituality: A Psychological-Theological Paradigm for Transformation*. Lisle, Illinois: InterVarsity Press.
- Hayes, S. C., Luoma, J. B., Bond, F. W., Masuda, A., & Lillis, J. (2006). Acceptance and Commitment Therapy : Model , processes and

- outcomes. *Behaviour Research and Therapy*, 44, 1–25.
<https://doi.org/10.1016/j.brat.2005.06.006>
- Himawan, K. K. (2024). MENGGALI KEARIFAN KOLEKTIVISME : PENDEKATAN BERBASIS RELASI DALAM PENELITIAN DAN PRAKTIK PSIKOLOGI DI INDONESIA. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 11(1), 1–5.
<https://doi.org/10.24854/jpu1016>
- Himawan, K. K. (2025). MENGGALI KEARIFAN KOLEKTIVISME II : LINGKUP DAN FONDASI PENDEKATAN BERBASIS RELASI DALAM PSIKOLOGI ULAYAT. *Jurnal Psikologi Ulayat*, 13(1), 1–6.
<https://doi.org/10.24854/jpu1580>
- Horton, M. (2011). *The Christian faith: A systematic theology for pilgrims on the way*. Grand Rapids, United States: Zondervan.
- Hysing, M., Petrie, K. J., Harvey, A. G., & Sivertsen, B. (2026). From loneliness to depression: A longitudinal diagnostic study among Norwegian university students. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 61(3), 449–459. <https://doi.org/10.1007/s00127-025-02989-y>
- Kapic, K. M. (2017). *Embodied hope: A theological meditation on pain and suffering*. Lisle, Illinois: InterVarsity Press.
- Kirkpatrick, L. A. (2005). *Attachment, Evolution, and the Psychology of Religion*. New York: Guilford Publications.
<https://books.google.co.id/books?id=7-3UvJk5XY8C>
- Knabb, J. J. (2023). *Faith-Based ACT for Christian Clients: An Integrative Treatment Approach* (2nd ed.). Routledge: Taylor & Francis Group.
- Lipson, S. K., Zhou, S., Abelson, S., Heinze, J., Jirsa, M., Morigney, J., Patterson, A., Singh, M., & Eisenberg, D. (2022). Trends in College Student Mental Health and Help-Seeking by Race/Ethnicity: Findings from the national Healthy Minds Study, 2013–2021. *Journal of Affective Disorders*, 306, 138–147.
<https://doi.org/10.1016/j.jad.2022.03.038>
- Marsden, G. M. (1998). *The Outrageous Idea of Christian Scholarship*. Oxford University Press.
<https://doi.org/10.1093/acprof:oso/9780195122909.001.0001>
- Martin, R., Epitropaki, O., Erdogan, B., & Thomas, G. (2019). Relationship-based leadership : Current trends and future prospects. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 92, 465–474.
<https://doi.org/10.1111/joop.12286>
- Messer, N. G. (2021). Human Flourishing. In M. T. Lee, L. D. Kubzansky, & T. J. Vanderweele (Eds.), *Measuring Well-Being* (pp. 285–305).

- Oxford University Press. <https://doi.org/10.1093/oso/9780197512531.003.0011>
- Mezirow, J., & Taylor, E. W. (2011). *Transformative Learning in Practice: Insights from Community, Workplace, and Higher Education*. San Francisco, California: Wiley. <https://books.google.co.id/books?id=OcVhvLDB22MC>
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2016). *Attachment in Adulthood, Second Edition: Structure, Dynamics, and Change*. New York: Guilford Publications. <https://books.google.co.id/books?id=GMA CwAAQBAJ>
- Nangle, J. (2024). *A christological vision for human flourishing*. <https://institute4fc.org/a-christological-vision-for-human-flourishing>
- Ningrum, Z. L., & Kusumaningrum, F. A. (2023). *The Relationship between Attachment to God and Students' Psychological Well-Being*. 403–408. https://10.2991/978-2-494069-49-7_67
- Ousman, Y., & Nazir, T. (2023). Loneliness among university students as a growing concern. *Journal of Family, Counseling and Education*, 8(2), 86–99. <https://doi.org/10.1056/nejm199104113241513>
- Robinson, H., & Held, F. (2025). Psychological safety in online interdisciplinary student teams: What teachers can do to promote an effective climate for knowledge sharing, collaboration and problem-solving. *Active Learning in Higher Education*, 26(3 Themed Issue: Active Learning Approaches to Developing Critical Thinking), 445–462. <https://doi.org/10.1177/14697874241275346>
- Ruch, G. (2005). Relationship-based practice and reflective practice : holistic approaches to contemporary child care social work. United Kingdom: *Child and Family Social Work*, May, 111–123. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2206.2005.00359.x>
- Smith, J. K. A. (2016). *You Are What You Love: The Spiritual Power of Habit*. Baker Publishing Group. <https://books.google.co.id/books?id=dw8 CgAAQBAJ>
- Tan, G. X. D., Soh, X. C., Hartanto, A., Goh, A. Y. H., & Majeed, N. M. (2023). Prevalence of anxiety in college and university students: An umbrella review. *Journal of Affective Disorders Reports*, 14(September), 100658. <https://doi.org/10.1016/j.jadr.2023.100658>
- Tippens, D. (2008). Scholars and Witnesses: In S. T. Beers (Ed.), *The Soul of a Christian University* (pp. 21–36). ACU Press. <https://doi.org/10.2307/j.ctv310vnzh.6>

- Turney, D. (2012). A relationship-based approach to engaging involuntary clients : the contribution of recognition theory. *Child and Family Social Work*, 1–11. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2206.2012.00830.x>
- Vanderweele, T. J. (2017). On the promotion of human flourishing. *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, 114(31), 8148–8156. <https://doi.org/10.1073/pnas.1702996114>
- Wilson-Ching, M., & Berger, E. (2024). Relationship building strategies within trauma informed frameworks in educational settings: a systematic literature review. *Current Psychology*, 43(4), 3464–3485. <https://doi.org/10.1007/s12144-023-04590-5>
- Yang, Y., Secchi, D., & Homberg, F. (2022). Organizational structure and organizational learning: The moderating role of organizational defensive routines. *Journal of General Management*, 47(4), 259–270. <https://doi.org/10.1177/03063070211038922>
- Yang, Y., Secchi, D., & Homberg, F. (2025). Measuring defensive routines: a tool for identifying dysfunctions in public organizations. *International Journal of Public Sector Management*. <https://doi.org/10.1108/IJPSM-02-2024-0050>