



Pendekatan Pendidikan Agama Kristen untuk Membangun Komunikasi Efektif dalam Keluarga Dewasa Pendekatan Pendidikan Agama Kristen untuk Membangun Komunikasi Efektif dalam Keluarga Dewasa

Irma Julita Simanjuntak¹, Panni Debora Simbolon²,
Meliana Yulan Sari Sagala³

^{1,2,3}Institut Agama Kristen Negeri Tarutung, Indonesia

E-mail: simanjuntakirma48@gmail.com, simbolonpanni76@gmail.com Sagalameliana728@gmail.com

Article Info

Article history:

Received Desember 02, 2025

Revised Desember 12, 2025

Accepted Desember 15, 2025

Keywords:

Christian Religious Education,
Family Communication,
Christian Values, Adult Families,
PAK Approach.

ABSTRACT

This study explores how Christian Religious Education (PAK) can serve as an effective approach to building healthy and constructive communication within adult families. PAK provides theological foundations, moral values, and practical skills that help families develop relationships rooted in love, honesty, forgiveness, and peace. The discussion includes the definition of PAK, the meaning of family communication from a Christian perspective, the application of biblical values in family interactions, and strategies for implementing PAK to strengthen communication. Additionally, various factors that hinder effective communication in adult families such as busyness, personality differences, technological influences, and unresolved conflicts are examined. The findings show that PAK can function as a tool for spiritual and relational transformation, enabling adult families to build communication that is effective, harmonious, and aligned with the example of Christ.

This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



Article Info

Article history:

Received Desember 02, 2025

Revised Desember 12, 2025

Accepted Desember 15, 2025

Kata Kunci:

Pendidikan Agama Kristen,
Komunikasi Keluarga, Nilai
Kristen, Keluarga Dewasa,
Relasi, Pendekatan PAK.

ABSTRAK

Penelitian ini membahas bagaimana Pendidikan Agama Kristen (PAK) dapat menjadi pendekatan efektif dalam membangun komunikasi yang sehat dan konstruktif dalam keluarga dewasa. PAK memberikan dasar teologis, nilai-nilai moral, serta keterampilan praktis yang menolong keluarga membangun relasi berdasarkan kasih, kejujuran, pengampunan, dan damai sejahtera. Pembahasan mencakup pengertian PAK, makna komunikasi keluarga dalam perspektif Kristen, penerapan nilai-nilai Alkitab dalam interaksi keluarga, serta strategi implementasi PAK untuk memperkuat komunikasi. Selain itu, diuraikan pula berbagai faktor penghambat komunikasi keluarga dewasa seperti kesibukan, perbedaan karakter, pengaruh teknologi, dan konflik yang belum terselesaikan. Hasil kajian menunjukkan bahwa PAK mampu menjadi instrumen transformasi spiritual dan relasional yang membantu keluarga dewasa membangun komunikasi yang efektif, harmonis, dan sesuai dengan teladan Kristus.

This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



Corresponding Author:Irma Julita Simanjuntak¹

Institut Agama Kristen Negeri Tarutung, Indonesia

Email: simanjuntakirma48@gmail.com

PENDAHULUAN

Dalam keluarga dewasa, komunikasi yang efektif menjadi elemen kunci untuk menjaga kualitas relasi, khususnya di tengah tekanan kehidupan modern, perubahan sosial, serta tuntutan peran yang semakin kompleks. Pendidikan Agama Kristen (PAK) berperan signifikan dalam membentuk komunikasi tersebut karena PAK tidak hanya menanamkan dasar-dasar teologi, tetapi juga menumbuhkan karakter, sikap, dan nilai-nilai Kristiani yang menjadi pedoman dalam membangun interaksi yang sehat. Dwiraharjo menjelaskan bahwa PAK bertindak sebagai proses pendewasaan iman yang membantu orang percaya menerapkan prinsip Alkitab dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk dalam cara mereka berkomunikasi satu sama lain.¹ Dengan pendekatan yang tepat, PAK dapat memperlengkapi orang dewasa untuk menciptakan hubungan keluarga yang saling menghormati, memahami, dan menghargai.

Anthony dan Estep menekankan bahwa inti dari pendidikan Kristen terletak pada transformasi kehidupan, bukan sekadar pemberian informasi.² Perubahan hidup ini tercermin dalam kemampuan seseorang berkomunikasi secara matang, penuh tanggung jawab, dan mencerminkan pertumbuhan rohani yang sehat. Pandangan ini diperkuat oleh Sidjabat yang menyatakan bahwa pendidikan iman harus menghasilkan perilaku yang dilandasi kasih, kejujuran, kemauan mendengarkan, serta komitmen untuk membangun hubungan yang baik.³ Oleh karena itu, penerapan PAK secara dialogis, kontekstual, dan berlandaskan nilai Alkitab menjadi sangat penting dalam menolong keluarga dewasa menciptakan komunikasi yang harmonis.

Selain itu, berbagai prinsip komunikasi Kristen memiliki kontribusi besar dalam kehidupan keluarga. Olson(2014) menekankan bahwa komunikasi yang sehat ditandai oleh pesan yang jelas, kemampuan memahami perasaan orang lain, serta sikap saling menghargai sebagai wujud nyata kasih dalam praktik keluarga. Pendapat senada dikemukakan oleh Wright (2000), yang menyatakan bahwa relasi keluarga yang kuat dibangun melalui komunikasi yang sabar, terbuka, dan penuh pengampunan sebagai ekspresi iman yang bertumbuh. Jika nilai-nilai ini dipadukan dengan pendidikan iman yang mendalam, keluarga dewasa akan mampu membangun pola komunikasi yang positif, menghindari konflik yang merusak, serta memperkuat hubungan antaranggotanya. Dengan demikian, pendekatan PAK tidak sekadar menjadi sarana pembelajaran iman, tetapi juga fondasi untuk membangun komunikasi keluarga yang spiritual, relasional, dan transformatif.

METODE PENELITIAN

¹ Daniel Fajar Dwiraharjo, Pendidikan Agama Kristen dalam Perspektif Kontemporer (Yogyakarta: ANDI, 2020), 45

² James R. Estep, Michael J. Anthony, & Gregg R. Allison, *A Theology for Christian Education* (Nashville: B&H Publishing, 2012), 73.

³ B. S. Sidjabat, *Mengajar Secara Profesional* (Bandung: Kalam Hidup, 2017), 128.



Penelitian ini memakai pendekatan kualitatif dengan metode studi kepustakaan (*library research*), karena penelitian berfokus pada analisis konsep, teori, dan pendekatan Pendidikan Agama Kristen (PAK) yang berhubungan dengan pembangunan komunikasi efektif dalam keluarga dewasa. Melalui metode ini, peneliti dapat menelusuri dan menggali berbagai sumber tertulis secara mendalam, baik berupa buku-buku PAK, jurnal ilmiah, artikel teologis, maupun hasil penelitian terdahulu yang relevan. Zed menjelaskan bahwa studi kepustakaan memberi peluang bagi peneliti untuk memahami suatu fenomena secara menyeluruh tanpa perlu melakukan observasi lapangan.⁴ Dalam proses tersebut, peneliti menggunakan beragam literatur utama, termasuk karya Dwiraharjo, Estep & Anthony, Sidjabat, Olson, dan Wright, yang membahas tema Pendidikan Agama Kristen, komunikasi keluarga, serta teori hubungan interpersonal.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengertian Pendidikan Agama Kristen (PAK)

Pendidikan Agama Kristen (PAK) adalah proses pembelajaran yang bertujuan menolong seseorang mengenal Allah, bertumbuh dalam iman kepada Kristus, serta menerapkan nilai-nilai kekristenan dalam kehidupan sehari-hari. PAK bukan hanya kegiatan mengajar pengetahuan agama, tetapi sebuah proses pembentukan karakter, spiritualitas, moral, dan relasi yang mencerminkan teladan Kristus.

Para ahli menjelaskan bahwa PAK mencakup transformasi hidup melalui pemahaman firman Tuhan, pengalaman iman, serta tindakan nyata dalam komunitas. Menurut Sidjabat(2017), PAK merupakan usaha sadar yang dilakukan secara terencana untuk membimbing peserta didik hidup sesuai dengan kehendak Allah. Sementara itu, Dwiraharjo menegaskan bahwa PAK bertujuan membawa individu kepada pertumbuhan iman yang matang sehingga relasinya dengan Allah dan sesama mengalami pembaruan.² Estep, Anthony, dan Allison(2012) juga menambahkan bahwa PAK adalah proses pendidikan yang berpusat pada Alkitab, dikerjakan oleh komunitas Kristen, dan menghasilkan perubahan hidup yang selaras dengan tujuan Allah bagi manusia.

Dengan demikian, PAK dapat dipahami sebagai proses pendidikan yang holistik, mencakup aspek kognitif (pengetahuan iman), afektif (penghayatan iman), dan psikomotorik (praktik hidup Kristen). PAK bekerja melalui pengajaran, pembinaan rohani, keteladanan, dan partisipasi dalam kehidupan gereja untuk membentuk pribadi yang dewasa secara spiritual dan bertanggung jawab secara moral dalam setiap dimensi kehidupan.

Peran Nilai Kristen dalam Membentuk Komunikasi Efektif

Prinsip kasih menjadi poros utama yang menuntun setiap anggota keluarga untuk bersikap menerima, menghargai, serta memahami satu sama lain, bahkan ketika terjadi perbedaan pendapat atau ketegangan emosional. Dalam 1 Korintus 13, Paulus menggambarkan kasih sebagai sikap yang penuh kesabaran, murah hati, tidak mudah tersinggung, dan tidak mengingat-ingat kesalahan orang lain. Nilai-nilai tersebut membentuk pola interaksi yang penuh empati, jauh dari respons agresif, dan mendorong terciptanya suasana komunikasi yang membangun. Dengan demikian, kasih tidak sekadar dimaknai sebagai perasaan, melainkan sebagai tindakan konkret dalam berkomunikasi. Frame menegaskan bahwa etika Kristen bukan hanya berfokus pada penyampaian kebenaran, tetapi

⁴ Mestika Zed, *Metode Penelitian Kepustakaan* (Jakarta: Yayasan Obor Indonesia, 2008), 3.



juga pada cara dan sikap hati ketika menyampaikan kebenaran tersebut, sehingga komunikasi tetap mencerminkan kemuliaan Allah dan kebaikan bagi sesama.⁵

Selain kasih, nilai pengampunan memiliki pengaruh signifikan terhadap keharmonisan komunikasi dalam keluarga. Sikap bersedia mengampuni melepaskan keluarga dari pola komunikasi yang merusak, seperti saling menyalahkan, mengungkit kesalahan lama, atau menyerang secara verbal. Stott menjelaskan bahwa pengampunan Kristen merupakan puncak ekspresi kasih karena memungkinkan pemulihan hubungan yang retak dan membuka jalan bagi rekonsiliasi.⁵ Dalam dinamika keluarga dewasa, pengampunan menjadi kekuatan yang meredakan ketegangan dan memungkinkan dialog berlangsung secara lebih tulus dan aman. Hal ini sejalan dengan pandangan Wright (1999) yang menyebut bahwa pengampunan merupakan langkah penting dalam memulihkan hubungan antarmanusia, baik dalam ranah pribadi maupun keluarga.

Nilai kerendahan hati (*humility*) juga merupakan elemen penting dalam hubungan komunikasi keluarga. Kerendahan hati mendorong individu untuk tidak memaksakan kehendaknya sendiri, bersedia mengakui kekeliruan, serta membuka diri untuk mendengarkan dan mempelajari perspektif pasangannya. Lewis(2001) menjelaskan bahwa kerendahan hati sejati bukan tentang merendahkan diri secara ekstrem, tetapi tentang menempatkan perhatian pada kebutuhan dan perasaan orang lain. Nilai ini menciptakan lingkungan komunikasi yang lebih konstruktif karena menghilangkan sikap defensif dan superioritas yang sering kali menjadi sumber konflik. Pandangan Lewis ini diperkuat oleh Willard (1988) yang menyatakan bahwa kerendahan hati adalah sikap yang membantu seseorang membangun relasi yang penuh kedamaian dan saling mendukung.

Tidak hanya itu, nilai kejujuran berfungsi sebagai fondasi yang memperkuat rasa percaya dan keterbukaan dalam keluarga. Kejujuran dalam perspektif Kristen bukanlah keterusterangan yang menyakiti, tetapi pengungkapan kebenaran yang dilakukan dengan bijaksana. Cloud dan Townsend menegaskan bahwa kejujuran harus berjalan beriringan dengan batasan yang sehat, sehingga komunikasi tetap menjaga martabat dan keharmonisan relasi.⁷ Dalam konteks keluarga dewasa, kejujuran yang penuh kebijaksanaan membantu anggota keluarga memahami kebutuhan emosional, pergumulan, dan harapan satu sama lain secara lebih mendalam. Perkins menambahkan bahwa kejujuran adalah elemen vital untuk membangun keintiman dalam hubungan keluarga karena menciptakan rasa aman dan keterhubungan.¹¹

Nilai kesetiaan (*faithfulness*) juga terbukti memperkuat kualitas komunikasi keluarga. Kesetiaan bukan hanya berarti setia secara fisik dalam pernikahan, tetapi juga mencakup konsistensi dalam perhatian, dukungan emosional, dan komitmen untuk hadir bagi keluarga. Trull menjelaskan bahwa kesetiaan merupakan bukti integritas moral dan spiritual yang membuat seseorang dapat dipercaya dalam kata maupun tindakan.⁸ Ketika nilai kesetiaan hadir dalam pola komunikasi, keluarga akan mengalami stabilitas emosional yang mendukung terciptanya percakapan yang jujur dan penuh pengharapan. Pandangan ini diperkuat oleh Chapman yang menyatakan bahwa kesetiaan merupakan bahasa cinta yang menjaga kekokohan relasi, terutama ketika menghadapi masa-masa sulit.⁶

Secara keseluruhan, nilai-nilai Kristen seperti kasih, pengampunan, kerendahan hati, kejujuran, dan kesetiaan terbukti menjadi pilar yang menopang terciptanya komunikasi yang efektif dalam keluarga dewasa. Komunikasi tidak lagi terbatas pada pertukaran informasi,

⁵ John M. Frame, *The Doctrine of the Christian Life* (Phillipsburg: P&R Publishing, 2008), 55.

⁶ Gary Chapman, *The Five Love Languages* (Chicago: Northfield Publishing, 2010), 56.



tetapi menjadi wadah pembentukan karakter, penyampaian kasih karunia, serta manifestasi hidup yang meneladani Kristus.

Penerapan Pendekatan PAK dalam Interaksi Keluarga Dewasa

Pendekatan Kristosentris, relasional-dialogis, dan pembiasaan spiritual terbukti memberikan kontribusi besar dalam membangun kualitas komunikasi yang sehat dan efektif dalam keluarga dewasa. Ketiga pendekatan ini bekerja saling melengkapi, karena komunikasi yang bertumbuh dalam keluarga Kristen bukan hanya soal teknik berbicara, tetapi juga pembentukan karakter dan spiritualitas yang memengaruhi cara seseorang berinteraksi.

1. Pendekatan Kristosentris dalam Interaksi Keluarga

Pendekatan Kristosentris menempatkan Kristus sebagai pusat dari seluruh relasi keluarga. Teladan Yesus yang penuh kasih, rendah hati, namun tegas dalam menyampaikan kebenaran menjadi model utama dalam membangun komunikasi keluarga. Dengan meneladani karakter Kristus, anggota keluarga belajar mengendalikan diri, mengekspresikan pendapat dengan kasih, serta mengutamakan keharmonisan relasi.

Bonhoeffer(1954) menjelaskan bahwa relasi orang percaya hanya dapat berjalan dengan benar apabila Kristus menjadi pusat yang memurnikan motivasi manusia. Dengan demikian, komunikasi dalam keluarga tidak lagi berfokus pada ego masing-masing, tetapi diarahkan pada penciptaan dialog yang penuh kasih dan rasa hormat.

Pendekatan Kristosentris memungkinkan anggota keluarga melihat pasangan, anak, atau orang tua sebagai pribadi yang berharga di hadapan Allah. Pemahaman ini menolong mereka untuk lebih sabar, tidak mudah marah, dan menghindari kata-kata yang dapat melukai hati. Akhirnya, komunikasi keluarga menjadi lebih lembut, empatik, dan membangun.

2. Pendekatan Relasional-Dialogis dalam Komunikasi Keluarga Dewasa

Pendekatan relasional-dialogis menekankan proses dialog dua arah yang jujur, terbuka, dan saling mendengarkan. Dalam keluarga dewasa, dialog menjadi sarana untuk memahami kebutuhan, pergumulan, serta harapan masing-masing anggota keluarga. Freire menegaskan bahwa dialog sejati hanya dapat terjadi ketika ada cinta, penghargaan, dan kesetaraan.⁷

Dalam kehidupan keluarga, pendekatan ini membantu menciptakan ruang aman bagi setiap anggota untuk berbicara tanpa merasa dihakimi. Keluarga dewasa yang menerapkan dialogis relasional mampu membahas persoalan kompleks seperti keuangan, peran gender, konflik pernikahan, hingga pengasuhan anak dengan lebih dewasa dan konstruktif.

Menurut Tidball(2001), dialog bukan sekadar pertukaran kata, tetapi sebuah persekutuan yang memungkinkan kedua belah pihak bertumbuh dalam pengertian yang lebih mendalam. Dengan demikian, komunikasi keluarga dewasa bukan hanya menyelesaikan masalah, tetapi juga mempererat ikatan emosional dan spiritual.

3. Pendekatan Pembiasaan dan Disiplin Rohani dalam Membentuk Pola Komunikasi

Pendekatan pembiasaan rohani menekankan pentingnya disiplin spiritual seperti doa bersama, ibadah keluarga, pembacaan firman, dan refleksi harian. Praktik-praktik ini memberikan dasar emosional dan spiritual yang kuat bagi anggota keluarga dalam berkomunikasi. Foster(1998) menegaskan bahwa disiplin rohani membentuk kebiasaan baru

⁷ Paulo Freire, *Pedagogy of the Heart*, (New York: Continuum Publishing, 1997), hlm. 29.



yang mengubah pola pikir dan perilaku seseorang secara bertahap. Saat keluarga terbiasa berdoa bersama sebelum berdiskusi atau mengambil keputusan penting, suasana komunikasi menjadi lebih tenang dan terarah.

Disiplin spiritual membantu keluarga mengembangkan kemampuan mengampuni, memahami, serta merespons konflik dengan bijaksana. Menurut Wright(2010), keluarga Kristen yang membangun spiritualitas secara konsisten cenderung memiliki relasi yang lebih stabil dan komunikasi yang lebih sehat. Dengan demikian, pendekatan pembiasaan rohani menunjukkan bahwa komunikasi efektif bukan hanya keterampilan praktis, tetapi juga buah dari kehidupan rohani yang matang.

Makna Komunikasi Keluarga dalam Perspektif Kristen

Dalam pandangan Kristen, komunikasi keluarga tidak hanya dipahami sebagai proses menyampaikan pesan, melainkan sebagai upaya membangun dan merawat hubungan yang mencerminkan kasih Allah. Komunikasi dilihat sebagai sarana yang Allah gunakan untuk mempererat kedekatan, menumbuhkan saling pengertian, serta menjaga keutuhan relasi di dalam keluarga. Karena itu, interaksi dalam keluarga Kristen perlu memancarkan nilai-nilai ilahi yang berlandaskan firman Tuhan. Hal terpenting dalam komunikasi bukan hanya isi perkataan, tetapi juga kondisi hati, motivasi, serta cara penyampaian yang membawa damai. Komunikasi yang meneguhkan (*edifying*) selalu berorientasi pada kasih, kejujuran, kesabaran, dan penciptaan keharmonisan, sehingga setiap anggota keluarga dapat bertumbuh dalam kekudusan serta kesatuan sesuai dengan kehendak Allah bagi keluarga-Nya.

Nilai komunikasi Kristen di dalam keluarga juga sangat menekankan sikap keterbukaan, yang berakar pada kejujuran dan integritas. Efesus 4:25 mengajar bahwa orang percaya harus meninggalkan dusta dan berkata benar kepada sesamanya, termasuk kepada anggota keluarga sendiri. Sikap terbuka inilah yang memungkinkan setiap anggota keluarga memahami kebutuhan, pergumulan, dan perasaan satu sama lain. Selain keterbukaan, komunikasi Kristen juga menuntut kepekaan dan empati, yaitu kemampuan untuk mendengarkan dengan sungguh-sungguh. Yakobus 1:19 menasihati agar orang percaya lebih cepat mendengar, lebih lambat berbicara, dan lambat untuk marah. Kebiasaan mendengarkan secara aktif membuat anggota keluarga merasa dihargai, diperdulikan, dan didukung secara emosional.⁸

Pengampunan merupakan nilai lain yang sangat penting dalam komunikasi keluarga. Kolose 3:13 menegaskan bahwa setiap orang percaya dipanggil untuk saling mengampuni seperti Kristus telah mengampuni. Dalam realitas keluarga, konflik sering kali muncul, tetapi melalui komunikasi yang disertai dengan sikap mengampuni, hubungan yang retak dapat diperbaiki. Lebih dari itu, pengendalian diri dalam mengucapkan kata-kata adalah bagian penting dari komunikasi Kristen. Amsal 15:1 menunjukkan bahwa respons yang lembut mampu meredakan kemarahan, sehingga tutur kata yang penuh hikmat dapat menghindarkan pertikaian dan menjaga keharmonisan keluarga.

Selain itu, komunikasi keluarga Kristen juga didasarkan pada kasih sebagai prinsip utama. Kasih berfungsi sebagai pedoman moral dalam setiap percakapan agar tidak melukai, merendahkan, atau mengabaikan orang lain. Ketika komunikasi dilandasi kasih, setiap ucapan bertujuan membangun, menguatkan, dan memberi dukungan. Dengan demikian, komunikasi Kristen bukan semata keterampilan berbicara, melainkan ekspresi dari kedewasaan rohani yang terlihat dalam kehidupan sehari-hari. Peran Roh Kudus sangat penting, karena Dialah yang menolong orang percaya mengubah cara mereka berbicara,

⁸ Gary Chapman, *The Family You've Always Wanted* (Chicago: Moody Publishers, 2008), 67.



mendengar, dan berinteraksi. Melalui karya-Nya, keluarga dapat bertumbuh menjadi komunitas yang saling menolong dan mempraktekkan kasih Kristus dalam hubungan mereka.⁹

Faktor-Faktor Penghambat Komunikasi Efektif dalam Keluarga Dewasa

Tantangan komunikasi dalam keluarga dewasa pada masa kini tidak dapat dipisahkan dari dinamika sosial dan tekanan hidup modern yang semakin meningkat. Kesibukan pekerjaan menjadi salah satu faktor utama yang menghambat kualitas komunikasi keluarga. Banyak orang dewasa berada dalam rutinitas kerja yang melelahkan, tuntutan target, dan tekanan ekonomi yang menyebabkan energi emosional mereka terkuras ketika tiba di rumah. Akibatnya, percakapan dalam keluarga seringkali hanya bersifat singkat, teknis, dan tidak menyentuh kebutuhan emosional yang lebih dalam. Selain itu, perbedaan karakter, pola pikir, dan kepribadian antar anggota keluarga juga berpotensi memicu ketegangan. Misalnya, ada anggota keluarga yang cenderung ekspresif sementara yang lain lebih tertutup, sehingga terjadi miskomunikasi yang berulang. Kekurangan kemampuan untuk mendengarkan secara aktif memperburuk keadaan, karena sebagian besar individu lebih fokus membela diri atau membalas argumen daripada berusaha memahami isi hati lawan bicara. Kesulitan ini semakin diperparah oleh konflik-konflik lama yang tidak pernah diselesaikan secara tuntas. Konflik yang terpendam sering muncul kembali dalam bentuk kekecewaan, kemarahan, atau sikap defensif yang menghalangi komunikasi yang terbuka dan sehat.

Tidak hanya faktor internal, pengaruh eksternal seperti perkembangan teknologi digital dan media sosial juga memberikan dampak yang signifikan. Ketergantungan terhadap gawai menyebabkan kualitas kebersamaan menurun karena waktu bersama yang seharusnya dimanfaatkan untuk berinteraksi justru dipenuhi distraksi digital. Banyak keluarga makan bersama sambil tetap terpaku pada layar masing-masing, sehingga kedekatan emosional tidak berkembang. Media sosial juga menciptakan tekanan psikologis tersendiri, seperti perbandingan diri yang tidak sehat, kecemasan, dan pelarian emosional yang mengurangi waktu refleksi dalam relasi keluarga. Dalam menghadapi kompleksitas ini, Pendidikan Agama Kristen (PAK) hadir sebagai fondasi spiritual dan praktis yang membantu keluarga dewasa membangun kembali komunikasi yang sehat. PAK mengajarkan nilai-nilai kasih, pengampunan, kesabaran, dan kejujuran sebagai landasan utama dalam membina komunikasi yang efektif. Melalui PAK, keluarga diarahkan untuk memandang komunikasi bukan hanya sebagai aktivitas bertukar informasi, tetapi sebagai wujud nyata dari relasi kasih yang mencerminkan karakter Kristus. Ajaran PAK juga menolong keluarga memahami pentingnya empati, mendengarkan secara aktif, saling menghargai, serta menyelesaikan konflik dengan cara yang dewasa dan konstruktif. Dengan demikian, PAK menjadi pedoman penting yang membawa keluarga kembali kepada nilai-nilai relasi yang utuh, harmonis, dan berpusat pada Kristus di tengah tantangan kehidupan modern.

Implementasi Penguatan Komunikasi Keluarga Dewasa melalui PAK

Penerapan Pendidikan Agama Kristen (PAK) dalam meningkatkan kualitas komunikasi keluarga dewasa dapat diwujudkan melalui sejumlah langkah praktis yang berkaitan langsung dengan dinamika kehidupan sehari-hari. Pertama, gereja perlu menyusun program pembinaan iman keluarga secara sistematis melalui kelas-kelas PAK dewasa. Di dalamnya, peserta dibekali materi mengenai komunikasi berdasarkan kasih Kristus, cara menyelesaikan konflik secara sehat, keterampilan mendengarkan aktif, serta pengelolaan emosi dan penggunaan bahasa yang bijaksana. Pembinaan tersebut harus bersifat praktis,

⁹ James Dobson, *The Strong-Willed Child* (Wheaton: Tyndale House, 2014), 54.



interaktif, dan disesuaikan dengan kebutuhan nyata keluarga. Hal ini sejalan dengan pandangan Sidjabat yang menegaskan bahwa pendidikan Kristen harus berdampak pada perubahan hidup dan pembentukan karakter, bukan hanya pengetahuan intelektual. Dengan demikian, gereja tidak berhenti pada teori semata, tetapi turut membangun kapasitas rohani keluarga agar semakin dewasa dalam berkomunikasi.

Kedua, pelaksanaan ibadah keluarga memiliki peran penting dalam menyuburkan komunikasi yang sehat. Ibadah rumah tangga bukan hanya aktivitas keagamaan rutin, tetapi juga ruang aman bagi setiap anggota keluarga untuk berinteraksi secara tulus. Melalui doa bersama, pembacaan serta renungan firman Tuhan, dan percakapan iman, keluarga dapat berbagi pergumulan, membuka diri, serta memperkuat hubungan emosional dan spiritual. Wright menegaskan bahwa kehidupan rohani keluarga memberikan dasar relasional yang kuat dan menolong keluarga memahami satu sama lain melalui perspektif kasih Allah.¹⁰ Oleh sebab itu, ibadah keluarga berfungsi sebagai media pemulihan hubungan serta sarana memperdalam komunikasi.

Ketiga, prinsip-prinsip Alkitab perlu dihidupi dalam komunikasi harian sebagai bentuk nyata implementasi PAK dalam kehidupan keluarga. Ajaran Alkitab mengenai komunikasi penuh kasih, menjauhi ucapan yang merusak, kesediaan untuk meminta maaf, serta pemberian penghargaan atau afirmasi merupakan pedoman moral yang penting bagi terciptanya hubungan yang harmonis. Cloud dan Townsend mengingatkan bahwa relasi yang sehat selalu membutuhkan kejujuran, batasan yang tepat, dan komunikasi yang saling menghormati agar interaksi berlangsung aman dan saling membangun.¹¹ Dengan mempraktikkan nilai-nilai ini, keluarga Kristen dapat mengekspresikan kasih Kristus dalam percakapan yang menenteramkan dan memperkuat kepercayaan.

Keempat, peningkatan kualitas komunikasi keluarga juga bergantung pada pertumbuhan spiritual setiap individu. Melalui latihan-latihan rohani seperti berdoa, membaca firman Tuhan, dan melakukan refleksi pribadi, anggota keluarga dibentuk untuk lebih mampu mengendalikan emosi, menghindari reaksi spontan yang merusak, memahami kondisi batin pasangannya, serta menghadirkan kedamaian sebagaimana diajarkan Yesus dalam Matius 5:9. Foster menjelaskan bahwa disiplin rohani membentuk kebiasaan baru yang secara bertahap memengaruhi pola pikir, sikap, dan cara seseorang berkomunikasi dengan orang lain. Karena itu, komunikasi keluarga yang sehat bukan hanya soal teknik, tetapi lahir dari karakter yang terus-menerus dibarui oleh karya Roh Kudus.

Secara keseluruhan, penerapan langkah-langkah tersebut menunjukkan bahwa penguatan komunikasi keluarga dewasa melalui PAK tidak hanya menghasilkan pengetahuan, tetapi mengarahkan pada pembaruan spiritual dan penguatan relasi yang nyata dalam kehidupan setiap hari.

Peran Gereja dalam Mendukung Komunikasi Keluarga Dewasa

Gereja memiliki peran strategis dalam membantu keluarga dewasa membangun komunikasi yang sehat dan harmonis melalui pelayanan Pendidikan Agama Kristen (PAK) yang terarah dan berkesinambungan. Gereja bukan hanya tempat ibadah, tetapi juga komunitas pembinaan yang menyediakan dukungan spiritual dan praktis bagi keluarga yang menghadapi berbagai dinamika komunikasi. Salah satu cara utama gereja berperan adalah melalui program PAK dewasa yang disusun secara sistematis untuk membekali jemaat dengan pemahaman teologis, nilai-nilai etis, serta keterampilan relasional yang dibutuhkan

¹⁰ H. Norman Wright, *Communication: Key to Your Marriage* (Ventura: Regal Books, 2000), 34–35.

¹¹ Henry Cloud & John Townsend, *Boundaries in Marriage* (Grand Rapids: Zondervan, 2000), 45.



dalam interaksi keluarga. Sidjabat menekankan bahwa PAK dewasa harus bersifat kontekstual dan mampu menjawab kebutuhan riil jemaat agar terjadi transformasi hidup, bukan sekadar penambahan pengetahuan. Kelas-kelas pembinaan seperti seminar komunikasi keluarga, retret pasangan, ataupun pelatihan resolusi konflik menjadi sarana penting untuk memperkuat kapasitas komunikasi jemaat.

Selain program PAK, gereja juga berperan melalui pelayanan konseling pastoral yang memberikan pendampingan personal maupun keluarga dalam menghadapi konflik, krisis emosional, atau hambatan komunikasi. Konseling pastoral membantu keluarga melihat persoalan melalui perspektif iman dan mengolah emosi dengan cara yang lebih dewasa secara rohani. menurut Benner, pendampingan pastoral yang baik harus membimbing individu untuk mengalami pemulihan relasional melalui kehadiran kasih Kristus yang meneguhkan.¹² Dalam konteks keluarga dewasa, konseling ini membantu pasangan atau orang tua memahami akar konflik, memperbaiki pola komunikasi, serta membangun kembali kepercayaan yang mungkin hilang.

Peran gereja juga diwujudkan melalui pembentukan kelompok kecil (komsel) atau kelompok pendalaman Alkitab yang berfungsi sebagai ruang aman bagi keluarga dewasa untuk berbagi pengalaman, saling menguatkan, dan belajar praktik komunikasi yang sehat. Dalam kelompok kecil, anggota jemaat dapat saling mendukung dalam pergumulan kehidupan keluarga, sehingga tidak merasa berjalan sendirian. Warren menegaskan bahwa kelompok kecil adalah komunitas yang memungkinkan pemuridan dan pertumbuhan relasi secara mendalam karena hubungan yang terbangun lebih personal dan intensional. Melalui interaksi yang teratur, kelompok kecil dapat menjadi tempat latihan bagi anggota untuk menerapkan nilai-nilai kasih, empati, dan kejujuran yang sangat dibutuhkan dalam komunikasi keluarga.

Lebih jauh, gereja dapat memperkuat komunikasi keluarga melalui program pembinaan keluarga seperti kelas pranikah, mentoring keluarga muda, serta forum diskusi antar keluarga. Pembinaan seperti ini membantu keluarga dewasa memahami peran masing-masing, membentuk spiritualitas keluarga, dan membangun pola komunikasi yang selaras dengan firman Tuhan. Menurut Trull, gereja memiliki mandat moral untuk membimbing keluarga agar hidup dalam komitmen, kesetiaan, dan gaya komunikasi yang mencerminkan karakter Kristus.¹³ Dengan demikian, peran gereja tidak hanya bersifat pengajaran, tetapi juga pendampingan yang terus menerus agar keluarga bertumbuh menjadi komunitas kecil yang memuliakan Allah melalui kualitas komunikasi mereka.

Melalui berbagai pelayanan tersebut, gereja hadir sebagai mitra spiritual yang menyediakan dukungan, bimbingan, dan pembinaan bagi keluarga dewasa. Gereja menolong keluarga memahami nilai-nilai Alkitabiah, mengembangkan keterampilan komunikasi, serta menangani konflik secara dewasa dan penuh kasih. Dengan demikian, gereja turut mengambil bagian dalam membentuk keluarga Kristen yang kuat, harmonis, dan efektif dalam berkomunikasi.

KESIMPULAN

Pendekatan Pendidikan Agama Kristen (PAK) memiliki peran yang sangat signifikan dalam membangun komunikasi efektif pada keluarga dewasa, karena PAK tidak hanya memberikan dasar teologis, tetapi juga menuntun keluarga menerapkan nilai-nilai Kristen dalam interaksi sehari-hari. Melalui pemahaman yang benar tentang komunikasi keluarga

¹² David G. Benner, *Strategi Konseling Pastoral* (Malang: Gandum Mas, 2015), 62.

¹³ Joe E. Trull, *Etika Pelayanan Kristen* (Yogyakarta: ANDI, 2018), 88.



dalam perspektif Kristen yang menekankan kasih, kejujuran, pengampunan, dan kerendahan hatiPAK menjadi sarana pembentukan karakter dan kedewasaan rohani yang berdampak langsung pada kualitas hubungan keluarga. Implementasi PAK melalui pembinaan iman, ibadah keluarga, praktik nilai-nilai Alkitabiah, serta pengembangan spiritualitas individu memberikan kontribusi nyata dalam menciptakan dialog yang sehat, saling pengertian, dan hubungan yang harmonis. Meskipun terdapat berbagai faktor penghambat seperti kesibukan, perbedaan karakter, lemahnya keterampilan mendengarkan, konflik berkepanjangan, dan pengaruh teknologi, PAK menyediakan prinsip-prinsip dan pendekatan praktis untuk menolong keluarga menghadapi tantangan tersebut. Dengan demikian, PAK menjadi fondasi penting dalam menguatkan komunikasi keluarga dewasa melalui transformasi nilai, sikap, serta cara berinteraksi yang sesuai dengan teladan Kristus.

DAFTAR PUSTAKA

- B. S. Sidjabat, *Mengajar Secara Profesional* (Bandung: Kalam Hidup, 2017), 128.
- Daniel Fajar Dwiraharjo, *Pendidikan Agama Kristen dalam Perspektif Kontemporer* (Yogyakarta: ANDI, 2020), 45
- David G. Benner, *Strategi Konseling Pastoral* (Malang: Gandum Mas, 2015), 62.
- Gary Chapman, *The Family You've Always Wanted* (Chicago: Moody Publishers, 2008), 67.
- Henry Cloud & John Townsend, *Boundaries in Marriage* (Grand Rapids: Zondervan, 2000), 45.
- H. Norman Wright, *Communication: Key to Your Marriage* (Ventura: Regal Books, 2000), 34–35.
- James Dobson, *The Strong-Willed Child* (Wheaton: Tyndale House, 2014), 54.
- James R. Estep, Michael J. Anthony, & Gregg R. Allison, *A Theology for Christian Education* (Nashville: B&H Publishing, 2012), 73.
- Joe E. Trull, *Etika Pelayanan Kristen* (Yogyakarta: ANDI, 2018), 88.
- Mestika Zed, *Metode Penelitian Kepustakaan* (Jakarta: Yayasan Obor Indonesia, 2008), 3.