



Konseling Virtual dan Kehadiran Allah yang Tidak Terbatas: Refleksi dari Kitab Mazmur 139

Theresya M. Leiwakabessy

Institut Injil Indonseia, tmleiwa@gmail.com

INFO ARTIKEL

Sejarah Artikel:

Diterima: 18 Mei 2026

Direvisi: 23 Mei 2026

Disetujui: 23 Mei 2026

Dipublikasi: 23 Mei 2026

Kata Kunci:

Konseling virtual, Mazmur 139, Kehadiran Allah, Teologi Digital, Konseling Pastoral.

Keywords:

Virtual counseling, Psalm 139, Presence of God, Digital Theology, Pastoral Counseling.

ABSTRAK

Perkembangan teknologi digital telah merevolusi praktik konseling, beralih dari interaksi fisik ke ruang virtual, terutama sejak pandemi Covid-19. Meskipun menawarkan aksesibilitas dan privasi bagi jemaat maupun rohaniawan, konseling virtual menghadapi tantangan etis, keamanan data, serta keterbatasan keintiman emosional akibat hilangnya syarat nonverbal. Artikel ini bertujuan untuk menyintesis praktik konseling virtual dengan refleksi teologis berdasarkan Mazmur 139 guna memahami bagaimana kehadiran Allah yang maha hadir (omnipresen) memperkaya dan mengkritisi pelayanan digital. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode eksegesis terhadap Mazmur 139 untuk menggali makna teologis dari kata-kata kunci Bahasa Ibrani terkait kemahatahuan dan kehadiran Allah. Hasil eksegesis kemudian dianalisis secara tematik untuk dikaitkan dengan konteks konseling virtual. Studi ini menunjukkan bahwa Mazmur 139 memberikan landasan teologis yang kokoh bagi konseling virtual; ruang digital bukanlah area yang terpisah dari kedaulatan Allah. Sifat Allah yang omniscien dan omnipresen menjamin bahwa keintiman dan transformasi spiritual tetap dapat terjadi melampaui batasan geografis. Kejujuran emosional yang difasilitasi oleh ruang virtual selaras dengan ruang kejujuran dalam Mazmur dimana Allah hadir sebagai pendengar yang intim. Kesimpulannya, kehadiran Allah adalah jaminan utama keberhasilan konseling virtual, mendorong pertumbuhan spiritual melalui introspeksi meskipun terdapat keterbatasan jarak fisik.

ABSTRACT

The development of digital technology has revolutionized counseling practices, shifting from physical interactions to virtual spaces, especially during the Covid-19 pandemic. While offering accessibility and privacy for both congregations and clergy, virtual counseling faces ethical challenges, data security challenges, and limitations on emotional intimacy due to the loss of nonverbal cues. This article aims to synthesize virtual counseling practices with theological reflections based on Psalm 139 to understand how God's omnipresence enriches and critiques digital ministry. This study uses a qualitative approach with exegetical methods on Psalm 139 to explore the theological meaning of key Hebrew words related to God's omniscience and presence. The exegetical results are then analyzed thematically to relate them to the context of virtual counseling. This study shows that Psalm 139 provides a solid theological foundation for virtual counseling; the digital space is not a separate area from God's sovereignty. God's omniscience and omnipresence ensure that intimacy and spiritual transformation can still occur beyond geographical boundaries. The emotional honesty facilitated by virtual space aligns with the space of honesty. In the Psalms, God

is present as an intimate listener. In conclusion, God's presence is the primary guarantee of successful virtual counseling, encouraging spiritual growth through introspection despite the limitations of physical distance.

PENDAHULUAN

Teknologi hadir sebagai sebuah praktek kecerdasan manusia yang terus berinovasi dari waktu ke waktu. Percepatan perubahan teknologi membawa manusia dari analog ke era mekanik dan sampai di era digital yang kemudian memproduksi ruang-ruang virtual. Digitalisasi menjadi platform baru dalam peradaban manusia dewasa ini (Isfiaty & Dany, 2023). Media digital adalah media baru yang membawa revolusi dalam berkomunikasi dan berinformasi. (Baru et al., 2014) Perkembangan teknologi komunikasi, terutama sejak pandemi, telah menghasilkan peningkatan signifikan dalam praktik konseling melalui media virtual (Raudatul Jannah, 2022).

Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI) mengartikan virtual tampil atau hadir dengan menggunakan perangkat lunak komputer, misalnya di internet. Virtual juga memiliki arti mirip atau sangat mirip dengan sesuatu yang dijelaskan secara nyata. Kata virtual termasuk dalam kelompok kata adjektiva atau kata sifat yang memiliki sinonim maya atau mirip. Penjelasan lain mengenai virtual adalah konsep yang mencakup berbagai hal yang diciptakan secara digital untuk memberikan pengalaman yang menyerupai dunia nyata. Dalam ilmu komunikasi, komunikasi virtual adalah cara berkomunikasi dimana penyampaian dan penerimaan pesan dilakukan dengan melalui *cyberspace*. Secara umum, virtual merujuk pada sesuatu yang hanya ada secara digital atau simulasi, bukan secara fisik.

Konseling virtual adalah layanan psikologis yang dilakukan melalui platform digital, seperti *video call*, *chat*, atau aplikasi khusus, memungkinkan konselor dan klien untuk berinteraksi dari jarak jauh. Model ini menawarkan akses yang lebih luas bagi individu yang membutuhkan dukungan emosional dan spiritual, sekaligus memberikan fleksibilitas dan kenyamanan dengan menghilangkan batasan geografis. Konseling virtual menciptakan ruang aman bagi klien untuk mengeksplorasi pikiran dan perasaan mereka. Dalam konteks ini, individu dapat lebih jujur dan terbuka, karena mereka tidak terikat pada interaksi tatap muka yang kadang bisa menimbulkan rasa malu atau ketidaknyamanan. Teknologi ini mendukung proses introspeksi dan transformasi, memberikan kesempatan bagi klien untuk berkembang secara psikologis dan spiritual (Blegur et al., 2023).

Data mengenai penggunaan konseling virtual meningkat dalam lima tahun terakhir, dengan percepatan yang sangat signifikan didorong oleh pandemi COVID-19. Sebesar 50% psikolog telah menawarkan layanan tatap muka dan virtual kepada pasiennya dari 30% pasien pada tahun 2020 (Calkins, 2021). Kebijakan karantina wilayah dan *physical distancing* memaksa layanan kesehatan mental beralih ke platform virtual. Sebuah laporan dari *American Psychological Association (APA)* pada 2021 menunjukkan bahwa 96% psikolog di AS yang merawat pasien dari jarak jauh melakukan terapi via konseling virtual, meningkat drastis dari hanya 7% sebelum pandemik selain itu platform konseling virtual seperti "BetterHelp" dan "Talkspace" melaporkan peningkatan jumlah pengguna hingga 80-90% selama puncak pandemi. Pada 2022, "BetterHelp" dilaporkan memiliki lebih dari 2 juta pengguna dan jaringan 25,000 terapis.

Untuk konteks Indonesia, data yang komprehensif dan terpusat mengenai penggunaan konseling virtual masih sangat terbatas. Tidak seperti di AS yang memiliki lembaga yang rutin merilis data semacam ini, data di Indonesia cenderung tersebar dari berbagai sumber yang lebih kecil, seperti laporan platform penyedia layanan, penelitian akademis skala terbatas, dan survei oleh organisasi tertentu. Beberapa yang dapat dilihat adalah Data dari platform penyedia layanan seperti "Riliv" yang pada pertengahan 2023, melaporkan telah memiliki lebih dari 4 juta pengunduh aplikasi dan lebih dari 1.500 konselor

& psikolog yang tergabung. Mereka mencatat peningkatan signifikan pengguna selama pandemi, dengan isu utama yang ditangani adalah kecemasan, stres, dan masalah hubungan. Juga “*Into The Light Indonesia*” Organisasi nirlaba yang fokus pada pencegahan bunuh diri ini memiliki layanan dukungan teman sebaya, melaporkan peningkatan permintaan untuk konseling dan dukungan melalui platform digital yang mencerminkan tren penerimaan yang lebih besar terhadap bantuan online. Belum lagi layanan kampus-kampus seperti pada Universitas Indonesia yang melaporkan bahwa layanan konseling online mereka menjadi jalur pertama bagi mahasiswa yang membutuhkan bantuan, dengan jumlah sesi yang jauh lebih tinggi dibandingkan era pra-pandemi.

Dalam sebuah konferensi pers, Kemenkes RI menyebutkan bahwa masalah kesehatan jiwa di Indonesia mencapai sekitar 20% dari populasi, artinya sekitar 52 juta orang. (“Kemenkes Beberkan Masalah Permasalahan Kesehatan Jiwa Di Indonesia,” n.d.) Pandemi memperburuk kondisi ini, yang secara tidak langsung mendorong permintaan akan layanan yang mudah diakses, termasuk konseling virtual. Meski tidak memberikan angka spesifik untuk konseling virtual, data ini menunjukkan *market need* yang sangat besar.

Tidak terkecuali gereja, meski data kuantitatif nasional yang spesifik memang terbatas, namun bukti-bukti kualitatif dan laporan dari gereja-gereja sendiri sangat kuat. Ketika kebijakan *physical distancing* dan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) diterapkan, hampir semua aktivitas gereja, termasuk konseling pastoral dan pemuridan, terpaksa beralih ke daring. Gereja-gereja besar seperti Gereja Bethel Indonesia (GBI), Gereja Kristen Indonesia (GKI), dengan cepat melatih para pendeta dan konselornya untuk menggunakan platform seperti Zoom, Google Meet dan WhatsApp Video. Juga bila mengunjungi situs web atau media sosial gereja-gereja besar (terutama di kota metropolitan seperti Jakarta, Surabaya, dan Bandung), banyak yang masih mencantumkan layanan konseling online sebagai salah satu layanan yang tersedia, bahkan setelah pandemi mereda. Ini menunjukkan bahwa model ini dipertahankan karena dinilai efektif.

KAJIAN LITERATUR

Konseling virtual di gereja umumnya memiliki beberapa bentuk yakni, Konseling Pastoral Langsung: Percakapan one-on-one antara pendeta/penatua dengan jemaat melalui *video call* untuk membahas masalah pribadi, keluarga, atau spiritual; Pemuridan dan Kelompok Kecil (*Life Group*) yaitu berupa pertemuan kelompok kecil yang biasanya dilakukan di rumah seseorang, beralih menjadi pertemuan virtual. Forum ini sering berfungsi sebagai ruang dukungan dan "konseling sebaya" yang informal; dan Konseling dengan Profesional yakni Beberapa gereja besar memiliki jaringan dengan psikolog atau konselor Kristen yang melayani jemaatnya. Selama pandemi, sesi dengan para profesional ini juga banyak yang dialihkan menjadi virtual termasuk layanan doa dan dukungan via *WhatsApp/Telegram*. Untuk ini banyak gereja membuka *hotline* doa dan konseling singkat melalui chat, yang merupakan bentuk konseling virtual yang paling sederhana.

Penggunaan konseling virtual yang terus meningkat mencerminkan kebutuhan masyarakat akan aksesibilitas dan fleksibilitas dalam layanan kesehatan mental yang rupanya tidak hanya dibutuhkan oleh masyarakat umum, tetapi juga oleh rohaniawan yang menghadapi *burnout* dan sering kali harus menyembunyikan kondisi tersebut di hadapan publik (Smith et al., 2025). (Smith et al., 2025). Layanan ini memungkinkan mereka untuk mendapatkan dukungan tanpa harus mengungkapkan identitas secara terbuka, serta mengakomodasi fleksibilitas waktu yang mereka butuhkan. Konseling virtual juga memudahkan banyak orang untuk mencurahkan masalah tanpa harus bertemu secara langsung, tanpa mengungkapkan identitas, dan tanpa terhambat oleh jarak atau waktu.

Namun, praktik ini juga menghadapi tantangan, masyarakat masih melihat adanya kekurangan, seperti akses penggunaan internet di beberapa wilayah, keterbatasan

komunikasi non verbal, kurangnya keterikatan antara pasien dengan psikolog, dsb (Calkins, 2022) dan termasuk masalah etika, kehadiran, dan keintiman, yang memerlukan perhatian serius. Ditengarai bahwa konseling virtual membawa sejumlah tantangan etis yang tidak selalu muncul dalam konseling tatap muka. Dalam konseling virtual, data klien sering kali disimpan dalam format digital. Ini menimbulkan risiko potensial terhadap kebocoran informasi pribadi. Menurut sebuah studi yang dipublikasikan dalam *Journal of Technology in Behavioral Science*, 70% profesional kesehatan mental melaporkan kekhawatiran tentang keamanan data klien mereka saat menggunakan platform online. Konselor harus memiliki kompetensi dalam menggunakan teknologi yang diperlukan untuk konseling virtual. Menurut survei dari *American Psychological Association (APA)*, hanya sekitar 45% konselor merasa sangat percaya diri dalam menggunakan alat teknologi untuk konseling. Proses mendapatkan persetujuan yang diinformasikan dari klien menjadi lebih kompleks dalam konteks virtual. Salah satu yang perlu diperhatikan adalah privasi, legalitas, kerahasiaan, dan keamanan data (Stoll et al., 2020). Saat ini, telepon rumah dan ponsel sudah dapat disadap. Layanan online yang mengklaim aman dan dienkripsi juga masih belum kebal dari hacker yang bisa mencuri rahasia informasi (Scharff, 2018). Sampai saat ini, belum ada hukum khusus yang mengatur seperti surat perizinan, sertifikasi, pelatihan dan pendidikan, informasi persetujuan, dan praktik lintas batas (Mattison, 2012). Klien perlu memahami batasan dan risiko yang terkait dengan konseling virtual, termasuk potensi masalah teknis yang dapat mengganggu sesi. Keintiman dalam hubungan terapeutik adalah elemen penting untuk keberhasilan konseling. Selain itu Interaksi tatap muka biasanya memungkinkan konselor untuk membaca sinyal nonverbal klien, seperti ekspresi wajah dan bahasa tubuh. Dalam format virtual, sinyal-sinyal ini mungkin tidak sepenuhnya terlihat padahal dapat mempengaruhi pemahaman konselor terhadap keadaan emosional klien.

Konseling virtual dapat menciptakan jarak emosional yang mengurangi keintiman. Menurut sebuah survei oleh *Counseling Today*, 57% klien mengungkapkan bahwa mereka merasa kurang terhubung dengan konselor mereka dalam sesi virtual dibandingkan dengan sesi tatap muka. Sebuah penelitian oleh *Telemedicine and e-Health* menunjukkan bahwa 60% konselor merasa kesulitan dalam menangkap isyarat nonverbal saat sesi dilakukan secara online. Klien merasa lebih nyaman dalam lingkungan fisik yang familiar dan aman. Kendati demikian, ada juga manfaat dari konseling virtual. Menurut data dari *American Psychological Association* 67% klien merasa lebih nyaman membahas masalah pribadi ketika tidak berada di ruang yang sama dengan konselor. 75% melaporkan bahwa konseling virtual memberikan fleksibilitas yang lebih besar dalam menjadwalkan sesi.

Karena itu dalam konteks iman Kristen, keyakinan akan sifat Allah omnipresen (hadir di mana-mana) dan omniscien (tahu segala) merupakan aspek yang sangat penting. Mazmur 139 menawarkan pandangan teologis yang mendalam tentang kehadiran Allah, bahkan saat pelayanan dilakukan secara virtual. Meskipun beberapa studi, seperti yang dibahas oleh Putro, Lim dan Sutjiadi menyoroti pentingnya konseling virtual dengan mengemukakan fitur konseling virtual terkait situs pelayanan rohani. (Iwan Handoyo Putra, Resmana Lim, 2026) Selain itu Mulawarman, Antika, Hariyadi, dkk yang mengadakan penelitian sejenis dengan menitikberatkan pada manfaat guna meningkatkan kesejahteraan psikologis. (Mulawarman Mulawarman et al, 2022) Juga R. Blegur dkk., (Blegur et al., 2023), serta Omersi dkk., (Aurelia Omersi, Erni Pamula Ranteallo, 2026), telah membahas konseling virtual, belum ada kajian yang secara eksplisit mengaitkan praktik ini dengan refleksi teologis dari Mazmur 139. Artikel ini bertujuan untuk menggabungkan eksegesis Mazmur 139 dengan refleksi tentang bagaimana kehadiran Allah yang tidak terbatas dapat memperkaya dan mengkritisi praktik konseling virtual. Dengan demikian, diharapkan penelitian ini dapat memberikan wawasan baru bagi praktisi konseling dan teolog dalam memahami interaksi antara teknologi dan iman.

METODE PENELITIAN

Artikel ini menggunakan pendekatan kualitatif untuk mengkaji hubungan antara konseling virtual dan kehadiran Allah yang tidak terbatas. Pendekatan ini memungkinkan penulis untuk menggali pemahaman mendalam mengenai isu-isu teologis dan praktik konseling dalam konteks teknologi. Penulis melakukan eksegesis terhadap Mazmur 139, menganalisis teks dalam konteks aslinya serta makna teologis yang terkandung dengan langkah menganalisa kata-kata kunci dalam bahasa Ibrani untuk memahami maknanya, mengkaji latar belakang sejarah dan budaya penulisan Mazmur dari dalamnya dapat mengidentifikasi sifat-sifat Allah yang digambarkan dalam Mazmur dan implikasinya bagi kehidupan iman. Tinjauan ini mencakup pandangan teologis tentang kehadiran Allah dalam konteks konseling. Setelah mengumpulkan data dari eksegesis dan tinjauan literatur, penulis melakukan analisis tematik untuk menemukan pola dan tema yang relevan tentang bagaimana pemahaman kehadiran Allah dapat mempengaruhi praktik konseling virtual.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Mazmur 139 adalah salah satu teks yang kaya akan teologi dan refleksi tentang hubungan antara Allah dan manusia. Menurut Leslie S. M'craw, tujuan yang paling utama penulisan Mazmur ini adalah untuk menyatakan keamanan dan keselamatan dari Tuhan kepada pemazmur (Leslie S., "Mazmur," dalam Donald Guthrie, 278 C.E.). Selain itu, menurut Horton, tujuan Mazmur ini yaitu agar hati pembaca tergugah oleh kemahatahuan dan hikmat Allah dan rela menyerah kepada sorotan cahaya ilahi serta berusaha mengasihi apa yang dikasihi oleh Allah dan membenci apa yang dibenci oleh Allah. (Stanley M. Norton, 1983) Daud selaku penulis mazmur ini memiliki tujuan menyatakan keamanan dan keselamatan dari Tuhan serta pentingnya kehidupan yang terbuka di mata Tuhan. Dalam konteks konseling virtual, ayat-ayat ini menawarkan pemahaman mendalam tentang kehadiran dan pengetahuan Allah yang menyeluruh, yang dapat memberikan landasan teologis untuk praktik konseling di era digital. Dengan semakin banyaknya orang yang memilih konseling virtual karena kemudahan, privasi, dan fleksibilitas, pemahaman akan sifat-sifat Allah yang terungkap dalam Mazmur 139 dapat memberikan dukungan emosional dan spiritual bagi klien.

Bagian ini akan membahas kehadiran Allah dalam pikiran klien, yang menunjukkan bahwa Allah selalu mengetahui dan memahami keadaan setiap individu. Hal ini memberi klien kebebasan untuk mencurahkan perasaan tanpa takut dihakimi. Konsep omnipresensi Allah menegaskan bahwa tidak ada ruang, termasuk ruang virtual, yang terpisah dari kehadiran-Nya, mendorong keterbukaan dalam berbagi pengalaman pribadi. Keintiman Sang Pencipta menciptakan hubungan yang sangat pribadi, mendorong konselor untuk menghadirkan empati dalam interaksi virtual meskipun tanpa kehadiran fisik. Ruang kejujuran dalam konseling virtual memungkinkan klien mengekspresikan emosi, termasuk kemarahan dan ketidakadilan, tanpa tekanan dari norma sosial. Terakhir, transformasi melalui introspeksi menekankan pentingnya pertumbuhan spiritual selama sesi konseling, di mana klien diundang untuk merenungkan diri dan mencari perubahan positif dalam hidup mereka.

Melalui analisis ini, pembaca dapat melihat bagaimana Mazmur 139 tidak hanya menawarkan penghiburan dan penguatan bagi individu yang mencari konseling, tetapi juga memberikan perspektif teologis yang kuat untuk para konselor dalam praktik virtual mereka. Setiap poin akan mengupas lebih dalam bagaimana sifat Allah dalam Mazmur ini berinteraksi dengan pengalaman konseling yang semakin digital dan terpadu.

Mazmur 139:1-6 menemukan keyakinan bahwa Allah memahami konseli dalam Konseling Virtual

Mazmur 139:1-6 menyatakan bahwa Allah mengetahui segala hal tentang penulis Mazmur: pikiran, perjalanan, diam, bahkan dari jauh. Tuhan menyelidiki dan mengenal pemazmur. (Omniscien) Kehadiran Allah yang Tidak Terbatas tampak dalam beberapa frasa dalam ayat 2 ini: “Engkau tahu, ketika aku duduk שִׁבֵּטִי (*shibetti*) dan ketika aku berdiri וְקִימֵנִי Engkau mengerti pikiranku בְּנִתָּה (*banettah*) dari jauh מֵרָחוֹק (*merakhog*). Frasa “Ketika aku duduk dan ketika aku berdiri” merujuk pada posisi jasmani dan mungkin terinspirasi oleh Ulangan 6:7 yang menyatakan tentang kesempatan dalam kehadiran dan kebersamaan, juga Yesaya 37:28 dan kehadiran Tuhan yang tak terbatas. Frasa ini mencakup semua posisi dalam ruang, dan dengan demikian, semua situasi di mana manusia berada. Ini bukanlah suatu pengalaman tunggal, yang terbatas dalam waktu, tetapi, sebaliknya, menunjuk pada perhatian terus-menerus dari pihak Allah; suatu perhatian yang tak putus-putus. Kata kerja “Engkau mengerti” בְּנִתָּה (*banettah*) adalah dari kata dasar "bîn" menunjukkan kemampuan untuk "membedakan" antara hal-hal, mencakup pengetahuan yang lebih dari sekadar informasi, melainkan kemampuan untuk menggunakan pengetahuan tersebut secara efektif. (WTm Morphology, 2020). Objek pertama penyelidikan Allah adalah "pikiranku dari jauh" dapat mengungkapkan dimensi temporal atau spasial. (*Faculty of Theology An Exegetical Analysis of Psalm 139*, 2015) Mazmur 139 mengajarkan bahwa Allah mengetahui seluruh kehidupan kita bahkan sebelum kita menyadarinya; Dia “mengintai” konstan, *to search accurately or closely*, mengawasi pikiran dan jalan hidup kita.

Dalam Mazmur 139:1-6, penulis menyatakan bahwa Allah mengetahui setiap aspek kehidupan kita pikiran, tindakan, dan posisi kita, baik ketika kita duduk maupun berdiri. Ini menunjukkan bahwa Allah hadir dalam setiap situasi, tanpa batasan ruang dan waktu, memberikan perhatian terus-menerus kepada kita. Bahkan saat konseling dilakukan secara virtual Allah yang Maha Tahu memahami segala pergumulan kita. Frasa "Engkau mengerti pikiranku dari jauh" menggarisbawahi bahwa Allah tidak hanya mengetahui informasi, tetapi juga mampu "membedakan" dan memahami kedalaman perasaan serta pengalaman kita. Dalam konseling virtual, di mana interaksi fisik mungkin terbatas, kita dapat berkeyakinan bahwa Allah tetap hadir dan memahami setiap pergumulan yang kita hadapi. Pengetahuan Allah yang menyeluruh memberi kita kenyamanan, bahwa Dia mengawasi dan memahami kita, membantu kita dalam proses penyembuhan dan pertumbuhan, meskipun kita berbagi cerita kita secara digital.

Mazmur 139:7-12: Omnipresensi Allah dalam Ruang Virtual yang Menyokong Keterbukaan

Mazmur 139:7-12 mengekspresikan kedalaman pemahaman penulis tentang kehadiran Allah yang tidak terbatas. Dalam ayat ini, penulis mengajukan pertanyaan retorik: Ke mana aku dapat pergi menjauhi roh-Mu, ke mana aku dapat lari dari hadapan-Mu?" Pertanyaan ini menekankan bahwa tidak ada tempat di mana manusia dapat melarikan diri dari Allah. "Roh-Mu" mencerminkan kehadiran ilahi yang mengelilingi dan mengisi segala hal, menunjukkan bahwa Allah selalu ada di mana pun kita berada—baik dalam kegelapan maupun terang, di tempat yang tinggi atau rendah. Hal ini menegaskan sifat omnipresensinya, yang melampaui batasan ruang dan waktu. Struktur kalimat dalam ayat ini menunjukkan bahwa kehadiran Allah mencakup semua aspek kehidupan manusia, termasuk keadaan emosional dan spiritual. Ini berarti bahwa bahkan saat kita merasa terasing atau menghadapi kesulitan, Allah tetap mengawasi dan memahami kita. Dengan pemahaman ini, penulis menggarisbawahi bahwa tidak ada ruang tersembunyi di mana kita dapat bersembunyi dari Allah, mengingat bahwa Dia mengetahui segala sesuatu tentang kita.

Dalam konteks konseling virtual, pemahaman tentang omnipresensi Allah memberikan landasan yang kuat. Klien yang berpartisipasi dalam sesi konseling melalui media digital dapat merasa sendirian atau terisolasi. Namun, Mazmur 139 mengingatkan mereka bahwa Allah selalu hadir, meskipun interaksi terjadi melalui layar. Kehadiran-Nya yang konstan memungkinkan klien untuk berbagi pengalaman dan perasaan mereka dengan jujur, tanpa rasa takut akan penghakiman. Dengan kata lain, konselor dapat mendorong konseli untuk terbuka, karena mereka tidak hanya didengarkan oleh konselor, tetapi juga oleh Allah yang selalu hadir. Lebih jauh, kehadiran Allah yang tidak terbatas dalam ruang virtual menuntut agar konselor menjaga kerahasiaan dan etika dalam penggunaan teknologi. Kepercayaan antara konselor dan konseli menjadi sangat penting, karena Allah mengetahui segala hal, dan tidak ada ruang tersembunyi di mana kerahasiaan dapat dilanggar. Konselor dapat merasakan kehadiran Allah dengan cara yang berbeda, menggunakan media yang kaya seperti video dan audio untuk mendekatkan pengalaman konseli dengan kehadiran ilahi. Mazmur 139:7 mengajarkan bahwa tidak ada tempat untuk melarikan diri dari Allah, yang menjadi pengingat penting dalam konseling virtual. Kehadiran ilahi yang selalu ada memberi kekuatan bagi klien untuk menghadapi tantangan mereka, sambil merasa didukung oleh Allah dan konselor yang mendengarkan. Dalam proses penyembuhan yang terjadi dalam konseling virtual, kehadiran Allah menjadi sumber kenyamanan dan dorongan bagi klien untuk membuka diri dan menemukan jalan menuju pemulihan.

Mazmur 139:13-18 Keintiman Sang Pencipta: Menghadirkan Empati Walau Identitas Tersembunyi

Dalam ayat-ayat ini, penulis Mazmur menggambarkan Tuhan sebagai Pencipta yang intim dan penuh perhatian. "Engkau telah menciptakan buah pinggangku, Engkau menenun aku dalam kandungan ibuku" (ayat 13) menunjukkan bahwa Allah terlibat secara langsung dalam proses penciptaan setiap individu. Ini menegaskan bahwa kehidupan seorang manusia sudah dalam pengaturan dan pemeliharaan-Nya bahkan sebelum mereka mengenal diri sendiri. Konsep ini menggarisbawahi bahwa setiap aspek kehidupan kita, termasuk potensi dan kekurangan, diketahui oleh Allah. Selanjutnya, ayat 16 menyatakan, "Hari-hariku telah ditentukan, sebelum ada satu pun dari padanya." Ini menunjukkan bahwa Allah tidak hanya mengetahui masa lalu dan sekarang kita, tetapi juga masa depan kita. Hikmat Allah dalam penciptaan dan pemeliharaan menjadikan setiap individu berharga dan unik. Dalam konteks ini, keintiman Allah dengan ciptaan-Nya sangat mendalam, menggambarkan hubungan yang tidak terpisahkan antara Sang Pencipta dan makhluk-Nya.

Mazmur 139 menampilkan Allah yang sangat pribadi dan dekat, mengetahui yang tersembunyi serta pikiran terdalam kita. Dalam konseling virtual, penting untuk mengadopsi sikap yang mencerminkan keintiman ini. Konselor harus menjaga kerahasiaan, menunjukkan empati, dan memiliki komitmen untuk memahami konseli secara menyeluruh. Ini menciptakan ruang di mana konseli merasa aman untuk mengekspresikan diri, termasuk emosi negatif yang mungkin mereka alami. Sekalipun kadang konseli tidak bersedia menjelaskan identitas mereka secara terbuka, konseling virtual dapat menjadi sarana untuk mengingatkan mereka bahwa Tuhan mengenal dan mengetahui siapa diri mereka secara dekat dan intim. Ini memberikan keyakinan bahwa meskipun mereka mungkin tidak siap untuk berbagi semua aspek kehidupan mereka, Allah tetap hadir dan mengawasi setiap langkah mereka. Dengan memahami keintiman Sang Pencipta, konselor dapat membantu klien menemukan kekuatan dalam kejujuran mereka. Ini memungkinkan Allah beroperasi dalam proses penyembuhan, mengubah kerentanan menjadi kekuatan. Dalam konteks konseling virtual, kehadiran Allah yang intim dan penuh empati menjadi landasan yang kuat untuk menciptakan hubungan yang mendukung, memberdayakan klien untuk menghadapi tantangan mereka dan menemukan jalan menuju pemulihan.

Mazmur 139:19-22 Mengekspresikan Kemarahan dan Ketidakadilan dalam Konseling Virtual

Dalam ayat 19-22, penulis Mazmur mengubah nada dari pujian dan pengakuan menjadi seruan protes terhadap kejahatan. Dia menyatakan, "Oh, sekiranya Engkau membunuh orang fasik, ya Allah!" (ayat 19). Pernyataan ini menunjukkan keterbukaan dalam ibadah, di mana orang percaya diizinkan untuk mengungkapkan kemarahan dan perasaan ketidakadilan. Kata kunci "membunuh" mencerminkan keinginan penulis untuk melihat keadilan ditegakkan, sebuah refleksi dari ketidakpuasan terhadap keberadaan orang fasik yang merugikan. Selanjutnya, penulis menyebutkan, "sebab mereka berkata, 'Dengan cara ini kami tidak perlu takut'" (ayat 20), mengungkapkan rasa frustrasi terhadap sikap orang-orang yang berbuat jahat dan tidak mengakui keberadaan Allah. Ini menunjukkan bahwa kejujuran dalam doa mencakup bukan hanya pengakuan tentang diri sendiri, tetapi juga protes terhadap ketidakadilan yang dialami. Dalam ayat 21, penulis mengekspresikan kemarahan: "Apakah Engkau tidak membenci, ya TUHAN, semua orang yang membenci Engkau?" Ini menunjukkan intensitas emosi yang mendalam dan pengakuan bahwa kemarahan terhadap kejahatan adalah bagian dari pengalaman spiritual yang sah. Akhirnya, dalam ayat 22, penulis menegaskan, "Aku membenci mereka dengan segenap hatiku; mereka adalah musuhku." Ini menegaskan bahwa ada ruang untuk emosi negatif dalam hubungan dengan Allah.

Dalam konseling virtual, penting untuk menyediakan ruang bagi kejujuran ini. Konselor harus menciptakan lingkungan di mana klien merasa aman untuk mengungkapkan perasaan mereka, termasuk kemarahan dan kekecewaan. Hal ini sangat relevan, terutama ketika seseorang mungkin tidak siap untuk membuka identitas diri mereka secara terbuka. Dalam pengaturan virtual, klien dapat lebih jujur dalam mengekspresikan emosi tanpa takut akan stigma atau penghakiman. Mazmur juga tidak menghindari dari emosi negatif, mengakui bahwa ada perasaan dan pengalaman yang sulit. Konseling virtual harus mendorong klien untuk menyuarakan kenyataan mereka, bahkan yang sulit atau "gelap." Dengan demikian, klien dapat menemukan kelegaan saat mereka mengungkapkan kemarahan dan ketidakadilan yang mereka rasakan. Ini memungkinkan mereka untuk menjelajahi dan memahami emosi mereka dengan lebih dalam, tanpa merasa tertekan untuk menyajikan sisi positif saja.

Di sini konseli dapat mengungkapkan perasaan yang sebenarnya, termasuk kemarahan, kekecewaan, atau rasa sakit, memungkinkan individu untuk menghadapi dan memproses emosi tersebut. Ketika seseorang tidak menyembunyikan perasaan atau berpura-pura kuat, mereka membuka diri untuk menerima bimbingan dan penyembuhan dari Allah. Kejujuran ini menciptakan ruang bagi Allah untuk berinteraksi dengan hidup mereka. Dengan menerima dan mengakui perasaan yang "mentah," individu memberikan kesempatan bagi Allah untuk mengubah pengalaman negatif menjadi pertumbuhan dan pemulihan. Ini bisa membawa kepada kesadaran baru, pengertian yang lebih dalam, dan, akhirnya, perubahan positif dalam hidup mereka. Dengan kehadiran Allah yang selalu ada, klien dapat merasakan bahwa mereka tidak sendirian dalam pergumulan mereka. Dengan demikian, konseling virtual tidak hanya berfungsi sebagai tempat untuk mendiskusikan masalah, tetapi juga sebagai ruang kejujuran yang memungkinkan individu untuk mengeksplorasi emosi mereka secara mendalam. Ini mendorong perubahan dari kekecewaan menjadi pujian, menjadikan pengalaman konseling sebagai bagian penting dari perjalanan spiritual mereka.

Mazmur 139:23-24: Pertumbuhan Spiritual di Tengah Keterbatasan Jarak

Dalam ayat 23-24, penulis Mazmur mengungkapkan sebuah doa introspektif: "Selidikilah aku, ya Allah, dan kenalilah hatiku; ujilah aku dan kenalilah pikiran-pikiranku."

Permohonan ini menunjukkan hubungan responsif antara manusia dan Allah, di mana penulis mengakui kebutuhan untuk diperiksa dan diubah oleh Sang Pencipta. Kata kunci "selidikilah" dan "ujilah" memberikan gambaran tentang kerinduan untuk memahami diri sendiri secara lebih dalam dan untuk mengidentifikasi area dalam hidup yang perlu diperbaiki. Penulis kemudian melanjutkan dengan harapan agar Allah membimbingnya: "Lihatlah apakah ada jalan yang jahat dalam diriku, dan tuntunlah aku di jalan yang kekal." Ini menunjukkan bahwa transformasi yang diinginkan bukan hanya untuk mengatasi masalah psikologis atau emosional, tetapi juga untuk mencapai pertumbuhan spiritual dan pengembangan karakter. Doa ini mencerminkan kesadaran akan keterbatasan manusia dan ketergantungan pada Allah untuk menemukan jalan yang benar.

Dalam konteks konseling virtual, ayat ini menekankan pentingnya introspeksi dan transformasi. Ketika klien dihadapkan pada tantangan dalam hidup mereka, konseling tidak hanya berfungsi sebagai bantuan untuk mengatasi masalah, tetapi juga sebagai proses formatif yang mendorong pertumbuhan spiritual. Dengan menciptakan ruang yang aman untuk kejujuran, konselor dapat membantu klien untuk menyelidiki pikiran dan perasaan mereka, seperti yang dicontohkan dalam doa penulis Mazmur. Konseling virtual dapat menjadi sarana untuk melakukan introspeksi yang dalam, mendorong individu untuk mengidentifikasi "jalan yang jahat" yang mungkin menghalangi mereka dari pertumbuhan spiritual. Melalui refleksi ini, klien dapat belajar untuk menyerahkan diri kepada Allah, meminta bimbingan-Nya, dan mengizinkan-Nya untuk melakukan transformasi dalam hidup mereka. Hal ini mengarah pada pemahaman bahwa pertumbuhan spiritual seringkali terjadi dalam proses yang melibatkan pengakuan akan keterbatasan diri dan ketergantungan pada Allah.

Dengan demikian, transformasi melalui introspeksi menjadi inti dari pengalaman konseling, di mana individu tidak hanya mendapatkan pemecahan masalah tetapi juga membangun karakter dan kedekatan dengan Allah. Dalam perjalanan ini, klien diingatkan bahwa meskipun mereka mungkin terpisah oleh jarak fisik, mereka tetap dapat mengalami kehadiran dan bimbingan Allah yang dekat dan intim.

SIMPULAN

Praktik konseling virtual telah berkembang pesat, terutama sejak pandemi, memberikan solusi yang fleksibel dan aksesibel bagi individu yang mencari dukungan psikologis dan spiritual. Melalui platform digital, konselor dan klien dapat berinteraksi tanpa batasan geografis, menciptakan ruang yang aman untuk eksplorasi diri. Dalam konteks iman Kristen, keyakinan akan kehadiran Allah yang omnipresen dan omniscien memberikan dimensi teologis yang penting dalam praktik konseling ini. Mazmur 139 menjadi referensi yang relevan, tidak ada ruang yang terlepas dari kehadiran Allah. Mazmur ini menekankan bahwa kehadiran Allah tidak terbatas oleh format pelayanan, baik tatap muka maupun virtual. Namun, konseling virtual juga menghadapi tantangan, termasuk isu-isu etika dan keintiman, yang perlu diperhatikan oleh para praktisi. Penting untuk memahami bahwa pertumbuhan spiritual dan transformasi individu dapat terjadi melalui proses introspeksi yang didorong oleh kejujuran dan keterbukaan, serta dukungan dari Allah. Mazmur 139 mengingatkan orang percaya bahwa dari langit hingga dunia orang mati, dari ujung laut hingga balik kegelapan, Allah ada di sana. Jika di abad lalu hal ini dipahami secara geografis dan fisik, maka di era digital, kita dapat memaknainya kembali. Ruang server/ *server room*, ruang chat/ *chat room*, ruang konferensi video—semuanya adalah ciptaan Allah dan berada di dalam kedaulatan-Nya. Ketika seorang jemaat merasa sendirian di depan layar, Mazmur 139 mengingatkan bahwa Allah hadir di 'sana', di ruang virtual itu. Kegelapan rasa sepi pun tidak mampu menggelapkan bagi-Nya dan kehadiran-Nyalah yang menjadi jaminan utama keberhasilan konseling virtual.

Melihat pada pembahasan diatas maka adalah perlu untuk meningkatkan kesadaran masyarakat akan konseling virtual melalui kampanye informasi, webinar, dan seminar. Ini penting agar lebih banyak orang memahami manfaat dan cara mengakses layanan tersebut. Tidak lupa penyelenggaraan pelatihan untuk Konselor mengenai konseling virtual bagi para profesional, termasuk cara menjaga kerahasiaan dan etika dalam interaksi digital. Sedangkan dalam hal Aksesibilitas dan Fleksibilitas, perlu pengembangan platform yang ramah bagi pengguna untuk memudahkan akses konseling virtual, serta menawarkan jadwal sesi yang fleksibel, sehingga lebih banyak individu dapat memanfaatkan layanan ini. Dalam Penggunaan Teknologi, manfaatkanlah teknologi untuk menyediakan sumber daya tambahan, seperti aplikasi meditasi atau sumber pendidikan, yang dapat membantu klien di luar sesi konseling.

Dalam hal Protokol Keamanan Data, perlu menerapkan protokol keamanan yang ketat dalam penyimpanan dan pengelolaan data klien untuk melindungi privasi mereka disertai dengan Edukasi Etika melalui penyelenggaraan seminar untuk membahas masalah etika dan keintiman dalam konseling virtual, sehingga praktisi dapat berbagi pengalaman dan strategi. Selain itu perlu ada integrasi Teologi melalui pengajaran kepada konselor tentang bagaimana mengintegrasikan aspek teologis dalam sesi konseling virtual, dengan menggunakan referensi dari teks suci seperti Mazmur 139 untuk mendalami kehadiran Allah. Bila dirasa Program Pendukung Spiritual dapat diadakan seperti pengembangan program pendukung yang menggabungkan konseling dengan praktik spiritual, seperti kelompok doa atau meditasi, untuk klien yang ingin mengaitkan pertumbuhan spiritual dengan proses konseling. Konselor juga sebaiknya mendorong klien untuk melakukan refleksi pribadi melalui jurnal yang dapat diisi selama sesi konseling, membantu mereka mengidentifikasi perjalanan spiritual mereka. Setelah itu konselor menawarkan sesi konseling yang fokus pada pertumbuhan spiritual, agar klien dapat mengeksplorasi hubungan mereka dengan Tuhan dan bagaimana kehadiran Allah dapat terlihat dalam kehidupan sehari-hari.

DAFTAR PUSTAKA

- Aurelia Omersi, Erni Pamula Ranteallo, dkk. (2026). "Strategi dalam Konseling Pastoral di Era Digital: Studi Kasus Gereja-Gereja Kontemporer," *Journal.Stt-Abdiel*.
- Baru, M., Baru, R. P., & Transformasi, D. A. N. (2014). *Interact* : 18–36.
- Blegur, R., Gading, N. P., Karo, D. B., & Rini, N. P. (2023). Layanan Konseling Online dan Sikap Etis Kristen. *Jurnal Abdiel: Khazanah Pemikiran Teologi, Pendidikan Agama Kristen Dan Musik Gereja*, 7(1), 37–53. <https://doi.org/10.37368/ja.v7i1.455>
- Faculty of Theology An Exegetical Analysis of Psalm 139*. (2015). 10.
- Isfiaty, T., & Dany, A. (2023). *Ruang Virtual : Wujud Kreativitas Digital di Ruang Publik*. 9, 102–108.
- Iwan Handoyo Putra, Resmana Lim, dan R. S. (2026). "Fitur Konseling Online pada Situs Pelayanan Rohani," *Scientific Repository*.
- Kemenkes beberkan masalah permasalahan kesehatan jiwa di indonesia. (n.d.). In *kesehatan*.
- Leslie S., "Mazmur," dalam Donald Guthrie, ed. (278 C.E.). *Tafsiran Alkitab Masa Kini, jilid 2*. BPK Gunung Mulia.
- Mulawarman Mulawarman et al. (2022). Konseling Online untuk Meningkatkan Kesejahteraan Psikologis. *Terapeutik: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 5.
- Raudatul Jannah, H. K. M. (2022). Etika Profesi Konselor dalam Layanan Bimbingan Konseling Virtual. *Jurnal Paedagogy*, 9(1), 2022.
- Smith, G., Francis, L. J., McKenna, U., & Village, A. (2025). Assessing Signs of Burnout Among Recently Ordained Stipendiary Anglican Curates In England. *Journal of*

Religion and Health, 64(2), 1108–1121. <https://doi.org/10.1007/s10943-024-02205-2>
Stanley M. Norton. (1983). *Mazmur-Mazmur yang Terkenal*. Gandum Mas.
WTm Morphology, T. H. W. E. (2020). *Bible Works* 7 (x86).