

Sekolah Tinggi Teologi SAAT  
(Semnari Alkitab Asia Tenggara)

**KERUSAKAN GAMBAR DIRI REMAJA DAN SOLUSI PEMULIHANNYA**  
**BERDASARKAN EFESUS 4:17-24**



**Jennifer Gabriela**

Malang, Jawa Timur  
Januari 2023

## ABSTRAK

Gabriela, Jennifer, 2023. *Kerusakan Gambar Diri Remaja dan Solusi Pemulihannya Berdasarkan Efesus 4:17–24*. Skripsi, Program Studi: Sarjana Teologi, Konsentrasi Teologi, Sekolah Tinggi Teologi SAAT, Malang. Pembimbing: Lim Hendra, M.Th. Hal. ix, 95.

Kata Kunci: Gambar diri, Remaja, Efesus 4:17–24.

Penelitian ini didasarkan pada desakan pelayanan pemulihan gambar diri remaja akibat maraknya kelompok remaja Kristen di Indonesia yang memiliki gambar diri yang rusak. Kerusakan tersebut terjadi akibat berbagai faktor, baik secara internal karena krisis identitas yang mereka alami di dalam tahapan perkembangan diri maupun secara eksternal karena pengaruh keluarga dan lingkungan hidup mereka. Dengan dibiarkannya kerusakan ini tanpa tindakan, gambar diri yang rusak ini membuat kondisi kehidupan remaja semakin memburuk. Bahkan, hal ini juga berpotensi memicu fenomena bunuh diri pada remaja.

Sebagai firman Allah, Alkitab memberikan jawaban yang jelas terhadap permasalahan kerusakan gambar diri pada remaja. Salah satu perikop yang menegaskan hal ini terdapat dalam Efesus 4:17–24. Oleh sebab itu, penelitian ini menggunakan metode studi kepustakaan untuk mengkaji secara deskriptif kedua variabel—kerusakan gambar diri remaja dan solusi pemulihannya berdasarkan Efesus 4:17–24. Pengajaran Paulus dalam Efesus 4:17–24 menegaskan bahwa karena pengenalan akan Kristus, seorang individu mampu memiliki gambar diri yang baru. Apabila dipelihara dengan baik, gambar diri yang baru ini akan sepenuhnya membawa perubahan pada kondisi kehidupan remaja ke arah yang lebih baik sesuai dengan kehendak Allah.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Hanya oleh kasih dan anugerah-Nya penelitian ini dapat selesai. Penulis mengucapkan syukur serta berterima kasih atas kasih dan anugerah Allah, Yesus Kristus dan pertolongan dari Roh Kudus yang telah dengan setia menyertai, menolong, dan memampukan penulis dalam menyelesaikan penelitian yang tidak mudah ini.

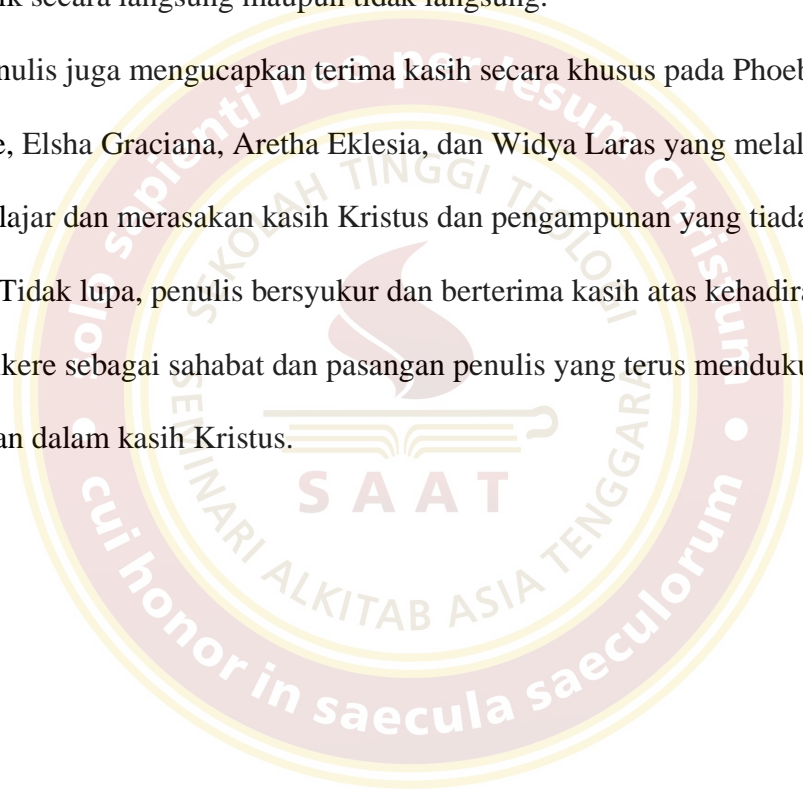
Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada keluarga inti, Mama, Papa, Cici, dan Joseph serta keluarga besar yang telah mendukung dan mendoakan penulis dalam masa penyelesaian tugas akhir ini. Penulis juga berterima kasih kepada segenap hamba Tuhan dan jemaat GMI Imanuel Jakarta yang telah menjadi sponsor semasa studi yang terus mendukung dan mendoakan penulis. Penulis juga berterima kasih kepada komunitas remaja dan pemuda GMI Imanuel Jakarta yang juga turut mendukung dan mendoakan penulis dalam menyelesaikan penelitian ini.

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Ko Lim Hendra sebagai dosen yang telah dengan sabar dan penuh kasih membimbing dan memberikan masukan kepada penulis dalam menyelesaikan penelitian yang tidak mudah ini. Penulis juga berterima kasih kepada para dosen, yang telah dengan sabar dan penuh kasih mengajar dan membagikan pengalaman hidup bersama Kristus kepada saya baik melalui proses pembelajaran di kelas maupun secara pribadi. Penulis juga berterima kasih kepada Bapak Budimoeljono dan Ibu Ratnadjani sebagai bapak dan ibu asrama yang telah menjadi orang tua bagi penulis selama menjalani studi di SAAT. Penulis mengucapkan terima kasih kepada Ci Carolina Sopotri, Ibu Aileen Mamahit dan Ibu

Melly Auw sebagai konselor pribadi dan konselor pasangan yang telah menyadarkan penulis akan kasih, pengampunan, dan penyertaan Kristus dalam kehidupan penulis.

Penulis juga berterima kasih kepada komunitas SAAT, mulai dari para staf, teman-teman semeja makan, dan teman-teman kamar 311, 213, dan 303, dan teman-teman lintas masta yang telah berbagi cerita serta canda tawa selama menjalani studi sampai penyelesaian tugas akhir. Terkhusus Masta 2018, *Shoal* yang menjadi teman diskusi dan terlibat dalam proses pembentukan penulis untuk semakin serupa dengan Kristus baik secara langsung maupun tidak langsung.

Penulis juga mengucapkan terima kasih secara khusus pada Phoebe Bernadette, Elsha Graciana, Aretha Eklesia, dan Widya Laras yang melalui mereka penulis belajar dan merasakan kasih Kristus dan pengampunan yang tiada habis-habisnya. Tidak lupa, penulis bersyukur dan berterima kasih atas kehadiran Christian Joel Mawikere sebagai sahabat dan pasangan penulis yang terus mendukung dan menguatkan dalam kasih Kristus.



## DAFTAR ISI

BAB 1 PENDAHULUAN	1
Latar Belakang Masalah	1
Rumusan Masalah dan Tujuan Penelitian	8
Batasan Pembahasan	9
Metode Penelitian	9
Sistematika Penulisan	10
BAB 2 KERUSAKAN GAMBAR DIRI REMAJA	12
Karakteristik Gambar Diri Remaja	13
Karakteristik Gambar Diri Remaja secara Biologis	16
Karakteristik Gambar Diri Remaja secara Psikologis	19
Karakteristik Gambar Diri Remaja secara Psikososial	21
Faktor Penyebab Kerusakan Gambar Diri Remaja	25
Penyebab Kerusakan Gambar Diri secara Psikologis	25
Penyebab Kerusakan Gambar Diri secara Teologis	36
Dampak Kerusakan Gambar Diri pada Remaja	40
Kesimpulan	42
BAB 3 KONSEP MANUSIA BARU BERDASARKAN EFESUS 4:17-24	44

Analisis Konteks	45
Konteks Sosial	46
Konteks Jemaat Efesus	52
Konteks Literer	59
Konsep tentang Manusia Baru dalam Efesus 4:17–24	67
Menenal Kristus	70
Menanggalkan Manusia Lama dan Mengenakan Manusia Baru	73
Kesimpulan	76
<b>BAB 4 SOLUSI PEMULIHAN ATAS KERUSAKAN GAMBAR DIRI REMAJA BERDASARKAN EFESUS 4:17–24</b>	<b>78</b>
Konsep Solutif atas Kerusakan Gambar Diri Remaja Berdasarkan Efesus 4:17–24	80
Kesimpulan	86
<b>BAB 5 PENUTUP</b>	<b>88</b>
Kesimpulan	88
Saran untuk Penelitian Lanjutan	89
Pembimbingan Kolaboratif sebagai Metode Pemulihan Kerusakan Gambar Diri Remaja	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
<b>DAFTAR KEPUSTAKAAN</b>	<b>91</b>

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### Latar Belakang Masalah

Remaja merupakan fase transisi yang dialami seseorang dalam perkembangan dari kanak-kanak menuju dewasa. Pada fase ini, seseorang akan mengalami perubahan hormon, fisik, psikologis, maupun sosial.<sup>1</sup> Perubahan yang kompleks ini menimbulkan fenomena-fenomena umum yang terjadi pada remaja. Salah satu fenomena yang terjadi pada remaja adalah fenomena kecenderungan untuk bunuh diri. Menurut hasil survei Bilangan Research Center (BRC) terhadap 4.095 generasi muda Kristen yang tersebar di 42 kota dan kabupaten di Indonesia pada tahun 2018, sebanyak 581 remaja pernah berpikir untuk bunuh diri.<sup>2</sup> Di antara 581 orang tersebut, 3,5% telah benar-benar melakukannya.

Terdapat beberapa faktor yang melatarbelakangi fenomena bunuh diri pada remaja. Secara nasional, tiga alasan terbesar yang membuat mereka berpikir ingin mengakhiri hidup adalah (1) *stress* (14,1%), lelah masalah hidup (13,2%), dan (3)

---

<sup>1</sup>Jose Batubara, "Adolescent Development (Perkembangan Remaja)," *Sari Pediatri* 12, no. 1 (November 2016): 1, <https://doi.org/10.14238/sp12.1.2010.21-9>.

<sup>2</sup>Handi Irawan D. dan Cemara A. Putra, "Dinamika Hidup Generasi Muda Kristen Indonesia," diakses 11 April 2022, <http://bilanganresearch.com/dinamika-hidup-generasi-muda-kristen-indonesia.html>.

putus harapan (7,9%). Jika dikelompokkan dari keseluruhan alasan di atas, 21,3% kecenderungan bunuh diri pada remaja disebabkan oleh masalah dalam keluarga, baik itu bertengkar dengan saudara, lelah masalah keluarga, kecewa dengan orang tua, dan berbagai masalah keluarga lainnya.<sup>3</sup> Faktor penyebab bunuh diri remaja yang serupa juga ditemukan oleh Hermin Mallo dan Daniel Ronda dalam penelitian mereka. Mereka menemukan tiga alasan utama tindakan bunuh diri pada remaja usia 15–17 tahun di Makassar: depresi, gambar diri yang keliru, dan kondisi relasi remaja dengan keluarga mereka.<sup>4</sup> Temuan kedua penelitian ini mengindikasikan bahwa kebanyakan penyebab keinginan remaja Indonesia untuk mengakhiri hidup adalah stres, depresi, gambar diri yang keliru dan masalah dalam keluarga mereka.

Penyebab-penyebab tersebut terhubung satu sama lain. Stres yang tidak teratasi atau bahkan tidak terdeteksi akan menjadi depresi. Depresi yang dialami remaja merupakan kondisi serius yang berpotensi membawa pengaruh negatif terhadap perilaku, emosi, dan cara berpikir remaja tersebut. Depresi bersifat berkepanjangan dan memerlukan penanganan khusus dari berbagai pihak. Stres yang berujung pada depresi remaja biasanya disebabkan oleh kondisi keluarga yang tidak ideal. Sebagai contoh, remaja dengan orang tua yang bercerai, orang tua tunggal, atau remaja yang memiliki kondisi finansial keluarga yang kurang baik cenderung rentan terhadap kondisi depresi. Remaja dengan keluarga yang tidak utuh juga merupakan

---

<sup>3</sup>Ibid.

<sup>4</sup>Hermin Mallo dan Daniel Ronda, “Analisis Faktor Penyebab Utama Kecenderungan Bunuh Diri di Kalangan Remaja yang Berusia 15-17 Tahun di Makassar,” *Jurnal Jaffray* 8, no. 1 (April 2010): 35–36, <https://doi.org/10.25278/jj71.v8i1.42>.



indikator dominan ditemukan di antara remaja yang mengalami depresi.<sup>5</sup> Hal ini menunjukkan bahwa relasi dan suasana yang baik dalam keluarga merupakan faktor penting bagi kesehatan mental remaja.

Ketika kebutuhan kesehatan mental remaja ini terus menerus tidak terpenuhi, gambar diri mereka dapat terganggu atau rusak. Sebagai contoh, ketika pola asuh dalam keluarga atau relasi keluarga tidak sehat, remaja dapat memiliki gambar diri yang tidak utuh. Sejak usia anak-anak, seseorang akan meneladani orang tua mereka, sehingga mereka juga menyerap nilai-nilai yang orang tua mereka tanamkan baik sengaja maupun tanpa sengaja. Hal ini disebabkan mereka belum memiliki kemampuan untuk menentukan nilai mereka sendiri.<sup>6</sup> Maka dari itu, jika sejak kecil seorang anak telah merasakan bahwa dirinya tidak berharga, hal ini dapat terus terbawa dan terus ia rasakan hingga menginjak usia remaja bahkan sampai dewasa.

Brigitta Erlita Tri Anggadewi menemukan bahwa salah satu faktor yang melatarbelakangi fenomena ekstrem seperti bunuh diri pada remaja adalah trauma kekerasan yang terlebih dahulu dialami oleh remaja tersebut, baik dari dalam keluarga maupun dari lingkungan luar.<sup>7</sup> Kekerasan terbukti menghasilkan perasaan tidak bahagia dan lambat laun memengaruhi gambar diri, perkembangan mental, wawasan dunia, dan rasa memiliki terhadap komunitas remaja. Sebuah studi menyatakan bahwa

---

<sup>5</sup>Helen Z. Reinherz et.al., "Childhood and Adolescent Predictors of Major Depression in the Transition to Adulthood," *American Journal of Psychiatry* 160, no. 12 (Desember 2003): 2144, <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.160.12.2141>.

<sup>6</sup>Relimawati Sihombing, "Penilaian (Gambar) Diri Remaja Kristen Berdasarkan Kebenaran Alkitab," *Areopagus: Jurnal Pendidikan dan Teologi Kristen* 19, no. 2 (September 2021): 129–30, <https://doi.org/10.46965/ja.v19i2.748>.

<sup>7</sup>Brigitta Erlita Tri Anggadewi, "Dampak Psikologis Trauma Masa Kanak-Kanak pada Remaja," *Solution: Journal of Counselling and Personal Development* 2, no. 2 (Desember 2020): 5, <https://e-journal.usd.ac.id/index.php/solution/article/view/3387>.

kekerasan di masa kanak-kanak berpengaruh sebesar 17–41% terhadap penyakit mental pada masa dewasa muda.<sup>8</sup> Dengan kalimat lain, peristiwa kekerasan traumatis yang dialami remaja pada masa kanak-kanak dapat menimbulkan trauma dan mengakibatkan munculnya gejala atau perilaku negatif tertentu. Sebagai akibatnya, remaja mungkin merasa rendah diri, tidak percaya diri, kesepian, terluka, dan sebagainya.<sup>9</sup> Pada tingkat tertentu, remaja akan merasa sangat tidak dikasihi atau tidak merasa dianggap berharga.<sup>10</sup> Hal ini menunjukkan bahwa kekerasan atau tidak terpenuhinya kebutuhan mental remaja dapat mengakibatkan kerusakan gambar diri pada remaja.

Masalah kerusakan gambar diri remaja menjadi lebih rumit karena remaja menghadapi masa krisis identitas—mereka baru tiba pada tahap pembentukan gambar diri yang lebih kuat untuk memasuki fase dewasa.<sup>11</sup> Identitas diri yang dimaksudkan di sini adalah usaha remaja untuk menjelaskan siapa diri mereka, apa peran mereka bagi masyarakat, dan sebagainya.<sup>12</sup> Hal ini menjadikan identitas diri sebagai sesuatu yang penting dan utama bagi remaja. Namun hal ini dapat menjadi kesulitan bagi remaja karena kerusakan gambar diri yang mereka alami. Hal ini disebabkan oleh

---

<sup>8</sup>Masako Tanaka et al. “The Linkages among Childhood Maltreatment, Adolescent Mental Health, and Self-Compassion in Child Welfare Adolescents,” *Child Abuse & Neglect: The International Journal* 35, no. 10 (Oktober 2011): 888, <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2011.07.003>.

<sup>9</sup>Gregory L. Jantz dan Ann McMurray, *Healing the Scars of Emotional Abuse*, ed. rev. (Grand Rapids: Revell, 2009), 104.

<sup>10</sup>David Daniel Royse, *Emotional Abuse of Children: Essential Information* (London: Routledge, 2016), 8.

<sup>11</sup>Batubara, “Adolescent Development,” 27.

<sup>12</sup>Riry Fatmawaty, “Memahami Psikologi Remaja,” *Reforma: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran* 6, no. 2 (Desember 2017): 58, <https://doi.org/10.30736/rfma.v6i2.33>.

pergaulan mereka, kondisi dan relasi dengan keluarga, serta trauma yang mereka bawa sejak kecil yang memengaruhi gambar diri mereka.

Di dalam perspektif Kristen, permasalahan kerusakan gambar diri remaja tidak dapat dipisahkan dari pengajaran Alkitab mengenai manusia sebagai gambar dan rupa Allah. Pada awalnya, manusia—Adam dan Hawa—diciptakan oleh Allah segambar dan serupa dengan-Nya (Kej. 1:27). Dengan demikian, mereka sebagai makhluk rohani memiliki persekutuan erat dengan Allah dan memiliki kehidupan kekal. Sebagai makhluk rasional, mereka juga memiliki kemampuan untuk mencipta dengan kreatif. Sebagai makhluk bermoral, mereka memiliki kebebasan untuk memilih dan bertindak, namun Allah memberikan hukum etis. Kemudian sebagai makhluk sosial, mereka dapat berelasi dengan sesamanya.<sup>13</sup>

Namun hal tersebut tidak berlangsung lama sebab tercatat pada Kejadian 3 bahwa mereka memberontak terhadap perintah Allah. Sebagai akibatnya mereka kehilangan persekutuan dengan Allah, kehilangan kemuliaan Allah dan kehidupan kekal. Pikiran mereka juga menyimpang dari kebenaran. Mereka memiliki banyak pilihan yang membuat mereka dapat jatuh dalam dosa. Dosa juga memunculkan perasaan bersalah, takut, dan malu serta mengakibatkan manusia memiliki konsep diri yang keliru.<sup>14</sup> Dengan demikian dapat dilihat bahwa akibat dosa, manusia mengalami kerusakan gambar diri yang juga berkaitan dengan konsep diri.

---

<sup>13</sup>Soleman Kawangmani dan Irawan Budi Lukmono, "Efektivitas Pembelajaran Agama Kristen melalui Mata Kuliah Pendidikan Agama Kristen di Perguruan Tinggi terhadap Pemahaman Mahasiswa Kristen tentang Gambar Diri," *Jurnal Gamaliel: Teologi Praktika* 2, no. 1 (Maret 2020): 5, <https://doi.org/10.38052/gamaliel.v2i1.48>.

<sup>14</sup>Agnes Maria, "Pemulihan Konsep Diri dalam Penyembuhan Luka Batin," *Dunamos: Jurnal Teologi dan Pendidikan Agama Kristen* 2, no. 1 (Juli 2021): 79, <https://doi.org/10.54735/djtpak.v2i1.5>.

Kejatuhan Adam dan Hawa dalam dosa berdampak pada seluruh manusia. Karena hal tersebut setiap manusia mengalami kerusakan gambar diri. Dosa yang diturunkan Adam kepada seluruh manusia mengakibatkan setiap manusia juga mengalami kerusakan gambar diri. Namun, dengan penebusan yang dinyatakan dalam Yesus Kristus, pemulihan gambar diri dapat terjadi. Hal ini membuat manusia yang percaya kepada Kristus mendapatkan keselamatan dan kembali menemukan kemuliaan Allah. Dengan demikian, manusia menjadi ciptaan baru dan dapat kembali berelasi dengan Allah. Dengan menjadi manusia baru, manusia kembali menjadi benar dan kudus sesuai dengan gambar dan rupa Allah.<sup>15</sup>

Namun, dampak dosa tidak hilang begitu saja. Selama manusia masih hidup di dalam dunia yang didominasi oleh dosa, manusia akan terus berhadapan dengan dosa dan dapat terus jatuh ke dalamnya. Hal tersebut juga terjadi secara nyata dalam kehidupan manusia masa kini, termasuk remaja. Dengan kerusakan gambar diri yang mereka alami, akan sulit bagi mereka untuk menjalani kehidupan mereka. Seseorang yang mengalami kerusakan gambar diri tidak dapat menerima dan merasakan kasih dan kebaikan Tuhan dalam kehidupannya. Ia juga memiliki kecenderungan untuk menganggap dirinya sama sekali tidak berharga, sehingga sulit untuk mengasihi sesamanya. Selain itu ia juga memiliki kecenderungan untuk menyalahkan Tuhan. Ia tidak mampu melihat tujuan rencana Allah dalam kehidupannya sehingga ia memandang bahwa segala hal buruk dan menyakitkan yang dialaminya disebabkan

---

<sup>15</sup>Kawangmani dan Lukmono, "Efektivitas Pembelajaran Agama Kristen," 5–7.

oleh Allah.<sup>16</sup> Jika gambar diri yang rusak tidak diperbaiki, maka kondisi kehidupan remaja akan semakin memburuk.

Dilihat dari perspektif Kristen di atas, kerusakan gambar diri remaja bukanlah permasalahan yang dapat dihindari di tengah dunia yang berdosa. Namun, Alkitab juga mengajarkan adanya suatu pemulihan bagi kerusakan gambar diri remaja, yaitu melalui pembaruan di dalam Kristus. Remaja perlu ditolong dalam menghadapi kerusakan gambar diri mereka dengan kebenaran Firman Tuhan. Dalam hal ini harus ada yang bertindak untuk menolong dan membimbing remaja dalam pemulihan trauma yang mereka tanggung. Pihak-pihak yang dapat berperan dalam kasus ini adalah keluarga dan gereja. Sebagai komunitas Kristen yang paling dekat dengan remaja, keluarga dan gereja memiliki peran penting untuk memberikan pertolongan dan bimbingan kepada mereka.<sup>17</sup>

Oleh sebab itu, dalam penelitian ini penulis mencari dan membagikan solusi dari masalah kerusakan gambar diri yang dihadapi remaja berdasarkan konsep manusia baru dalam Efesus 4:17-24. Sebab ketika menjadi manusia baru, seseorang akan meninggalkan manusia lama mereka. Artinya mereka tidak lagi menjalani hidup dengan pemikiran yang sia-sia melainkan mereka akan memiliki pemikiran yang baru sesuai dengan Kristus.

---

<sup>16</sup>Triani Devita Sinaga, "Pemulihan Alkitabiah terhadap Konsep Diri Irasional Kaum Muda," *Missio Ecclesiae* 7, no. 2 (Oktober 2020): 281, <https://doi.org/10.52157/me.v7i2.90>.

<sup>17</sup>Michele F. Junkin, "Identity Development in the Context of the Faith Community," *Christian Education Journal* 6, no. 2 (2002): 29, ATLASerials Plus.

## **Rumusan Masalah dan Tujuan Penelitian**

Masalah utama yang melatarbelakangi penelitian ini adalah tingginya tingkat bunuh diri yang dilakukan oleh remaja. Beberapa penyebab terjadinya tindakan ini adalah stres, depresi, kerusakan gambar diri, dan relasi remaja dengan keluarga yang menimbulkan trauma. Keempat penyebab ini saling berhubungan dan bermuara pada kerusakan gambar diri remaja. Dalam hal ini masalah yang penulis soroti adalah kerusakan gambar diri pada remaja dan secara teologis terjadi karena kejatuhan manusia dalam dosa. Maka dari itu, penting untuk mencari solusinya berdasarkan konsep manusia baru, di mana orang percaya telah mengenakan manusia baru, yang telah diciptakan menurut kehendak Allah di dalam kebenaran dan kekudusan yang sesungguhnya (Ef. 4:24).

Dalam upaya untuk menjelaskan solusi pemulihan kerusakan gambar diri remaja berdasarkan konsep manusia baru, ada beberapa pertanyaan yang perlu dijawab terlebih dahulu, antara lain: Pertama, apa penyebab kerusakan gambar diri yang dialami remaja? Kedua, apakah yang dikatakan oleh Efesus 4:17–24 mengenai manusia baru di dalam Kristus berkaitan dengan gambar diri manusia? Ketiga, bagaimana gereja dapat membantu remaja untuk melihat dan menyadari bahwa mereka telah ditebus Kristus dan telah mengenal Kristus serta menjadi manusia baru?

Penelitian ini dibuat dengan tujuan membantu gereja untuk kembali memerhatikan permasalahan kerusakan gambar diri remaja secara lebih serius. Usia remaja merupakan periode krusial dalam pembentukan identitas diri seseorang. Tanpa gambar diri yang benar sesuai firman Tuhan, seorang remaja mungkin akan berakhir dengan tidak memiliki gambar diri yang utuh. Selain itu, penelitian ini juga dibuat untuk memberikan wawasan bagi keluarga dan gereja mengenai solusi pemulihan

kerusakan gambar diri remaja berdasarkan konsep manusia baru dalam Alkitab. Harapannya, semakin banyak remaja yang bergumul dengan kerusakan gambar diri memiliki kekuatan dan harapan baru untuk semakin serupa dengan Kristus sejak mereka menjadi manusia baru.

### **Batasan Pembahasan**

Pembahasan dilakukan dengan mempelajari bagaimana kerusakan gambar diri dapat memengaruhi kehidupan remaja. Dalam hal ini penulis membahas mengenai faktor-faktor penyebab terjadinya kerusakan gambar diri. Penulis membahas mengenai faktor penyebab ini dari segi teologis dan psikologis. Penulis menyoroti bagaimana dosa merupakan penyebab terjadinya kerusakan gambar diri serta bagaimana kekerasan terjadi di sebuah keluarga yang berarti kekerasan yang dilakukan oleh orang tua atau saudara kandung. Kemudian batas usia remaja yang diteliti adalah usia Gen Z menurut Barna yaitu remaja yang lahir pada tahun 1995-2015.<sup>18</sup>

### **Metode Penelitian**

Dalam penulisan skripsi ini penulis menggunakan metode studi kepustakaan. Penulis menggunakan literatur-literatur akademik untuk mencari tahu salah satu pergumulan yang dihadapi oleh remaja Kristen di Indonesia. Melalui literatur-literatur

---

<sup>18</sup>*Gen Z: The Culture, Beliefs and Motivations Shaping the Next Generation* (Ventura: Barna Group, 2018), 10.

akademik tersebut, penulis juga mempelajari serta memahami karakteristik remaja, melakukan analisis terhadap faktor penyebab terjadinya kerusakan gambar diri pada remaja serta dampak kerusakan gambar diri bagi remaja. Penulis menggunakan metode eksegesis untuk memaparkan konsep manusia baru dalam Efesus 4:17–24. Setelahnya penulis akan memberikan solusi pemulihan bagi remaja yang mengalami kerusakan gambar diri. Makalah ini akan ditutup dengan kesimpulan dan saran.

### **Sistematika Penulisan**

Demi tercapainya tujuan penelitian ini, berikut adalah sistematika penulisannya. Bab pertama penulis membahas tentang latar belakang, rumusan masalah, dan tujuan penulisan. Pada bab pertama penulis mengajak pembaca melihat fenomena yang terjadi dan dibuktikan dengan melampirkan data yang ada. Lalu dilanjutkan dengan penjelasan dalam bab kedua di mana penulis membahas tentang remaja. Penulis akan membahas karakteristik gambar diri remaja, faktor penyebab kerusakan gambar diri remaja, dan dampak kerusakan gambar diri bagi remaja.

Dalam bab ketiga, penulis membahas mengenai konsep manusia baru berdasarkan salah satu surat yang ditulis oleh Paulus, yaitu surat Efesus. Penulis akan melakukan eksegesis pada Efesus 4:17–24. Bab ketiga ini ditulis dengan tujuan untuk melihat sudut pandang Alkitab mengenai manusia baru. Pada bab keempat penulis membahas mengenai solusi pemulihan gambar diri remaja berdasarkan konsep manusia baru dalam Efesus 4:17–24. Berdasarkan ayat yang telah dieksegesis, penulis akan memberikan jawaban berupa solusi pemulihan untuk remaja yang mengalami kerusakan gambar diri berdasarkan konsep manusia baru dari Efesus 4:17–24.



Terakhir, pada bab kelima penulis akan memberikan kesimpulan dari keseluruhan isi penulisan serta saran.



## DAFTAR KEPUSTAKAAN

- Ackerman, Paul D. *In God's Image After All: How Psychology Supports Biblical Creationism*. Grand Rapids: Baker Book, 1990.
- Agustin, Mubiar, Ipah Saripah, dan Asep Deni Gustiana. "Analisis Tipikal Kekerasan pada Anak dan Faktor yang Melatarbelakanginya." *Jurnal Ilmiah Visi* 13, no. 1 (Juni 2018): 1–10. <https://doi.org/10.21009/JIV.1301.1>.
- American Psychological Association. *Developing Adolescents: A Reference for Professionals*. Washington: American Psychological Association, 2002.
- Anggadewi, Brigitta Erlita Tri. "Dampak Psikologis Trauma Masa Kanak-Kanak pada Remaja." *Solution: Journal of Counselling and Personal Development* 2, no. 2 (Desember 2020): 1–7. <https://e-journal.usd.ac.id/index.php/solution/article/view/3387>.
- Anthoneta, Jublina. "Kepercayaan Diri Remaja." *Sanctum Domine: Jurnal Teologi* 4, no. 1 (Maret 2016): 54–76. <https://doi.org/10.46495/sdjt.v4i1.17>.
- Arnold, Clinton E. *Ephesians*. Zondervan Exegetical Commentary on the New Testament. Grand Rapids: Zondervan, 2011.
- Bailey, Joseph A. "Self-Image, Self-Concept, and Self-Identity Revisited." *Journal of National Medical Association* 95 (Mei 2003): 383–86. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2594523/pdf/jnma00309-0088.pdf>.
- Barna Group. *Gen Z: The Culture, Beliefs and Motivations Shaping the Next Generation*. Ventura: Barna Group, 2018.
- Batubara, Jose. "Adolescent Development (Perkembangan Remaja)." *Sari Pediatri* 12, no. 1 (November 2016): 21–29. <https://doi.org/10.14238/sp12.1.2010.21-9>.
- Beauchamp, Lance T. "The Old and New Man in Ephesians 4:17–24." *Faith and Mission* 24, no. 3 (2007): 30–45. ATLASerials Plus.
- Berkhof, Louis. *Teologi Sistematis*. Vol 1, *Doktrin Allah*. Diterjemahkan oleh Yudha Thianto. Jakarta: Lembaga Reformed Injili Indonesia, 1993.
- . *Teologi Sistematis*. Vol 2, *Doktrin Manusia*. Diterjemahkan oleh Yudha Thianto. Jakarta: Lembaga Reformed Injili Indonesia, 1994.
- Bruce, F.F. *The Epistles to the Colossians, to Philemon, and to the Ephesians*. Grand Rapids: Eerdmans, 1984.

- Carr, Wesley, ed. *The New Dictionary of Pastoral Studies*. Grand Rapids: Eerdmans, 2002.
- Child Welfare Information Gateway. *Parenting a child who has experienced trauma*. Washington, DC: U.S. Department of Health and Human Services, Children's Bureau, 2014. <https://www.childwelfare.gov/pubPDFs/child-trauma.pdf>.
- DeSilva, David A. *An Introduction to the New Testament: Contexts, Methods & Ministry Formation*. Ed. ke-2. Downers Grove: IVP, 2018.
- . *Honor, Patronage, Kinship & Purity: Unlocking New Testament Culture*. Downers Grove: InterVarsity, 2000.
- Diem-Wille, Gertraud. *Psychoanalytic Perspectives on Puberty and Adolescence: The Inner Worlds of Teenagers and Their Parents*. Diterjemahkan oleh Benjamin Mcquade. London: Routledge, 2020. eBook Collection (EBSCOhost).
- Elliot, Michele. "Abuse, Child." Dalam Carr, *The New Dictionary of Pastoral Studies*, 3–4.
- Elwell, Walter A., dan Robert W. Yarbrough. *Encountering the New Testament: A Historical and Theological Survey*. Ed. ke-3. Encountering Biblical Studies. Grand Rapids: Baker Academic, 2013.
- Fatmawaty, Riryn. "Memahami Psikologi Remaja." *Reforma: Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran* 6, no. 2 (Desember 2017): 55–65. <https://doi.org/10.30736/rfma.v6i2.33>.
- Florell, J.L. "Children." Dalam Hunter, *Dictionary of Pastoral Care and Counseling*, 143–45.
- Fowler, J.W., dan N.F. Hahn. "Identity." Dalam Hunter, *Dictionary of Pastoral Care and Counseling*, 565–67.
- Guindon, Mary H. *Self-Esteem across the Lifespan: Issues and Interventions*. New York: Routledge, 2010.
- Gunarsa, Yulia Singgih D. "Perkembangan Kepribadian Remaja." Dalam *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*, diedit oleh Singgih D. Gunarsa dan Yulia Singgih D. Gunarsa, 201–22. Jakarta: BPK Gunung Mulia, 1983.
- Hoehner, Harold W. *Ephesians: An Exegetical Commentary*. Grand Rapids: Baker Academic, 2002.
- Hunter, Rodney J., ed. *Dictionary of Pastoral Care and Counseling*. Nashville: Abingdon, 1990.
- Junkin, Michele F. "Identity Development in The Context of The Faith Community." *Christian Education Journal* 6, no. 2 (2002): 29–41. ATLASerials Plus.

- Jacobs, Michael. "Identity." Dalam Carr, *The New Dictionary of Pastoral Studies*, 166–67.
- Kawangmani, Soleman, dan Irawan Budi Lukmono. "Efektivitas Pembelajaran Agama Kristen melalui Mata Kuliah Pendidikan Agama Kristen di Perguruan Tinggi terhadap Pemahaman Mahasiswa Kristen tentang Gambar Diri." *Jurnal Gamaliel: Teologi Praktika* 2, no. 1 (Maret 2020): 1–10.  
<https://doi.org/10.38052/gamaliel.v2i1.48>.
- Kirk, Mary. "Family." Dalam Carr *The New Dictionary of Pastoral Studies*, 124–25.
- Kurniasari, Alit. "Kekerasan Versus Disiplin dalam Pengasuhan Anak." *Sosio Informa* 1, no. 02 (2015): 141–159.  
<https://www.neliti.com/publications/52827/kekerasan-versus-disiplin-dalam-pengasuhan-anak>.
- Lanius, Ruth A. "Trauma-Related Dissociation and Altered States of Consciousness: A Call for Clinical, Treatment, and Neuroscience Research." *European Journal of Psychotraumatology* 6, no. 1 (Mei 2015): 1–9.
- Lowe, Julie. "Teens and Suicide: Recognizing the Signs and Sharing Hope." *Journal of Biblical Counseling* 35, no. 1 (2021): 7–20. ATLASerials Plus.
- Malina, Bruce J. "Collectivism in Mediterranean Culture." Dalam *Understanding the Social World of The New Testament*, diedit oleh Dietmar Neufeld dan Richard E. DeMaris, 17–28. London: Routledge, 2010.
- Malina, Bruce J., dan John J. Pilch. *Social-Science Commentary on the Deutero-Pauline Letters*. Minneapolis: Fortress Press, 2014.
- Mallo, Hermin, dan Daniel Ronda. "Analisis Faktor Penyebab Utama Kecenderungan Bunuh Diri di Kalangan Remaja yang Berusia 15-17 Tahun di Makassar." *Jurnal Jaffray* 8, no. 1 (April 2010): 35–43.  
<https://doi.org/10.25278/jj71.v8i1.42>.
- Maria, Agnes. "Pemulihan Konsep Diri dalam Penyembuhan Luka Batin." *Dunamos: Jurnal Teologi dan Pendidikan Agama Kristen* 2, no. 1 (2021): 77–88.
- Maslow, Abraham H. *A Theory of Human Motivation*. Lanham: Dancing Unicorn, 2017. Adobe Digital Editions.
- McLeod, Saul. "Maslow's Hierarchy of Needs." SimplyPsychology, 4 April 2022.  
<https://www.simplypsychology.org/maslow.html>.
- Naylor, Paul B., Petch, Laurie, dan Williams, Jenna V. "Sibling Abuse and Bullying in Childhood and Adolescence: Knowns and Unknowns." Dalam *Children Behaving Badly? Peer Violence Between Children and Young People*, diedit oleh Christine Barter, dan David Berridge, 47-58. Chichester: Wiley-Blackwell, 2011.

- Noller, Patricia, dan Sharon Atkin. *Family Life in Adolescence*. Berlin: De Gruyter Open, 2014.
- Macleod, Donald. "Original Sin in Reformed Theology." Dalam *Adam, The Fall, and Original Sin: Theological, Biblical, and Scientific Perspectives*, diedit oleh Hans Madueme dan Michael Reeves, 129–46. Grand Rapid: Baker Academic, 2014.
- Pattison, Pattison. "Self." Dalam Carr, *The New Dictionary of Pastoral Studies*, 326–27.
- Rais, Joan. "Konsep Diri Pada Remaja." Dalam *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*, diedit oleh Singgih D. Gunarsa dan Yulia Singgih D. Gunarsa, 236–48. Jakarta: BPK Gunung Mulia, 1983.
- Reinherz, Helen Z., Angela D. Paradis, Rose M. Giaconia, Cecilia K. Stashwick, dan Garrett Fitzmaurice. "Childhood and Adolescent Predictors of Major Depression in the Transition to Adulthood." *American Journal of Psychiatry* 160, no. 12 (Desember 2003): 2141–47.  
<https://doi.org/10.1176/appi.ajp.160.12.2141>.
- Ridley, C.R. "Self-Esteem." Dalam Hunter, *Dictionary of Pastoral Care and Counseling*, 1131–1132.
- Rogers, Carl R. *On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy*. Boston: Houghton Mifflin, 1961. Adobe Digital Edition
- Royse, David Daniel. *Emotional Abuse of Children: Essential Information*. London: Routledge, 2016.
- Samidah, Ida, Murwati, dan Mirawati. "Hubungan antara Pengalaman Memperoleh Hukuman Fisik di Masa Anak dengan Perilaku Agresif pada Remaja di SMKN 02 Kota Bengkulu." *Journal of Nursing and Public Health* 6, no. 1 (Mei 2018). <https://doi.org/10.37676/jnph.v6i1.492>.
- Sampley, J. Paul. *Walking in Love: Moral Progress and Spiritual Growth with the Apostle Paul*. Minneapolis: Fortress, 2016.
- Santrock, John W. *Life-Span Development*. Ed. ke-17. New York: McGraw-Hill, 2019.
- Schreiner, Thomas R. "Original Sin and Original Death." Dalam *Adam, The Fall, and Original Sin: Theological, Biblical, and Scientific Perspectives*, diedit oleh Hans Madueme dan Michael Reeves, 271–88. Grand Rapid: Baker Academic, 2014.
- Schnabel, Eckhard J. *Acts. Exegetical Commentary on the New Testament*. Grand Rapids: Zondervan, 2016.

- Shoemaker, S.F. "Adolescents." Dalam Hunter, *Dictionary of Pastoral Care and Counseling*, 8–10.
- Shuster, Marguerite. *The Fall and Sin: What We Have Become as Sinners*. Grand Rapids: Eerdmans, 2004.
- Sihombing, Relimawati. "Penilaian (Gambar) Diri Remaja Kristen Berdasarkan Kebenaran Alkitab." *Areopagus: Jurnal Pendidikan Dan Teologi Kristen* 19, no. 2 (September 2021): 128–40. <https://doi.org/10.46965/ja.v19i2.748>.
- Sinaga, Triani Devita. "Pemulihan Alkitabiah terhadap Konsep Diri Irasional Kaum Muda." *Missio Ecclesiae* 7, no. 2 (Oktober 2020): 259–86. <https://doi.org/10.52157/me.v7i2.90>.
- Snodgrass, Klyne. *Ephesians*. NIV Application Commentary. Grand Rapids: Zondervan, 1996.
- Sulistiyorini, Wandansari, dan Muslim Sabarisman. "Depresi: Suatu Tinjauan Psikologis." *Sosio Informa: Kajian Permasalahan Sosial dan Usaha Kesejahteraan Sosial* 3, no. 2 (Agustus 2017): 89–202. <https://doi.org/10.33007/inf.v3i2.939>.
- Tanaka, Masako, Christine Wekerle, Mary Lou Schmuck, dan Angela Paglia-Boak. "The Linkages among Childhood Maltreatment, Adolescent Mental Health, and Self-Compassion in Child Welfare Adolescents." *Child Abuse & Neglect: The International Journal* 35, no. 10 (Oktober 2011): 887–98. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2011.07.003>.
- Thielman, Frank. *Ephesians*. Baker Exegetical Commentary on the New Testament. Grand Rapids: Baker Academic, 2013.
- Wiehe, Vernon R. *Sibling Abuse: Hidden Physical, Emotional, and Sexual Trauma*. Ed. ke-2. Thousand Oaks: SAGE, 1997.
- . *Understanding Family Violence: Treating and Preventing Partner, Child, Sibling and Elder Abuse*. Thousand Oaks: SAGE, 1998.