

Menemukan Identitas Dan Tujuan Hidup: Program Penguatan Mental Dan Spiritual Di Yayasan Rehabilitasi Pondok Anugerah Bandung

Romika,¹ Emilia Kartika,² Hary Gunawan,³ Hendric Kusnadi,⁴ Budi Harianto Sardjono,⁵ Yunita Sardo Manalu,⁶ Elman Marunduri,⁷ Endrow Dona,⁸ Yunita⁹
Sekolah Tinggi Teologi Bethel The Way, Jakarta^{1,2,3,4,5,6,7,8,9}
romika021@gmail.com*

Abstrak

Program pengabdian ini dirancang untuk menjangkau spiritual melalui pendekatan pembinaan rohani yang sistematis dan kontekstual. Terdapat lima materi inti yang disampaikan selama kegiatan, yaitu: menghadapi rasa bersalah, pemulihan dari ketergantungan, pengampunan diri, pengembangan disiplin rohani, dan hidup dengan tujuan Ilahi. Kelima materi tersebut dipaparkan melalui sesi reflektif, diskusi Alkitab, konseling kelompok, dan penguatan komunitas iman. Setiap sesi dirancang untuk mendorong proses perubahan hidup, serta kesadaran akan kasih dan anugerah Tuhan. Melalui kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat, para pasien dibimbing untuk mengalami pemulihan dari masa lalu, diajarkan bagaimana membangun relasi yang sehat dengan Allah dan sesama, serta menjalani kehidupan baru yang bermakna sesuai dengan kehendak Tuhan. Kesimpulannya, program ini membantu pemulihan dari kecanduan dan depresi tetapi juga membentuk identitas baru dan arah hidup berdasarkan nilai-nilai Alkitabiah.

Kata Kunci: Identitas, Tujuan Hidup, Penguatan, Mental, Spiritual, Rehabilitasi.

Abstract

This community service program was designed to address spiritual needs through a systematic and contextual approach to spiritual formation. The program delivered five core materials throughout the sessions: confronting guilt, recovering from addiction, self-forgiveness, developing spiritual discipline, and living with a divine purpose. These topics were presented through reflective sessions, Bible study discussions, group counseling, and the strengthening of faith-based community support. Each session aimed to foster life transformation and deepen awareness of God's love and grace. Through this community outreach initiative, participants were guided to experience healing from their past, to build healthy relationships with God and others, and to live a renewed life aligned with God's will. In conclusion, the program not only supports recovery from addiction and depression, but also facilitates the formation of a new identity and life direction based on biblical values.

Keywords: Identity, Life Purpose, Empowerment, Mental, Spiritual, Rehabilitation.



Licensed under [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

Hak Cipta (c) 2026 Romika,¹ Emilia Kartika,² Hary Gunawan,³ Hendric Kusnadi,⁴ Budi Harianto Sardjono,⁵ Yunita Sardo Manalu,⁶ Elman Marunduri,⁷ Endrow Dona,⁸ Yunita⁹

PENDAHULUAN

Program rehabilitasi bagi individu yang mengalami gangguan mental dan spiritual menjadi aspek krusial dalam pemulihan psikososial dan identitas diri. Yayasan Rehabilitasi Pondok Anugerah (GENYOS) Bandung merupakan yayasan yang fokus pada pemulihan mental dan spiritual melalui pendekatan holistik berbasis terapi psikologis dan spiritual. Pendekatan ini memadukan aspek kejiwaan dan spiritual dalam satu kerangka layanan yang terintegrasi. GENYOS memberikan perhatian khusus terhadap proses pemulihan pasien melalui kegiatan reflektif, konseling, olahraga, serta penguatan spiritual berbasis nilai-nilai religius. Dengan demikian, program yang dijalankan di Yayasan Rehabilitasi Pondok Anugerah GENYOS tidak hanya berfokus pada aspek medis atau psikologis semata, melainkan penyediaan ruang penyembuhan yang bersifat pemulihan secara spiritual.

Rehabilitasi merupakan suatu upaya yang bersifat integrative dan kontinu (berkelanjutan). Hal ini didasarkan pada kenyataan bahwa adiksi atau kecanduan bersifat kronis dan kambuhan, sehingga suatu proses terapi bersifat jangka panjang dan harus dimonitor dalam jangka waktu tertentu. (Deputi Bidang Rehabilitasi BNN, 2016) Oleh sebab itu, diperlukan diperlukannya keseriusan komitmen dan perhatian khusus sehingga proses rehabilitasi dapat berhasil.

Sekolah Tinggi Teologi Bethel The Way Jakarta melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat sebagai bentuk kepedulian terhadap pemulihan spiritual kepada pasien yang dirawat di Yayasan Genyos. Kegiatan ini dilaksanakan dengan bentuk seminar dan konseling. Seminar dirancang untuk membekali peserta dengan pemahaman spiritual berlandaskan nilai-nilai Alkitab. Sementara itu, sesi konseling bertujuan untuk memberikan ruang refleksi dan pemulihan emosional. Melalui kegiatan ini, diharapkan para pasien tidak hanya mengalami pemulihan secara rohani, tetapi juga menemukan kembali makna dan tujuan hidup dalam proses rehabilitasi mereka.

Mazmur 23:3, *“Ia menyegarkan jiwaku. Ia menuntun aku di jalan yang benar oleh karena nama-Nya,”*. Ayat ini menekankan dua aspek utama yaitu pemulihan jiwa (mental-spiritual healing) dan penemuan arah hidup yang benar (identitas dan tujuan hidup). Dalam konteks rehabilitasi, banyak individu yang datang dengan kondisi jiwa yang terluka, kehilangan arah, dan mengalami krisis identitas akibat keterlibatan dalam penyalahgunaan zat atau kondisi sosial yang merusak. Lebih lanjut, frase *“Ia menuntun aku di jalan yang benar oleh karena nama-Nya”* menunjukkan bahwa Allah tidak hanya menyembuhkan, tetapi

juga mengarahkan. Hal ini selaras dengan tujuan program di GENYOS yang tidak hanya fokus pada penghentian perilaku adiktif, tetapi juga mendorong peserta untuk menemukan kembali tujuan hidup dan identitas diri mereka di dalam kehendak Tuhan. Dengan demikian, proses rehabilitasi menjadi sarana untuk memperdalam relasi spiritual dan membentuk orientasi hidup yang baru dan bermakna.

Penelitian mengenai program rehabilitasi telah banyak dilakukan, khususnya dalam konteks penyalahgunaan narkoba dan layanan sosial. Misalnya, penelitian yang dilakukan oleh Muhammad Badri yang berjudul “Program Rehabilitasi bagi Penyalahgunaan Narkoba dalam Perspektif Undang-Undang No. 35 Tahun 2009 tentang Narkoba”. Penelitian ini mengenalkan empat fase dalam program rehabilitasi bagi pecandu narkoba pertama ini korban akan mengenali pengaruh narkoba terhadap kesehatan fisik dan psikis dirinya, kedua korban bebas dari keterikatan dan keberadaan narkoba, ketiga mengupayakan kemampuan korban penyalahguna agar lebih produktif dengan melakukan kegiatan-kegiatan positif dan ke empat menanamkan pola hidup sehat supaya terjadinya perubahan perilaku pada diri korban.(Badri, 2016)

Sementara itu, penelitian berjudul “Pengembangan Program Rehabilitasi Sosial sebagai Upaya Peningkatan Kesempatan Kerja Penyandang Disabilitas di UPT Rehabilitasi Sosial Cacat Tubuh Pasuruan”. Hasil penelitian ini memberikan kesimpulan bahwa rehabilitasi sosial memiliki manfaat dalam mengembangkan berbagai sektor yang menjadi bekal positif dalam upaya peningkatan kesempatan kerja penyandang disabilitas. Perkembangan tersebut adalah perubahan sikap dan konsep diri, pengembangan kepercayaan diri, berani menghadapi tantangan, penyesuaian diri dengan lingkungan, dan pengembangan produktivitas vokasional.(Program et al., 2015)

Penelitian yang berjudul Layanan Konseling Berbasis Komunitas Bagi Klien di Balai Rehabilitasi Sosial yang dilakukan oleh Nur Azizah menyimpulkan bahwa bahwa Layanan Konseling berbasis komunitas bagi klien di Balai Rehabilitasi Sosial Korban Penyalahgunaan (BRSKP) NAPZA “Satria” di Baturraden dilakukan ketika residen akan mulai rehabilitasi dan kegiatan konseling baik konseling individu atau konseling kelompok berintegrasi di dalam kegiatan-kegiatan Therapeutic Community (TC) disebut juga Terapi Komunitas yang difasilitasi oleh pekerja sosial dibantu oleh konselor. Sedangkan Layanan Konseling bagi klien khususnya pada anak asuh dan lanjut usia di Panti Layanan Sosial Lanjut Usia (PPSLU) “Sudagaran” Banyumas, dilakukan berbasis pada masalah yang

ditemukan dan didalami melalui konseling individu atau konseling kelompok yang difasilitasi oleh pekerja sosial dan pegawai. (Konseling et al., 2019)

Berdasarkan studi-studi tersebut, belum ditemukan penelitian yang secara eksplisit mengkaji program rehabilitasi berbasis pendekatan spiritual dengan fokus pada pemulihan identitas dan tujuan hidup, khususnya dalam konteks Yayasan Rehabilitasi Pondok Anugerah (GENYOS) Bandung. Penelitian ini menawarkan novelty dalam bentuk pendekatan spiritual sebagai sarana pemberdayaan individu yang menjalani rehabilitasi. Lebih dari sekadar pemulihan fisik atau sosial, penelitian ini menekankan pentingnya perubahan dan pemulihan hidup yang dialami oleh para pasien, yakni proses menemukan kembali makna hidup, nilai diri, dan hubungan dengan Tuhan dan sesama.

METODE PENELITIAN

Metode kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dirancang untuk memberikan dampak positif bagi peserta di Yayasan Rehabilitasi Pondok Anugerah (GENYOS) melalui program penguatan mental dan spiritual. Berikut adalah tahapan metode yang digunakan:

1. Identifikasi Kebutuhan dan Perencanaan Program

Melakukan diskusi awal dengan pihak Yayasan GENYOS untuk memahami kondisi peserta, tantangan yang dihadapi, serta kebutuhan spesifik mereka dalam hal mental dan spiritual. Mengidentifikasi metode terbaik (Djaja et al., 2024) untuk penguatan mental dan spiritual berdasarkan literatur dan praktik terbaik dalam rehabilitasi sosial. Menyusun modul pelatihan dan materi yang sesuai dengan kebutuhan peserta.

2. Pelaksanaan Program

Kegiatan akan dilaksanakan dalam beberapa sesi yang mencakup aspek mental, emosional, dan spiritual. Beberapa metode yang digunakan meliputi: 1) Ibadah 2) Ice Breaking 3) Sesi 1 Menghadapi Rasa Bersalah 4) Sesi 2 Pulih Dan Mengatasi Ketergantungan 5) Ice Breaking 6) Sesi 3 Mengampuni Diri Sendiri 7) Sesi 4 Mengembangkan Disiplin Rohani 8) Fellowship dan makan siang 9) Ice Breaking 10) Sesi 5 Hidup Dengan Tujuan Ilahi. Kegiatan ini dirancang dalam bentuk beberapa sesi yang disusun secara terstruktur untuk menjangkau aspek mental, emosional, dan spiritual para peserta. Setiap sesi diintegrasikan dengan metode yang interaktif dan partisipatif, dimulai dengan ibadah sebagai ucapan syukur kepada Tuhan. (Djaja et al., 2024) Ice breaking disisipkan di antara sesi untuk menciptakan suasana yang lebih santai, meningkatkan

kedekatan antar peserta, serta menjaga semangat dan fokus mereka selama kegiatan berlangsung.

Materi inti disampaikan melalui lima sesi yang bersifat reflektif dan aplikatif. Sesi pertama mengajak peserta untuk menghadapi rasa bersalah dan memahami bahwa rasa bersalah dapat menjadi titik awal pertobatan, bukan sumber penghukuman diri. Sesi kedua membahas tentang pemulihan dari ketergantungan, di mana peserta diajak menyadari pentingnya keterlibatan Tuhan dalam proses lepas dari kecanduan. Sesi ketiga menekankan pentingnya mengampuni diri sendiri, sebuah langkah penting untuk keluar dari belenggu masa lalu. Sesi keempat fokus pada pengembangan disiplin rohani sebagai sarana untuk menjaga pertumbuhan spiritual, sedangkan sesi kelima membantu peserta memahami makna hidup dengan tujuan ilahi, dan bagaimana mereka dipanggil untuk menjalani hidup yang bernilai dan terarah. Di akhir kegiatan, dilaksanakan *fellowship* dan makan siang bersama sebagai bentuk pembentukan komunitas yang sehat, penuh kasih, dan saling mendukung. Interaksi informal ini bertujuan untuk mempererat hubungan antar peserta serta menciptakan rasa aman dalam berbagi pengalaman hidup.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Yayasan Pondok Anugerah (Generasi Yosua) adalah yayasan yang menampung orang-orang pecandu narkoba dan orang-orang yang stress. Panti ini didirikan oleh Bapak Pungky Yahya sejak 14 tahun lalu. Terdapat 125 orang lebih yang saat ini menempati tempat tersebut dan 20 orang yang ikut merawat disana. Sebagian besar mentor yang melayani disana adalah pasien yang sudah sembuh. (Yayasan Pondok Anugerah (Generasi Yosua) - Savemillions, n.d.) Yayasan ini berlokasi di Bandung dan telah menjadi pemulihan bagi pasien karena beberapa faktor seperti keterikatan narkoba dan kesehatan mental. Program pemulihan yang diterapkan bersifat holistik, mencakup pendekatan spiritual, konseling, olahraga serta disiplin kehidupan sehari-hari. Setiap pasien diajak untuk mengikuti kegiatan rohani seperti ibadah pagi, renungan, dan pembelajaran Alkitab sebagai bagian dari proses pemulihan identitas diri. Para mentor yang pernah mengalami proses yang sama memberikan pendampingan yang penuh empati dan menjadi inspirasi bagi peserta baru. Suasana kekeluargaan yang dibangun di dalam yayasan ini memberikan rasa aman dan dukungan emosional yang sangat dibutuhkan dalam proses penyembuhan. Adapun materi-materi yang disampaikan dalam kegiatan PKM adalah sebagai berikut:

1) Menghadapi Rasa Bersalah

Rasa bersalah merupakan respon emosional yang muncul ketika individu menyadari bahwa dirinya telah melakukan pelanggaran terhadap norma-norma sosial, moral, atau etika.(Chaplin, 2006) Menurut Sigmund Freud perasaan bersalah terjadi apabila ego bertindak atau bahkan bermaksud untuk bertindak bertentangan dengan norma-norma moral superego. Superego merupakan cita-cita dan nilai-nilai anak yang dipelajari dari orang tua dan kebudayaannya. Ketika ego merespon rangsangan dari id yang melanggar superego, maka perasaan bersalah dapat terjadi.(Amalia, 2017)

Salah satu tantangan psikologis yang sering dialami oleh pasien di panti rehabilitasi adalah menghadapi rasa bersalah yang mendalam akibat pengalaman hidup masa lalu, terutama yang berkaitan dengan ketergantungan, tindakan negatif, atau kerusakan relasi interpersonal. Rasa bersalah yang tidak terselesaikan dapat menjadi hambatan utama dalam proses menemukan kembali identitas dan membangun tujuan hidup yang baru. Oleh karena itu, materi ini memainkan peran penting dalam membantu pasien menghadapi dan merekonstruksi makna dari rasa bersalah tersebut.

Secara psikospiritual, rasa bersalah yang tidak diolah secara sehat cenderung menjerumuskan individu ke dalam siklus penolakan diri dan keputusasaan, yang bertentangan dengan proses pemulihan identitas yang utuh. Pada sesi ini peserta diajak untuk tidak hanya mengakui kesalahan, tetapi juga memahami bahwa pengampunan ilahi merupakan bagian esensial dalam rekonsiliasi dengan diri sendiri dan dengan Tuhan. Hal ini sejalan dengan prinsip dalam 1 Yohanes 1:9 yang menyatakan, *“Jika kita mengaku dosa kita, maka Ia adalah setia dan adil, sehingga Ia akan mengampuni segala dosa kita dan menyucikan kita dari segala kejahatan.”* Ayat ini menjadi dasar pasien untuk berani membuka diri terhadap proses pertobatan dan pemulihan. 2 Korintus 5:17 juga menjadi landasan penting: *“Jadi siapa yang ada di dalam Kristus, ia adalah ciptaan baru: yang lama sudah berlalu, sesungguhnya yang baru sudah datang.”* Ayat ini memperkuat pemahaman bahwa setiap individu memiliki kesempatan untuk memulai kembali dan menemukan tujuan hidup yang sejati dalam Kristus, terlepas dari masa lalu mereka.

Sesi konseling rohani, dan komunitas pendukung yang penuh kasih, untuk menciptakan ruang aman(Djaja et al., 2024) bagi pasien dalam mengekspresikan rasa bersalah mereka tanpa takut dikucilkan. Dalam proses ini, Mazmur 51:12 sering digunakan untuk memandu doa dan refleksi pribadi: *“Bangkitkanlah kembali padaku kegirangan karena selamat yang*

dari pada-Mu, dan lengkapilah aku dengan roh yang rela!” Ayat ini mencerminkan proses pemulihan sukacita dan kesediaan untuk hidup dalam ketaatan setelah mengakui kesalahan. Dengan demikian, menghadapi rasa bersalah bukan sekadar proses psikologis, tetapi juga perjalanan spiritual yang membawa perubahan dan pemulihan. Rasa bersalah yang dihadapi dalam terang kasih Allah dapat menjadi pintu masuk menuju pertobatan, penerimaan diri, dan penemuan kembali makna hidup yang berakar pada relasi yang dipulihkan.



Gambar 1. Sesi Menghadapi Rasa Bersalah

2) Pulih Dan Mengatasi Ketergantungan

Ketergantungan berkaitan dengan upaya pemenuhan kebutuhan atau pencapaian tujuan dengan bergantung pada sumber daya lain. (Soliha, 2015) Ketergantungan tidak hanya dipandang sebagai permasalahan fisik atau psikologis semata, tetapi juga sebagai kondisi spiritual yang merusak relasi individu dengan Tuhan, diri sendiri, dan sesama. Yohanes 8:36: *“Jadi apabila Anak itu memerdekakan kamu, kamupun benar-benar merdeka.”* Ayat ini menggarisbawahi bahwa kebebasan sejati dari ketergantungan diperoleh dari Yesus Kristus. Pentingnya disiplin rohani, seperti doa, puasa, dan pembacaan Firman, dalam membangun komitmen dan hubungan dengan Tuhan.

Ketergantungan sering kali menyebabkan keterputusan relasi sosial, menumbuhkan isolasi, dan memperkuat rasa malu. Oleh karena itu, komunitas iman yang dibangun di GENYOS menjadi wadah di mana residen dapat mengalami kasih tanpa syarat, dukungan spiritual, dan akuntabilitas yang membangun. Prinsip ini didasarkan pada Galatia 6:2: *“Bertolong-tolonganlah menanggung bebanmu! Demikianlah kamu memenuhi hukum Kristus.”* Melalui komunitas, pasien tidak hanya belajar mengandalkan Tuhan, tetapi juga

belajar untuk kembali mempercayai sesama, yang merupakan langkah penting dalam pemulihan identitas sosial dan spiritual mereka. Para pasien didorong untuk tidak lagi mendefinisikan diri berdasarkan masa lalu mereka, melainkan berdasarkan siapa mereka di dalam Kristus yaitu sebagai pribadi yang dikasihi, diampuni, dan dipanggil untuk hidup dalam kebenaran. Ketergantungan bukanlah akhir dari kehidupan, melainkan awal dari perjalanan pemulihan yang mengarah pada pemaknaan hidup yang baru, selaras dengan kehendak Tuhan.



Gambar 2. Sesi Pulih dari Ketergantungan

3) Mengampuni Diri Sendiri

Mengampuni diri sendiri bukan berarti melupakan kesalahan, tapi mengakui bahwa masa lalu tidak harus mengikat masa depan. (Soliha, 2015) Mengampuni diri sendiri bukan berarti mengabaikan kesalahan, melainkan menerima bahwa setiap manusia memiliki keterbatasan dan bahwa Allah menyediakan jalan pemulihan bagi mereka yang bertobat. Langkah ini menjadi titik awal untuk melepaskan diri dari identitas lama yang dibentuk oleh kegagalan, dan mulai mengenakan identitas baru sebagai pribadi yang telah ditebus. Lukas 5:32, Yesus berkata: *"Aku datang bukan untuk memanggil orang benar, tetapi orang berdosa, supaya mereka bertobat."* Pernyataan ini menjadi penguatan bahwa tidak ada dosa yang terlalu besar untuk diampuni, dan bahwa setiap individu yang bertobat layak menerima pemulihan, baik dari rasa bersalah, penyesalan, dan luka batin yang mendalam akibat keputusan hidup yang merusak diri maupun orang lain.

Alkitab memberikan dasar yang kuat untuk memahami pentingnya pengampunan, tidak hanya kepada orang lain, tetapi juga kepada diri sendiri. Dalam Roma 8:1 dinyatakan, *“Demikianlah sekarang tidak ada penghukuman bagi mereka yang ada di dalam Kristus Yesus.”* Ayat ini menegaskan bahwa pengampunan dari Allah bersifat menyeluruh dan final bagi mereka yang telah bertobat dan menerima Kristus sebagai Juru Selamat. Maka dari itu, jika Yesus sendiri telah mengampuni, menolak untuk mengampuni diri sendiri berarti menolak karya penebusan Kristus. Kesadaran akan pengampunan yang diterima, menjadi titik awal untuk membebaskan diri dari rasa bersalah yang berlebihan dan mulai membangun kembali identitas diri.

Pada sesi ini para pasien diajak untuk merenungkan bahwa setiap manusia memiliki nilai dan kesempatan baru di hadapan Tuhan. Mengampuni diri sendiri bukan berarti mengabaikan kesalahan, tetapi mengakui bahwa kasih karunia Tuhan lebih besar daripada kegagalan manusia. Dalam Mazmur 103:12 tertulis, *“Sejauh timur dari barat, demikian dijauhkan-Nya dari pada kita pelanggaran kita.”* Ayat ini menjelaskan bahwa dosa yang telah diakui dan diampuni tidak lagi menjadi identitas seseorang. Hal ini sangat penting dalam proses pembentukan identitas baru yang bebas dari beban masa lalu. Filipi 3:13-14, *“...aku melupakan apa yang telah di belakangku dan mengarahkan diri kepada apa yang di hadapanku, dan berlari-lari kepada tujuan untuk memperoleh hadiah, yaitu panggilan sorgawi dari Allah dalam Kristus Yesus.”* Ayat ini menegaskan bahwa melepaskan masa lalu dan memusatkan diri pada kehidupan yang dipulihkan di dalam Kristus. Pada sesi ini pasien diajak untuk tidak terus-menerus hidup dalam bayang-bayang penyesalan, tetapi untuk bergerak menuju masa depan yang penuh pengharapan dalam Kristus.



Gambar 3. Sesi Mengampuni Diri Sndiri

4) Mengembangkan Disiplin Rohani

Disiplin rohani adalah bagian yang sangat penting bagi kehidupan rohani setiap orang.(Soliha, 2015) Secara umum disiplin rohani dipahami sebagai praktek atau kegiatan yang dilakukan dalam rangka membangun relasi dan komunikasi dengan Tuhan secara pribadi.(MUTAK, 2016) Bagi individu yang sedang bergumul dengan ketergantungan dan kehilangan arah hidup, disiplin rohani berfungsi sebagai sarana untuk membangun kembali hubungan dengan Tuhan, memperkuat integritas pribadi, dan menumbuhkan kesadaran spiritual yang mendalam. Kegiatan seperti doa, pembacaan Firman Tuhan, puasa, serta refleksi rohani secara teratur menjadi media untuk mengarahkan kembali hati dan pikiran kepada kehendak Allah. Dalam 1 Timotius 4:7b-8, Rasul Paulus menasihatkan: *“Latihlah dirimu beribadah. Latihan badani terbatas gunanya, tetapi ibadah itu berguna dalam segala hal, karena mengandung janji, baik untuk hidup ini maupun untuk hidup yang akan datang.”* Ayat ini menegaskan bahwa latihan rohani memiliki dampak jangka panjang yang melampaui dimensi fisik semata.

Melalui konsistensi dalam menjalankan disiplin rohani, pasien diperlengkapi untuk menghadapi godaan, mengelola emosi negatif, serta membentuk pola pikir yang selaras dengan Firman Tuhan. Disiplin ini menjadi jembatan antara pengalaman spiritual dan perubahan perilaku nyata. Mazmur 119:105 menyatakan, *“Firman-Mu itu pelita bagi kakiku dan terang bagi jalanku.”* Artinya Firman Tuhan tidak hanya menjadi pedoman moral, tetapi juga dasar dan pedoman hidup menuju tujuan yang dikehendaki Allah. Dalam Yohanes 15:4, Yesus berkata: *“Tinggallah di dalam Aku dan Aku di dalam kamu. Sama seperti ranting tidak dapat berbuah dari dirinya sendiri kalau ia tidak tinggal pada pokok anggur, demikian juga kamu tidak berbuah, jikalau kamu tidak tinggal di dalam Aku.”* Ayat ini menegaskan pentingnya keterhubungan terus-menerus dengan Kristus sebagai sumber kehidupan rohani yang sejati.



Gambar 4. Sesi Mengembangkan Disiplin Rohani

5) Hidup Dengan Tujuan Ilahi

Menemukan kembali tujuan hidup yang bersumber dari kehendak Allah merupakan elemen penting dalam pemulihan spiritual pasien di Yayasan Rehabilitasi Pondok Anugerah (GENYOS) Bandung. Banyak individu yang mengalami keterpurukan akibat ketergantungan atau kehidupan yang terlepas dari nilai-nilai ilahi cenderung kehilangan arah dan merasa hidupnya tidak lagi bermakna. Sesi ini diajarkan bahwa hidup dengan tujuan Ilahi berarti mengarahkan kembali seluruh aspek kehidupan kepada maksud dan rencana Tuhan, serta menjalani hidup dengan kesadaran bahwa diri ini dipanggil untuk sesuatu yang lebih besar daripada sekadar bertahan hidup. Yeremia 29:11 *“Sebab Aku ini mengetahui rancangan-rancangan apa yang ada pada-Ku mengenai kamu, demikianlah firman TUHAN, yaitu rancangan damai sejahtera dan bukan rancangan kecelakaan, untuk memberikan kepadamu hari depan yang penuh harapan.”*

Ketika seseorang hidup dengan kesadaran akan tujuannya yang berasal dari Tuhan, maka segala keputusan, arah, dan motivasi hidup pun mengalami perubahan. Pada sesi ini pasien yang sebelumnya hidup tanpa arah, terjebak dalam pergaulan dan kehidupan yang merusak, dan kehilangan motivasi untuk berkembang, dibimbing dan mentoring untuk mulai memahami bahwa hidup mereka memiliki makna. Sehingga, membangkitkan semangat baru untuk hidup lebih bertanggung jawab, melayani sesama, dan mengembangkan potensi diri secara positif. Filipi 1:6 memperkuat hal ini: *“Akan hal ini aku yakin sepenuhnya, yaitu Ia, yang memulai pekerjaan yang baik di antara kamu, akan meneruskannya sampai pada akhirnya pada hari Kristus Yesus.”* Keyakinan bahwa Tuhan menyertai setiap proses perubahan menjadi pendorong spiritual yang kuat untuk menjalani hidup sesuai dengan kehendak-Nya.



Gambar 5. Sesi Hidup dengan Tujuan Ilahi

Dampak Kegiatan

Program Pengabdian kepada Masyarakat telah dilakukan. Melalui sesi-sesi yang dirancang secara reflektif dan partisipatif, peserta dibimbing untuk mengekspresikan pengalaman emosional yang selama ini terpendam, terutama berkaitan dengan rasa bersalah dan keterpurukan akibat masa lalu. Sesi “*Menghadapi Rasa Bersalah*” menjadi titik awal yang penting untuk memfasilitasi rekonsiliasi dengan diri sendiri dan Tuhan. Peserta mulai menyadari bahwa pengampunan Allah tidak bersyarat, dan bahwa rasa bersalah bukanlah akhir dari perjalanan hidup, melainkan pintu masuk menuju pertobatan dan transformasi.

Sesi “Pulih dan Mengatasi Ketergantungan”, peserta didorong untuk memahami bahwa kekuatan untuk lepas dari ketergantungan tidak hanya berasal dari upaya pribadi, tetapi juga dari penyerahan diri kepada Tuhan. Pada akhirnya pasien didorong untuk membangun semangat dan motivasi peserta. Sesi “Mengampuni Diri Sendiri” mengajak pasien dalam pemulihan harga diri dan penghargaan terhadap nilai diri yang telah lama tergerus oleh pengalaman adiktif dan trauma. Dalam sesi ini, peserta mengalami pelepasan emosional dan spiritual, yang ditandai dengan ekspresi verbal tentang pengampunan dan penerimaan diri. Transformasi ini memperkuat konstruksi identitas baru yang tidak lagi dibangun atas rasa malu, melainkan atas dasar kasih karunia dan pemahaman bahwa mereka tetap memiliki nilai di mata Tuhan.

Sesi “Mengembangkan Disiplin Rohani” memberikan mengajarkan pasien untuk memahami bahwa pertumbuhan rohani tidak terjadi secara instan, melainkan melalui pembiasaan yang terus-menerus dalam doa, pembacaan Firman, dan kehidupan komunitas yang positif. Pasien harus mampu berkomitmen untuk menjaga kehidupan spiritual mereka setelah kembali ke masyarakat. Hal ini penting untuk membangun fondasi rohani yang kokoh dalam menghadapi tekanan kehidupan di luar lingkungan rehabilitasi. Akhir sesi “Hidup dengan Tujuan Ilahi” bertujuan untuk membangun hidup yang lebih jelas dan terarah. Pasien tidak hanya dimotivasi untuk bertahan dalam pemulihan, tetapi juga diajak untuk memandang hidup sebagai suatu panggilan yang bermakna. Mereka mulai merumuskan kembali visi hidup yang berlandaskan Firman Tuhan, serta menyadari bahwa mereka dipanggil untuk menjadi berkat bagi orang lain.

KESIMPULAN

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat di Yayasan Rehabilitasi Pondok Anugerah (GENYOS) Bandung menunjukkan bahwa pentingnya pemulihan diri. Fondasi penting dalam proses pemulihan adalah kemampuan untuk menghadapi rasa bersalah secara sehat, dengan memahami bahwa rasa bersalah bukan untuk menjatuhkan, tetapi untuk mendorong pertobatan dan rekonsiliasi. Dengan dasar pengampunan dari Kristus (1 Yohanes 1:9), para pasien dibantu untuk melepaskan beban masa lalu dan membuka diri terhadap transformasi.

Selanjutnya, proses pulih dan mengatasi ketergantungan dipahami sebagai karya pembebasan yang bersumber dari kuasa Allah, bukan semata-mata kekuatan manusia. Melalui disiplin rohani, pendampingan spiritual, dan kehidupan komunitas yang membangun, individu diperlengkapi untuk melepaskan diri dari belenggu dosa dan mulai membangun kehidupan yang baru (Yohanes 8:36; 1 Korintus 10:13). Dalam rangka mencapai pemulihan yang utuh, para pasien diajak untuk belajar mengampuni diri. Proses ini tidak hanya menyembuhkan luka batin, tetapi juga membebaskan diri dari rasa malu dan kegagalan yang selama ini menghambat pertumbuhan spiritual (Roma 8:1; Mazmur 103:12).

Selain itu, mengembangkan disiplin rohani menjadi langkah penting dalam pembentukan identitas baru. Melalui doa, pembacaan Firman, puasa, dan refleksi, individu diperkuat dalam integritas dan diarahkan untuk hidup selaras dengan kehendak Allah (1 Timotius 4:7-8; Yohanes 15:4). Disiplin ini bukan hanya menjadi kebiasaan religius, tetapi fondasi untuk kehidupan yang berakar pada iman dan karakter Kristus. Akhirnya, sesi kegiatan PKM peserta mampu menjalani hidup dengan tujuan ilahi. Pasien mampu menghidupi panggilan Tuhan dan bukan lagi oleh keinginan duniawi atau luka masa lalu. Dengan menjadikan rancangan Allah sebagai pedoman (Yeremia 29:11; Efesus 2:10), individu diperlengkapi untuk menjalani hidup yang bermakna, bertanggung jawab, dan berdampak bagi sesama.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, R. R. (2017). Rasa Bersalah (Guilty Feeling) Pada Siswi Sekolah Religi Tingkat Menengah Atas Yang Melakukan Perilaku Seksual Pranikah. *Psikoborneo: Jurnal Ilmiah Psikologi*, 5(4), 451–461. <https://doi.org/10.30872/Psikoborneo.V5i4.4461>
- Badri, M. (2016). Program Rehabilitasi Bagi Penyalahgunaan Narkotika Dalam Perspektif Undang-Undang No 35 Tahun 2009 Tentang Narkotika. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 16(3), 12–18.

- [Http://Ji.Unbari.Ac.Id/Index.Php/Ilmiah/Article/View/13](http://Ji.Unbari.Ac.Id/Index.Php/Ilmiah/Article/View/13)
- Chaplin, J. P. (2006). *Kamus Lengkap Psikologi*. Pt. Raja Grafindo Persada.
- Deputi Bidang Rehabilitasi Bnn. (2016). Standar Pelayanan Rehabilitasi Bagi Pecandu Dan Korban Penyalahgunaan Narkotika. *Jakarta*.
- Djaja, R., Rulli Jonathans, K., -Hubungan Keberadaan Komunitas Sel Dan Pola Kepemimpinan Kristen Dengan Perkembangan Karakter Anak Muda Berdasarkan, R., Gereja Bethel Indonesia Tanjung Duren Jakarta, D., Magister Teologi Sekolah Tinggi Teologi Bethel The Way Jakarta, M., Sekolah Tinggi Teologi Bethel The Way Jakarta, D., & Artikel, R. (2024). Hubungan Keberadaan Komunitas Sel Dan Pola Kepemimpinan Kristen Dengan Perkembangan Karakter Anak Muda Berdasarkan 1 Timotius 4:12 Di Gereja Betel Indonesia Tanjung Duren Jakarta. *The Way: Jurnal Teologi Dan Kependidikan*, 10(1), 1–20. <https://doi.org/10.54793/Teologi-Dan-Kependidikan.V10i1.139>
- Konseling, L., Komunitas, B., Klien Di Balai, B., Sosial, R., & Azizah, N. (2019). Layanan Konseling Berbasis Komunitas Bagi Klien Di Balai Rehabilitasi Sosial. *Komunika: Jurnal Dakwah Dan Komunikasi*, 13(1), 121–135. <https://doi.org/10.24090/Komunika.V13i1.1998>
- Mutak, A. A. (2016). Disiplin Rohani Sebagai Praktek Ibadah Pribadi. *Sola Gratia: Jurnal Teologi Bibliska Dan Praktika*, 4(1). <https://sttaletheia.ac.id/E-Journal/Index.Php/Solagratia/Article/View/45>
- Program, P., Sosial, R., Upaya, S., Kesempatan, P., Penyandang, K., Di, D., Rehabilitasi, U., Cacat, S., Pasuruan, T., & Muzaki, A. (2015). Pengembangan Program Rehabilitasi Sosial Sebagai Upaya Peningkatan Kesempatan Kerja Penyandang Disabilitas Di Upt Rehabilitasi Sosial Cacat Tubuh Pasuruan. *J+Plus Unesa*, 4(1). <https://ejournal.unesa.ac.id/Index.Php/Jurnal-Pendidikan-Luar-Sekolah/Article/View/13244>
- Soliha, S. F. (2015). Tingkat Ketergantungan Pengguna Media Sosial Dan Kecemasan Sosial. *Jurnal Interaksi*, 4(1), 1–10.
- Yayasan Pondok Anugerah (Generasi Yosua) - Savemillions. (N.D.). Retrieved April 4, 2025, From <https://savemillions.org/Donasi/Yayasan-Pondok-Anugerah-Generasi-Yosua-2/>