

**Overcoming Problems in Pastoral Counseling for Patients with Narcissistic Disorder  
(Mengatasi Masalah Dalam Pendampingan Pastoral Konseling Pasien Pasien  
Narcissistic Disorder)**

<sup>1</sup>Tri Prapto Suwito, <sup>2</sup>Markus Suwandi

<sup>2</sup>Sekolah Tinggi Teologi Anugrah Indonesia  
[trigon59@yahoo.com](mailto:trigon59@yahoo.com), [msuwandi73@gmail.com](mailto:msuwandi73@gmail.com)

**Abstract**

Man is the most perfect creature created by God among all the geniuses of living beings in this world, and God equips man with intelligence, morality and noble ethics, as well as a high culture as a sign that man is truly a creature that God has chosen as God's partner in this world, but sometimes man is born with some shortcomings such as abnormalities, Mental or physical, there are those who are physically good and perfect but mentally imperfect, there are also those who are physically imperfect but have a good and beautiful attitude. Some are born with a type of mental disorder or psychiatric disorder, although not always connate, sometimes it is an environmental influence that is formed from childhood or on the way to adulthood there are certain pressures that really affect, feelings, thoughts and thoughts that are increasingly shifting and shaping certain behaviors of a person. Mental disorders can really cause problems in life day after day. Some common types of mental disorders such as anxiety, panic, obsessive-compulsive disorder, phobias, personality disorders, stress, and other mental disorders are caused by various factors such as suffering from certain illnesses, stress due to traumatic events, the death of a loved one, loss of a job, or being isolated for a long time, as well as genetic factors inherited from parents, or environmental influences, such as disharmonious family or experiencing economic difficulties, in this case the author highlights a type of mental disorder known as *Narcissistic Personality Disorder (NPD)* where people with this mental disorder feel that only themselves are more important than others, so that anyone in their environment must admire or adore them. Very often people with NPD do not realize that they are the ones who have mental disorders and respond to others poorly.

**Keywords:** *Genetics, Mental Disorders, Sufferers, Narcissists, Counseling.*

**Abstrak,**

Manusia adalah makhluk ciptaan Tuhan yang paling sempurna diantara semua jenia makhluk hidup di dunia ini, dan Tuhan memperlengkapi manusia dengan kecerdasan, keakhlian dan budi pekerti yang luhur, serta budaya yang tinggi sebagai tanda bahwa manusia adalah benar makhluk yang Tuhan pilih sebagai mitra Tuhan didunia ini, tetapi kadang manusia terlahir dengan beberapa kekurangan seperti kelainan, mental atau fisik, ada yang berfisik bagus sempurna tetapi bermental tidak sempurna, ada juga yang berfisik tidak sempurna tetapi mempunyai sikap yang baik dan indah. Beberapa terlahir dengan jenis kelainan mental atau gangguan kejiwaan, walaupun tidak selalu bawaan lahir terkadang merupakan pengaruh lingkungan yang terbentuk sedari kecil atau dalam perjalanannya menuju kedewasa terjadi

tekanan-tekanan tertentu yang sungguh memengaruhi, perasaan, batin dan pikiran yang semakin hari semakin bergeser dan membentuk perilaku tertentu dari seseorang. Gangguan mental benar-benar dapat menyebabkan masalah dalam kehidupan hari lepas hari.

Beberapa jenis gangguan mental yang umum seperti kecemasan, panik, gangguan obsesif-kompulsif, fobia, gangguan kepribadian, stres, dan gangguan-gangguan mental lainnya yang disebabkan berbagai faktor seperti menderita penyakit tertentu, stres akibat peristiwa traumatis, ditinggal mati orang yang tercinta, kehilangan pekerjaan, atau terisolasi untuk waktu yang lama, juga faktor genetik yang diturunkan dari orang tua, ataupun pengaruh lingkungan, seperti keluarga yang tidak harmonis atau mengalami kesulitan ekonomi, dalam hal ini penulis menyoroti salah satu jenis gangguan mental yang dikenal sebagai *Narcissistic Personality Disorder (NPD)* dimana pengidap gangguan mental ini merasa bahwa hanya dirinya sendirilah yang terlebih penting dari orang lain, sehingga siapapun dilingkungannya harus mengagumi atau memujanya. Sangat sering pengidap NPD tidak menyadari bahwa dirinyalah yang mengalami gangguan mental dan menyikapi orang lain dengan tidak baik.

**Kata Kunci:** *Genetik, Gangguan Mental, Pengidap, Narsistik, Konseling.*

## **I. Pendahuluan**

Beberapa hambatan terhadap pengobatan gangguan kepribadian narsis ini adalah sering mendapatkan gangguan dalam prosesnya, meskipun penelitian menunjukkan bahwa terapi perilaku kognitif mungkin efektif dalam kasus-kasus individual dengan NPD, masih banyak kesulitan yang harus diatasi atau dielakkan oleh dokter. Seperti yang disebutkan sebelumnya, aliansi terapeutik merupakan komponen penting ketika merawat individu dengan gangguan kepribadian, khususnya NPD. Tetapi biasanya sangat sulit untuk merencanakan relasi yang empatik dengan orang gangguan Narsistik karena ketidakstabilan suasana hati mereka.

Dokter harus menyadari potensi konfrontasi atau pemicu yang dapat menyebabkan pasien menghentikan terapi sebelum waktunya. (Suzanne Bender, 2022). Terapis harus mempertimbangkan ciri-ciri kepribadian yang memengaruhi perilaku dan pikiran maladaptif (misalnya, merasa berhak atau menghina orang lain).

Tantangan lain dalam mengobati NPD adalah prevalensi diagnosis komorbid. Seperti disebutkan sebelumnya, pasien dengan NPD terkadang mencari pengobatan bukan untuk NPD, tetapi untuk masalah lain misalnya, penyalahgunaan narkoba, depresi, kecemasan. Kelompok NPD secara signifikan lebih mungkin menunjukkan perfeksionisme yang diresepkan secara sosial dibandingkan dengan klien dengan gangguan kepribadian antisosial, tetapi tidak berbeda dari klien dengan gangguan suasana hati. Klien NPD memiliki perfeksionisme berorientasi diri yang lebih rendah dibandingkan dengan mereka yang memiliki gangguan suasana hati, tetapi tidak dengan gangguan kepribadian antisosial.

Pada penguasaan kesempurnaan orang narsistik berkiblat lain, klien NPD ternyata mempunyai nilai lebih tinggi daripada pasien dengan gangguan keadaan hati tetapi bukan gangguan diri yang tidak sosial.

Khususnya, mereka yang memiliki NPD yang mendapat skor tinggi pada perfeksionisme berorientasi lain dapat secara impulsif mengakhiri terapi sebelum waktunya karena harapan mereka yang tidak realistis terhadap orang lain. Pasien individu yang diobati dengan pendekatan ini telah menunjukkan pengurangan kecemasan, gejala depresi, dan masalah kontrol impuls, sambil membuktikan peningkatan kepatuhan pengobatan, kemandirian, dan keterampilan interpersonal. Lebih lanjut, dari beberapa penelitian yang telah melaporkan hasil pengobatan untuk klien dengan NPD adalah komorbid dimana kondisi seseorang memiliki dua atau lebih penyakit pada saat bersamaan atau yang muncul bersamaan penyakit utama. (Campbell & Miller, 2020)

## II. Metode Penelitian

Penyusunan jurnal ini berdasarkan pemantauan penulis dalam kehidupan sehari-hari dilakukan dengan metode pendekatan kualitatif deskriptif, hal tersebut merupakan ungkapan kata penulis karena merasa tertrigger untuk melakukan penelitian serta mendalami apa sebenarnya yang terjadi pada orang yang mempunyai perilaku sebagai Narcissists Personality Disorder bagaimana kehidupan mereka dalam bermasyarakat, atau dalam pekerjaannya, dan bagaimana teman-teman mereka menanggapi, dan bagaimana pengidap menanggapi orang terdekatnya, bagaimana perlakuan orang-orang yang memahami dia sebagai NPD? Apakah mereka menyadari keadaannya dan mau pergi memeriksakan diri kepada profesional yang menangani kelainan mental? Penulis menyikapi banyak hal dengan cara berkenaan dengan orang NPD dengan mempelajari literatur-literatur yang berkaitan dengan gangguan narsistik tersebut, juga meneliti buku-buku kesehatan berkaitan dengan jiwa, melalui studi pustaka dan jurnal-jurnal gangguan mental penulis berharap dapat menyimpulkan gangguan psikologis ini dan mencari jalan keluar dengan pengetahuan spiritual rohani dan cara medis dengan cara spiritual dimana penulis juga akan menjelaskan bagaimana mereka hidup berdampingan dengan saudara-saudara yang tinggal bersamanya atau yang ikut merawatnya sepanjang hidup pasien NPD tersebut.

## III. Hasil Pembahasan

NPD adalah semacam kelainan mental yang pengidapnya tidak sadar ataupun sadar dan berusaha memutar balikan keadaannya, di dalam bahasa Inggris NPD adalah singkatan dari *Narcissistic Personality Disorder*, suatu kelainan mental terhadap gangguan kepribadian. Gangguan ini merupakan kondisi kesehatan mental yang membuat seseorang merasa dirinya lebih baik daripada orang lain, dimana terdapat tanda-tanda orang dengan NPD adalah; memiliki rasa percaya diri yang berlebihan, sikap yang manipulatif, selalu membutuhkan perhatian dan kekaguman, merasa memiliki hak istimewa untuk mendapatkan perlakuan berbeda dari orang lain, sangat sedikit memiliki empati, selalu kesulitan menjalin hubungan yang mendalam, senang mendominasi percakapan, berfokus hanya pada diri sendiri, sangat senang dalam percakapan yang tidak berhubungan dengan mereka. Penyebab NPD: Karakteristik bawaan (genetik), Pengaruh pola asuh di masa kecil, Trauma, Pengabaian, Kurang dukungan selama masa kecil. Akibat NPD: Pada persoalan yang berdampak dan

terkait keadaan hari lepas hari, terjadi kesukaran dalam kontak yang kondusif hampir dengan siapa saja, beban yang besar dalam bergaul.

Banyak penderita NPD sering tidak mengakui kondisi yang dialaminya, hal ini berbeda dengan pasien histerisis, seorang narsisis berorientasi pada tujuan dan bangga dengan harta benda dan prestasinya, dan memandang rendah kepekaan dan kebutuhan orang lain. (Sam Vaknin, 2013)

### **Gangguan Mental atau Kejiwaan yang ada di masa kini adalah:**

Gangguan akibat kecemasan, tekanan mental/depresi, gangguan bipolar, gangguan sulit makan, gangguan obsesif kompulsif (OCD), gangguan akibat stres pascatrauma (PTSD), skizofrenia, gangguan sulit tidur, gangguan kelainan perilaku, menurunnya kemampuan berkonsentrasi, ketidakmampuan membuat keputusan, perasaan yang selalu tidak tenang, perasaan tidak berguna, merasa bersalah atau putus asa, memiliki kecenderungan menyakiti diri sendiri atau bunuh diri. Beberapa penelitian menyebutkan bahwa ada faktor-faktor yang dapat meningkatkan risiko seseorang menderita gangguan mental adalah: akibat faktor genetik, akibat perubahan senyawa kimia pada otak, akibat faktor lingkungan di sekitar penderita, akibat perkembangan media sosial. Dalam hal mengatasi gangguan mental, pasien atau keluarga dapat berkonsultasi dengan tenaga kesehatan. Pemeriksaan dan penanganan sejak awal dapat membantu penderita mengendalikan gejala-gejala gangguan mental meringankannya atau mengendalikannya karena gangguan mental dapat berkembang menjadi gangguan jiwa, jika tidak segera dikendalikan atau ditangani dengan baik oleh para ahli kejiwaan. (Lela Nurlela, Hidayatus, Shofi, 2023)

Yang mengakibatkan gangguan mental adalah suatu keadaan dalam kehidupan seseorang yang memengaruhi emosi, cara berpikir, dan sikap perilaku. Disimpulkan bahwa kelainan jiwa adalah istilah yang dipakai oleh para psikiater untuk mengungkapkan masalah-masalah mental yang akut dan berpengaruh buruk pada kehidupannya.

Adapun gangguan mental dapat disebabkan oleh berbagai faktor, seperti penyakit tertentu, stres, atau peristiwa traumatis. Gangguan mental dapat ditangani dengan konsultasi dan pengobatan dari psikolog atau psikiater. Gangguan mental juga dapat meningkatkan risiko gangguan fisik dan hubungan sosial. Kekacauan mental bisa sangat merusak seluruh kegiatan harian, contohnya adalah mempengaruhi orang sehingga merasa stres, dalam tekanan, atau tidak tenang dalam bergaul dilingkungannya..

Kelainan mental ini umumnya berhubungan dengan reputasi buruk, karena kelainan tingkah laku atau sikap ekstrim aneh, tidak waras, atau sakit batin.

Padahal, dengan penanganan yang tepat, orang dengan gangguan mental dapat hidup normal dan tidak membahayakan orang lain. (Jeffrey S. Nevid, 2025)

### **Hal-hal yang ditemukan pada pasien NPD**

Sebelum penulis meneruskan perlu diingat kiranya apa yang telah dituliskan dalam alkitab ribuan tahun lalu dalam 2 Timotius 3 : 1-5, karena hal ini benar-benar sudah terjadi pada sekarang dan hal itu sudah diungkapkan sejak masa Yesus Kristus : Pada ayat ini dijelaskan bahwa kita harus bersiap-siap karena nanti akan ada masa yang penuh dengan kesukaran.

Manusia akan menjadi sangat egois dan menjadi budak uang. Mereka terus berbohong dan membesarkan siapa mereka, juga menjadi orang yang licik, mereka melawan dan menolak nasihat orang tua dan tidak mempunyai rasa syukur, tidak mau mengenal kepercayaan, tidak punya cinta kasih, tidak mau bersaudara, suka memburuk-burukan orang, tidak dapat menahan diri, pemarah, lebih suka ketidak baikan, suka mengingkari, pendek pikir, merasa selalu tahu apasaja, lebih menuruti keinginan dagingnya daripada dari pada mematuhi nasihat Tuhan Allah. Terlihat pada kenyataannya mereka melakukan ibadah sungguh, namun sebenarnya mereka tidak mempercayai bahwa ibadah itu ada gunanya. Jauhilah mereka itu! Kalimat-kalimat ini ternyata telah menyatakan suatu keadaan tentang orang yang narsistik yang ada pada masa kini, untuk itu perlu diuraikan apa dan bagaimana mereka ditinjau dari sisi psikis dan catatan umum.

### **Kemarahan serta Perlawanan dan Pembelaan Diri orang Narsistik.**

Secara historis perasaan penuh kebencian telah menjadi salah satu sifat paling puncak dari narsisme patologis, selain itu pribadi narsistik sangat kuat dalam memendam rasa dendam atau kemarahan, tidak dapat tersinggung.

Yang mengandung arti bahwa hal ini adalah kondisi yang menyimpang dari fungsi wajar dan tentu akan dapat membahayakan yang mengidapnya, hal inipun merujuk kepada keadaan medis, kejiwaan, penampilan tubuh, ataupun posisi sosial mereka.

Tampilan yang mencolok, seperti sikap argumentatif yang agresif, balas dendam. tindakan sadisme, atau luapan emosi, tindakan sadisme, balas dendam, dan sifat menghancurkan biasanya dikaitkan dengan gangguan narsistik ini.

Seperti disebutkan di atas, penelitian telah memverifikasi hubungan antara narsisme dan reaktivitas emosional dan fakta bahwa orang narsistik memang memiliki reaksi agresif, bermusuhan, dan bahkan kekerasan yang halus maupun intens terhadap ancaman terhadap ego dan harga diri mereka. (Ronningstam, 2005).

Sementara perlawanan sebagai dalam diri seorang narsistik mungkin berusaha memotivasi untuk ketegasan dan penguasaan dirinya supaya tampil untuk tidak memperlihatkan sikap narsisnya tapi sebenarnya adalah reaksi terhadap frustrasi, ancaman, dan cedera pada diri sendiri. Pendapat ini masih tetap memiliki implikasi diagnostik dan pengobatan yang besar untuk narsisme patologis. Dalam kenyataannya seorang narsistik sering menggambarkan psikopatologi agresi dalam organisasi kepribadian ambangnya, kemunculannya didepan umum seorang NPD akan hadir dalam diri yang megah tetapi patologis berlawanan dengan keadaan sebenarnya. (Otto Kernberg, 2004)

Secara umum sebenarnya memahami agresi manusia secara umum sebagai kekuatan motivasi yang konstruktif, tetapi ketika melekat pada diri seorang narsistik maka agresi menjadi berbahaya dan destruktif. Ia menggambarkan kemarahan narsistik, suatu bentuk kemarahan khusus yang mewakili satu dari dua reaksi pada individu yang rentan terhadap rasa malu atau narsistik yang merespons terhadap cedera diri narsistik. Jenis kemarahan ini, yang dapat berkisar dari dendam kronis yang mendalam hingga kemarahan yang sangat kejam, terkait dengan kebutuhan untuk mengendalikan lingkungan secara mutlak, maka didalam mereka ada "kebutuhan untuk membalas dendam, untuk memperbaiki kesalahan, untuk memperbaiki

luka dengan cara apa pun, dan dorongan yang sangat kuat dan tak henti-hentinya dalam mengejar semua tujuan ini.” (Cary Stacy Smith, 2021)

Orang-orang narsis tidak peduli seberapa jahatnya mereka dan selama mereka dapat mempertahankan rasa benar di internal mereka, dan sebagai pengidap narsisme, mereka pasti selalu merasa benar. Beberapa orang dari subtype ini bisa menjadi orang yang sangat sombong, dan ada dikotomi yang menarik antara orientasi moralistik mereka dan pamer kekayaan, status, atau modal sosial mereka yang mencolok. Mereka mungkin menggunakan kesuksesan dan hak istimewa mereka di dunia untuk menunjukkan bahwa mereka berhak mendapatkan yang terbaik karena mereka adalah orang baik.

Seiring meningkatnya narsisme, subtype ini menunjukkan semakin sedikit hambatan di sekitar kegemaran mereka akan hukuman dan teguran.

Umumnya mereka lebih tertarik pada bidang hukum, agama, atau etika dan mereka berfokus disitu, di mana mereka dapat menemukan dan menghukum orang yang tidak mengikuti hukum, doktrin, atau ketentuan yang ditetapkan.

Jika sadisme atau psikopati hadir dalam struktur psikologis mereka, subtype ini senang mempermalukan dan menghukum pelanggaran. Seperti kebanyakan narsis, kekuatan yang mereka miliki dalam posisi ini dan kesempatan untuk mengklaim posisi moral atau etika tinggi yang sangat mereka inginkan. (Mrs. O.Boy, 2023)

Seorang narsis dengan berdasarkan pada keinginan untuk mengubah pengalaman pasif ketika jadi korban menjadi tindakan aktif untuk melukai orang lain, maka kemarahan narsistik bersifat kuno dan dicirikan oleh kegigihan, penalaran yang tajam, kurangnya empati, dan sifat tidak memaafkan, maka pada mereka kemarahan ini sangat dimotivasi oleh upaya untuk memulihkan dan mempertahankan harga diri. Namun, kemarahan narsistik juga dapat melibatkan perlindungan diri dan dapat berfungsi untuk memulihkan rasa kekuatan dan keamanan internal. Karena itu, kemarahan ini dikaitkan dengan pelestarian diri dan hak serta dorongan untuk menghancurkan segala gangguan terhadap diri mereka.

Orang narsistik memang memiliki reaksi permusuhan yang intens terhadap ancaman terhadap ego dan harga diri mereka. Adapun bentuk kemarahan narsistik, adalah teristimewa yang dipicu pada individu yang rentan atau tetapi hal itu merupakan kerentanan terhadap rasa malu sebagai jawaban atas luka narsistik.

Kemarahan seorang narsistik sangat terkait dengan kebutuhan untuk mengendalikan lingkungan secara absolut, untuk memperbaiki sesuatu yang salah, atau untuk membatalkan rasa sakit, dengan tujuan utama mempertahankan harga diri. Jika diarahkan ke diri sendiri, jenis kemarahan ini dapat menyebabkan ide dan perilaku bunuh diri. (Mario Maj, 2005)

Orang narsistik lebih dari sekadar mementingkan diri sendiri, mereka membutuhkan perhatian yang hampir konstan. Hubungan interpersonal mereka terganggu oleh kurangnya empati, kesombongan yang disertai rasa iri, kebiasaan mengambil keuntungan dari orang lain, dan perasaan berhak serta harapan bahwa orang lain akan melakukan kebaikan khusus untuk mereka. Orang dengan gangguan kepribadian narsistik memandang diri mereka lebih unggul dari orang lain. (Rob Hutchings, 2024)

Mereka membesarkan pujian sebagai daya pikat mereka bagi orang lain dan partisipasi mereka terhadap kegiatan kumpulan. (“Orang lain pasti iri padaku; aku bertanggung jawab atas sebagian besar kemajuan kita di sini.”) Dalam beberapa penelitian, para peneliti telah memberikan umpan balik kepada orang-orang bahwa mereka telah sukses dalam suatu tanggung jawab (melalui pekerjaan tangan mereka yang sesungguhnya) dan akhirnya menyarankan peserta untuk memberi score penilaian mengapa mereka mampu.

Dalam jenis penelitian ini, orang dengan gangguan kepribadian narsistik mengaitkan keberhasilan dengan kemampuan mereka daripada peluang.

Mereka menuntut pujian atau perhatian yang terus-menerus dan berlebihan, mereka terlalu sibuk dengan fantasi tentang keagungan, kesuksesan, kecantikan, kecerdasan, termasuk rasa delusi yang berlebihan akan daya tarik dan keunggulan intelektual atau fisik seseorang. (Robert J. Craig, 2005)

Mereka lebih-lebihkan keinginan seseorang, kesuksesan, atau nilai kontribusi seseorang terhadap suatu proyek, mereka percaya bahwa setiap kesuksesan sepenuhnya didasarkan pada keterampilan atau usaha pribadi dan bukan pada dukungan yang diberikan oleh orang lain, atau secara kebetulan atau anugerah, mereka akan tampil ramah tetapi dimotivasi oleh kepentingan pribadi dengan kepercayaan bahwa mereka adalah seseorang luar biasa; istimewa, salah satu dari kaum elit, yang siap menerima perlakuan istimewa.

Dalam diri para narsistik mempunyai perasaan bahwa seseorang diizinkan untuk mengeksploitasi atau menggunakan orang lain untuk tujuan sendiri, yang mengakibatkan tidak adanya rasa hormat terhadap batasan sopan santun. Mereka lebih iri pada orang lain tetapi membayangkan orang lain yang iri pada mereka. Sehingga mereka sebenarnya tidak mampu untuk menerima umpan balik karena harga dirinya sangat rentan. (David Rico, 2015)

Ketika orang dengan gangguan kepribadian narsistik berinteraksi dengan orang lain, tujuan utama mereka adalah untuk meningkatkan harga diri mereka sendiri. Memang, mereka lebih menghargai dikagumi daripada mendapatkan atau mempertahankan kedekatan. Mereka melakukan banyak hal untuk mendapatkan kekaguman orang lain. Mereka sering mengejar ketenaran dan kekayaan. Dalam satu penelitian, pengamat independen mampu membuat penilaian cepat tentang narsisme dengan akurasi tertentu dari foto, biasanya dengan memperhatikan pakaian mahal dan investasi berlebihan pada penampilan orang-orang dengan sifat narsistik. Orang dengan gangguan kepribadian narsistik bekerja keras dalam konteks di mana ada peluang untuk mendapatkan pengakuan. (Jean M. Twenge, 2009)

Mereka juga cenderung banyak menyombongkan diri. Ada sisi yang lebih gelap dan agresif dari pengejaran pengakuan oleh narsistik. Ketika orang lain berkinerja lebih baik daripada mereka dalam tugas yang relevan dengan harga diri, mereka akan merendahkan orang lain, bahkan di hadapan orang tersebut. Orang dengan gangguan kepribadian narsistik sangat mungkin menjadi pendendam dan agresif ketika menghadapi ancaman kompetitif atau hinaan meskipun kemampuan mereka untuk menunjukkan kekuatan dan kepercayaan diri sering dianggap positif dalam interaksi awal yang singkat, kecenderungan agresif dan kompetitif

mereka cenderung memudar seiring waktu, dan orang lain cenderung menilai mereka lebih negatif setelah beberapa sesi bekerja sama.

Penelitian juga mengungkapkan bahwa orang narsis juga bisa karena pola asuh, sehingga jurnal inipun membahas pola asuh, hal tersebut adalah karena mereka lebih memiliki model harga diri yang rapuh. Dalam satu laporan penting tentang bagaimana pola asuh dapat memengaruhi perkembangan narsisme, para peneliti berhipotesis bahwa orang tua yang terlalu memanjakan mempromosikan keyakinan anak-anak bahwa mereka istimewa (dan bahkan lebih istimewa daripada anak-anak lain), adalah sebuah pembentukan jiwa narsis mereka. (Paul D. Meier, 2009)

Beberapa studi menunjukkan bahwa orang dengan tingkat narsisme yang dinilai sendiri tinggi melaporkan mengalami pemanjaan berlebihan dari orang tua mereka, peneliti menilai 565 anak usia 7-11 tahun dan orang tua mereka dua kali setahun selama 2 tahun. Sesuai dengan teori, kecenderungan orang tua untuk melihat anak-anak mereka sebagai orang yang jauh lebih unggul dibandingkan orang lain diprediksi akan meningkatkan sifat narsistik anak-anak mereka di setiap titik waktu. (Ann M. Kring, 2018)

Orang dengan sifat narsistik seringkali memiliki kebiasaan yang unik dan berpengaruh terhadap hubungan mereka dengan orang lain.

Dibawah ini adalah nyata kebiasaan umum yang sering dilakukan orang yang menderita narsisme:

1. Orang narsistik seringkali memiliki kebiasaan mengagumi diri sendiri dan membicarakan tentang kelebihan dan prestasi mereka.
2. Mereka seringkali mengharapkan pujian dan pengakuan dari orang lain untuk meningkatkan harga diri mereka.
3. Orang narsistik seringkali menggunakan bahasa yang berlebihan dan dramatis untuk menggambarkan diri mereka sendiri.
4. Mereka terlampau sering melupakan keperluan dan perasaan orang lain, dan lebih cenderung pada keperluan dan hasrat mereka yang tinggi.
5. Orang narsistik lebih banyak waktunya menipu untuk mencapai tujuan mereka dan memanipulasi orang lain.
6. Mereka seringkali mengalami kesulitan dalam hubungan karena sifat narsistik mereka dapat membuat orang lain merasa tidak nyaman atau tidak dihargai.
7. Orang narsistik seringkali menggunakan orang lain untuk keuntungan pribadi mereka, dan tidak peduli dengan kebutuhan dan perasaan orang lain.
8. Orang narsistik seringkali mengumpulkan barang-barang yang mewah dan mahal untuk memperlihatkan kedudukan dan memamerkan harta mereka.
9. Mereka seringkali menggunakan media sosial untuk mempromosikan diri mereka sendiri dan meningkatkan popularitas mereka. Tetapi orang narsistik seringkali mengalami

kesulitan dalam mengelola emosi mereka, dan dapat menjadi sangat marah atau sedih jika mereka tak berhasil mencapai apa yang benar-benar diharapkan.

### **Kebiasaannya:**

Orang narsistik seringkali memiliki kebiasaan yang unik dan dapat mempengaruhi hubungan mereka dengan orang lain. Dengan memahami kebiasaan-kebiasaan ini, kita dapat lebih baik dalam menghadapi dan berinteraksi dengan orang narsistik. (Anthony D. Hermann, Joshua D. Foster, 2018)

### **Usaha -usaha dalam proses memberi kesadaran untuk kesembuhan orang narsistik.**

Orang dengan sifat narsistik dapat mengalami perubahan dan perbaikan, tetapi prosesnya seringkali sulit dan memerlukan waktu yang lama.

Beberapa hal yang perlu diingat dalam proses pemulihan adalah bahwa orang narsistik harus menyadari bahwa mereka memiliki sifat narsistik dan bahwa sifat tersebut dapat mempengaruhi hubungan mereka dengan orang lain. Juga diberikan pemahaman kepada mereka bahwa terapi dapat membantu (mereka) orang narsistik untuk memahami dan mengatasi sifat narsistik mereka, hal tersebut dapat berupa terapi individu, terapi kelompok, atau terapi keluarga. Disamping itu orang narsistik harus berusaha untuk mengubah perilaku mereka dan mengembangkan keterampilan sosial yang lebih baik, selain itu perlu diketahui bahwa hal itu pun dibutuhkan dukungan dari keluarga, teman, dan profesional. (Christine Krolewicz, 2020)

### **Tantangan dalam pemulihan**

Kesulitan-kesulitan yang dihadapi dalam pemulihan ternyata cukup sulit karena orang narsistik seringkali tergantung pada pujian dan pengakuan dari orang lain untuk meningkatkan harga diri mereka. Juga bahwa orang narsistik seringkali mengalami kesulitan dalam mengembangkan empati dan memahami perasaan orang lain, sebab mereka sangat tergantung pada kontrol dan kekuasaan untuk meningkatkan harga diri mereka. (Annette B. Roter, 2017)

### **Tentang celah harapan untuk pemulihan**

Dalam proses perubahannya sifat narsistik dapat memerlukan waktu yang lama dan perubahan yang lambat, karena orang narsistik dapat mengalami kambuh dan kembali ke perilaku narsistik mereka. Oleh karena itu harus tetap dalam pemantauan.

Dalam beberapa kasus, orang narsistik dapat mengalami perubahan yang signifikan dan mengembangkan sifat yang lebih positif. Namun, proses pemulihan dapat memerlukan waktu yang lama dan usaha yang besar, sehingga harus ada perlakuan khusus terhadap orang narsis walaupun itu menjadi sebuah tantangan yang sulit, karena mereka seringkali memiliki sifat yang kompleks dan seringkali dapat mempengaruhi hubungan dengan orang lain, hal itu ditandai dengan sifat-sifat yang khas, seperti kebutuhan akan pujian, kesombongan, dan sangat kurangnya empati. (James E. Maddux, 2017)

Pergaulan dengan orang narsistik seringkali tidak memiliki batasan yang jelas, sehingga perlu untuk menetapkan batasan yang jelas dan tegas, tanpa memberikan pujian yang berlebihan karena pujian dapat memperkuat sifat narsistik mereka, fokus untuk lawan orang narsis adalah jangan terlepas dari kebutuhan sendiri karena orang narsistik seringkali tidak peduli dengan kebutuhan orang lain. Dan karena orang narsistik seringkali suka memicu konflik, maka penting untuk tidak terlibat dalam konflik yang tidak perlu. (Renee Resilante, 2024)

Tetap jaga jarak supaya usaha pemulihan tetap berjalan dan proses tersebut walau perlahan namun berlangsung terus. Melakukan usaha penyembuhan orang narsis dapat menjadi tantangan yang sulit, tetapi dengan memahami sifat narsistik dan menggunakan strategi yang tepat, maka konselor atau siapapun dapat melindungi diri dan berinteraksi dengan mereka secara efektif. (Laura L. Smith, 2023)

## **Beberapa Sikap Buruk Orang Narsis**

Diperlukan pengetahuan untuk menangani orang dengan gangguan kepribadian narsistik (NPD), karena keadaannya nampak langsung bahwa mereka dapat menunjukkan sikap yang sangat bermasalah dan merugikan orang lain, penulis telah menumpulkan beberapa karakter yang merupakan sifat buruk mereka yang perlu diwaspadai.

Orang dengan NPD seringkali menggunakan manipulasi untuk mencapai tujuan mereka, termasuk menggunakan kebohongan, penipuan, dan eksploitasi. Mereka seringkali tidak peduli dengan perasaan dan kebutuhan orang lain, dan dapat menunjukkan kurangnya empati dalam situasi yang membutuhkan kepekaan. Bahkan seringkali memiliki kesombongan yang berlebihan dan dapat menunjukkan perilaku yang arogan dan tidak sopan. (Sheila L. Videbeck, 2022)

Mereka seringkali menggunakan orang lain untuk keuntungan pribadi, termasuk memanfaatkan siapa saja untuk mencapai tujuan atau memperoleh kekuasaan.

Orang dengan NPD seringkali tidak mau bertanggung jawab atas tindakan mereka dan mereka dengan tenang dapat menunjukkan perilaku yang tidak bertanggung jawab.

Mereka seringkali menunjukkan perilaku agresif, termasuk verbal atau fisik, ketika mereka tidak mendapatkan apa yang mereka inginkan.

Orang dengan NPD seringkali tidak memiliki kesadaran diri yang baik dan dapat menunjukkan perilaku yang tidak pantas tanpa menyadari dampaknya pada orang lain.

## **Dampak pada Orang Lain**

Perilaku yang sangat tidak terpuji orang dengan NPD, adalah bahwa mereka dapat menghancurkan relasi dengan orang lain, seperti kerabat, rekan kerja, termasuk keluarga. Bahkan berinteraksi dengan orang dengan NPD dapat menyebabkan stres dan kecemasan pada orang lain, juga dapat merusak kepercayaan diri orang lain dengan perilaku mereka yang tidak pantas.

## **Bagaimana Tindakan Pastoral Konseling Kepada NPD agar Mencapai Pemulihan**

Pastoral konseling adalah salah satu strategi yang hemat dalam pendekatan kepada orang dengan gangguan kepribadian narsistik (NPD), sebagai jalan sampai pada perbaikan atau kesembuhan, beberapa cara pastoral konseling dapat membantu:

## **Membangun Hubungan yang Mendalam**

Pastoral konseling dapat membangun kepercayaan sehingga secara persuasive sangat menolong keadaan antara konselor dan klien dalam proses pemulihan seorang NPD.

Seorang pastoral konselor dapat menggunakan pendekatan yang empatik untuk memahami kebutuhan dan perasaan klien, sehingga orang narsis tersenut merasa tenang dan merasa nyaman. (Steven Ken Huprich, 2008)

## **Mengidentifikasi dan Mengatasi Masalah**

Pastoral konseling dapat membantu klien mengidentifikasi dan memilah apa saja pola pikir dan perilaku yang tidak sehat yang terkait dengan NPD, dalam hal ini seorang pastoral dapat membantu klien mengatasi masalah, kesulitan atau tekanan yang terkait dengan masa lalu yang dapat mempengaruhi perilaku mereka saat ini.

Walaupun konselor-konselor pastoral, berasumsi bahwa konseling pastoral memiliki kemiripan yang cukup dekat dengan konseling psikologis, dan melihat klasifikasi standar gangguan kejiwaan dan psikologis adalah sesuai dengan pendapat mereka.

Para psikiater mungkin merasa sudah memberikan penilaian pastoral dan siap untuk melanjutkan konseling bermuatan rohani pastoral setelah mereka menandai seseorang yang menunjukkan ciri-ciri narsistik, seperti mempunyai persoalan dengan kemarahan yang tersembunyi, atau memiliki pertikaian

bawah sadar atas kerinduan ketergantungan. (Darlene Lancer, 2022)

Pemeriksaan pastoral ternyata harus dikaitkan terutama dengan kecenderungan bimbingan. Jadi, diagnosis yang diperlukan dalam tahap pertama konseling melibatkan penilaian kesejahteraan spiritual seseorang. Meskipun ini terkait erat dengan kesejahteraan psikologis seseorang, penggunaan eksklusif kategori dan konsep psikologis membuat sulit untuk menggambarkan spiritual seseorang secara memadai, dan untuk ini diperlukan strategi pastoral konseling. (David G. Benner, 2003)

## **Membangun Keterampilan yang Sehat**

Pastoral konseling dapat membantu klien membangun keterampilan komunikasi yang efektif untuk meningkatkan hubungan dengan orang lain, artinya dapat mengurangi hal-hal yang tidak diperlukan dalam komunikasi tersebut.

Seorang Pastoral konselor dapat membantu klien mengembangkan keterampilan mengelola emosi yang sehat untuk mengurangi stres dan kecemasan, dengan cara menenangkan pikiran dari hal-hal yang dapat membuat tekanan kedalam pikiran klien. (Ken Reeves, 2019)

## **Menggunakan Pendekatan yang Holistik**

Pastoral konseling dapat mengintegrasikan iman dan spiritualitas dalam proses pemulihan untuk membantu klien menemukan makna dan tujuan hidup yang benar sehingga nampak ada perbaikan didalam sikap dan perilakunya.

Pastoral konseling dapat menggunakan pendekatan yang holistik untuk memahami klien sebagai individu yang utuh, termasuk aspek fisik, emosi, dan spiritual.(Howard, 2011)

## **Pendekatan teologis pastoral konseling untuk orang NPD**

Pendekatan teologis pastoral konseling dapat menjadi cara yang efektif dalam membantu orang dengan gangguan kepribadian narsistik (NPD) untuk mencapai keadaan yang lebih baik. Prinsip teologis yang dapat digunakan dalam pendekatan pastoral konseling:

### **Prinsip Teologis**

Pendekatan teologis pastoral konseling dapat menekankan kasih dan belas kasihan Tuhan terhadap manusia, termasuk orang dengan NPD.

Pendekatan teologis pastoral konseling dapat menekankan pentingnya pengampunan dan rekonsiliasi dalam proses pemulihan.

Pendekatan teologis pastoral konseling dapat membantu orang dengan NPD menemukan identitas dan tujuan hidup yang lebih baik.

### **Pendekatan Pastoral Konseling**

Pendekatan pastoral konseling dapat menggunakan Alkitab sebagai sumber untuk memahami dan mengatasi masalah yang terkait dengan NPD.

Pendekatan teologis pastoral konseling dapat menjadi cara yang efektif dalam membantu orang dengan NPD untuk mencapai pemulihan. Dengan menggunakan prinsip teologis, pendekatan pastoral konseling, dan tujuan pemulihan, orang dengan NPD dapat menemukan kasih dan belas kasihan Tuhan, memulihkan hubungan dengan Tuhan dan orang lain,serta akan dapat menemukan identitas dan tujuan hidup yang lebih baik.

Namun, bagi orang-orang yang hidupnya terus-menerus dan luas diwarnai oleh satu atau lebih dari gangguan ini, hidup sangat berbeda. Merawat orang-orang ini dengan cara yang sesuai dengan panggilan khusus baik sebagai psikiater atau sebagai penyedia layanan pastoral, adalah bagian dari tanggung jawab sesama manusia sebagai anggota masyarakat, bahkan jika bukan anggota tradisi agama tertentu. Oleh karena itu, ini merupakan upaya yang mesti kita persiapkan secara psikologis, pendidikan, dan spiritual teologis.(Robert H. Albers, 2019).

Penulis mencatat beberapa ayat Alkitab yang dapat digunakan dalam konseling penderita dengan gangguan kepribadian narsistik (NPD), hal ini akan mengingatkan mereka dengan perilaku dan sikapnya dalam masyarakat:

### **Ayat tentang Kasih dan Belas Kasihan**

1. Matius 22:37-40: Ayat ini sangat tepat ditujukan untuk konseling orang narsistik, dimana manusia harus mengasihi Tuhan Allah lebih dari segalanya bahkan melebihi hati, pikiran, akal budi dan jiwa sebagai perintah yang pertama, kemudian yang kedua sebagai perintah untuk mengasihi sesama manusia seperti diri sendiri, ayat ini justru membalikan keadaan dimana orang narsistik cinta dirinya berlebihan.

2. 1 Korintus 13:4-7: Ayat ini menjelaskan bahwa kasih itu sangat paripurna, tidak mementingkan diri sendiri, sangat tenang, penuh pengasih, menghargai sesama, ia tidak irihati, tidak mudah gusar terhadap persoalan, ia tidak menutupi kesalahan orang lain.”

Ayat mengenai belas kasihan ini adalah sebuah bentuk saran dan nasihat secara umum tetapi terutama kepada orang narsis yang sering tidak mempunyai rasa empati atau rasa welas asih.(Bill Eddy, 2018)

### **Ayat tentang Pengampunan dan Rekonsiliasi**

1. Matius 6:14-15: Ayat ini menjelaskan bahwa jika seseorang mau memaafkan atau mengampuni kesalahan saudara atau temannya, maka Allah Bapa yang di sorga akan memaafkan orang itu juga. Tetapi jika seseorang tidak mau memaafkan saudara atau temannya, maka Allah Bapa tidak akan memaafkan atau mengampunimu juga.

2. 2 Korintus 5:18-19: Ayat ini menjelaskan bahwa apapun di dunia ini semua datang dari Allah, yang telah menebus semua kesalahan manusia dengan diri-Nya, yaitu melalui Yesus Kristus dan yang telah mengorbankan diri untuk manusia melalui pelayanan-Nya dikayu salib.

Mengenai pengampunan dan rekonsiliasi ini sangat diperlukan selain untuk pastoral konselornya juga untuk orang narsis yang sudah mulai menyadari keadaan dirinya dan dalam pembinaan menuju pemulihan.(Sarah Davies, 2019)

### **Ayat tentang Identitas dan Tujuan Hidup**

1. Mazmur 139:13-14: Ayat ini menjelaskan bahwa pemazmur menyadari bahwa Tuhan Allahlah yang membentuk organ tubuhnya bahkan secara dahsyat merajut janinnya didalam rahim bundanya, dan pemazmur mengucap syukur bahwa dia diciptakan sangat luar biasa.

2. Filipi 2:3-4: Ayat ini menjelaskan agar manusia janganlah melakukan sesuatu dengan semangat persaingan atau dengan kesombongan yang sia-sia. Sebaliknya, dalam kerendahan hati, tetapi anggaplah orang lain lebih utama dari pada dirimu sendiri."

Seorang Pastoral Konselor dapat memberikan kesadaran pada seorang narsis dengan memberikan pandangan bahwa Tuhan telah memilih setiap orang pemebejalan kerendahan hati sebagai identitas hidup dalam tujuan masing-masing sesuai rencana-Nya.(Joseph Burgo, 2016)

### **Ayat tentang Mengatasi Kesombongan**

1. Amsal 16:18: Ayat ini menjelaskan bahwa kesombongan mendahului kehancuran, dan kesombongan mendahului kejatuhan."

2. Yakobus 4:6: Ayat ini menjelaskan bahwa Tuhan menaruh Roh pada diri manusia bahkan lebih besar dari pada hal itu. Dan Allah menyatakan bahwa Ia berlawanan dengan orang yang tinggi hati, melainkan memberikan kasih karunia kepada orang yang rendah hati."

Ayat-ayat Alkitab di atas dapat digunakan dalam konseling orang dengan NPD untuk membantu mereka memahami dan mengatasi masalah yang terkait dengan kesombongan, pengampunan, dan identitas. Dengan menggunakan ayat-ayat Alkitab, konselor dapat membantu klien menemukan kasih dan belas kasihan Tuhan, memulihkan hubungan dengan Tuhan dan orang lain, dan menemukan identitas dan tujuan hidup yang lebih baik.

### **Pastoral konseling oleh ministry terhadap orang NPD**

Pelayanan ministry dapat menjadi pendekatan yang efektif dalam membantu orang dengan gangguan kepribadian narsistik (NPD) untuk mencapai pemulihan. Berikut beberapa cara pastoral konseling oleh ministry dapat membantu:

Membangun Hubungan yang Mendalam

1. Pastoral konseling oleh ministry dapat membangun kepercayaan antara konselor dan klien, yang sangat penting dalam proses pemulihan.
2. Pastoral konseling oleh ministry dapat menggunakan pendekatan yang empatik untuk memahami kebutuhan dan perasaan klien.

## Mengidentifikasi dan Mengatasi Masalah

1. Pastoral konseling oleh ministry dapat menolong klien menandai cara berpikir dan perilaku yang tidak sehat yang terkait dengan NPD.
2. Pastoral konseling oleh ministry dapat membantu klien mengatasi masalah yang terkait dengan masa lalu yang dapat mempengaruhi perilaku mereka saat ini.

## Membangun Keterampilan yang Sehat

1. Pastoral konseling oleh ministry dapat menolong klien membangun kemahiran percakapan yang efektif untuk meningkatkan relasi dengan orang lain.
2. Pastoral konseling oleh ministry dapat membantu klien mengembangkan keterampilan mengelola emosi yang sehat untuk mengurangi stres dan kecemasan.

## Menggunakan Pendekatan yang Holistik

1. Pastoral konseling oleh ministry dapat menggunakan pendekatan yang holistik untuk memahami klien sebagai individu yang utuh, termasuk aspek fisik, emosi, dan spiritual. (Amita Puri, 2024)
2. Pastoral konseling oleh ministry dapat mengintegrasikan iman dan spiritualitas dalam proses pemulihan untuk membantu klien menemukan makna dan tujuan hidup.

## Tujuan Pemulihan

1. Pastoral konseling oleh ministry dapat membantu klien memulihkan hubungan dengan Tuhan dan menemukan kasih dan belas kasihan-Nya.
2. Pastoral konseling oleh ministry dapat membantu klien memulihkan hubungan dengan orang lain dan membangun hubungan yang lebih sehat.
3. Pastoral konseling oleh ministry dapat membantu klien memulihkan diri dan menemukan identitas dan tujuan hidup yang lebih baik. (Peter L. Myers, 2007)

Penulis perlu mengingatkan bahwa jika seorang konselor menemukan orang narsis yang parah maka perlu dilakukan beberapa hal berikut sebagai strategi yang tepat bagi seorang pastoral konselor menghadapi orang NPD tersebut:

### Menghadapi Perilaku yang Sulit

1. Pastoral konselor harus siap menghadapi perilaku yang agresif dari orang NPD yang parah dan menggunakan strategi yang tepat untuk mengelola situasi tersebut.
2. Pastoral konselor harus siap menghadapi perilaku yang manipulatif dari orang NPD yang parah dan menggunakan strategi yang cermat untuk mengelola situasi tersebut.

Pastoral konselor harus menggunakan strategi yang tepat untuk menghadapi orang NPD yang parah, karena sebenarnya orang narsis adalah sakit tetapi tidak mau mengakuinya bahwa dirinya sebenarnya tidak berdaya. Dalam kurun waktu yang lama, perlakuan fisik secara keras yang diterima seorang dapat membuat sakit menahun, invalid, dan mempengaruhi kenormalan jiwa seperti depresi, kekhawatiran, dan tekanan stres setelah kejadian, "Kemurkaan seorang narsistik adalah perubahan tindakan menyerang yang tertuju terhadap bahaya yang ada dalam hati merupakan harga diri seorang narsisis. Umumnya dibangkitkan

oleh penilaian atau cemoohan yang dirasakan, murka seorang narsis dapat muncul kepermukaan bagi ledakan amukan yang mengejutkan, serangan pasif, atau tingkah gaya sebuah kebencian.

Namun, ada bukti peningkatan narsisme yang nyata. Dokter melaporkannya. Begitu pula guru. Dan manifestasi narsisme menyerang orang tua, guru, dan atasan dalam bentuk kemarahan narsistik. Masalahnya adalah kemarahan yang tiba-tiba dan meledak-ledak. Teorinya seperti ini: bertentangan dengan penampilan, narsisis sebenarnya memiliki ego yang rapuh dan mudah patah. Rasa mementingkan diri sendiri ini memerlukan pujian dan keheranan yang tidak biasa dari orang lain untuk tetap dapat hidup.

Mereka begitu terperangkap dalam fantasi tentang kekuasaan, prestise, dan popularitas sehingga mereka tidak peduli dengan kebutuhan orang-orang di sekitar mereka. Tugas dunia adalah memuja mereka; melihat mereka sebagai orang yang sempurna; dan memberi makan serta mendukung citra diri mereka yang agung. Ditantang atau dikritik dapat menyebabkan hasil yang tiba-tiba dan mengejutkan. Freud berbicara tentang “cedera narsistik”, dan yang lain tentang pukulan, bekas luka, dan luka narsistik.

Dan sekarang itu disebut kemarahan, masalahnya adalah bagaimana narsistik menghadapi kritik, baik itu penghinaan kecil atau serangan verbal langsung. Reaksinya dapat bervariasi mulai dari kesombongan, kejengkelan, dan penghinaan, hingga ledakan kekerasan fisik dan verbal.(Adrian Furnham, 2012)

Misalnya, jika seseorang tidak mengagumi pakaian barunya, tidak tampak bersemangat dengan ceritanya, atau tidak menanggapi upayanya untuk memprovokasi, mereka mungkin merasa kekuatannya mulai hilang. Sebagai tanggapan, mereka mungkin melancarkan serangan verbal seperti berteriak, menghina, dan mengancam. Contoh lain adalah, jika seseorang memberi tahu mereka bahwa mereka akan meninggalkan hubungan (yang mereka anggap sebagai tantangan terhadap dominasi mereka), mereka mungkin melempar dan merusak barang atau menyerang orang tersebut secara fisik.(Sterlin L. Mosley, 2022)

Korban kekerasan fisik perlu mencari bantuan dan dukungan dari orang-orang yang dipercaya, seperti teman, anggota keluarga, konselor, dan kelompok pendukung. Penting juga bagi korban untuk membuat rencana keselamatan guna melindungi diri dari bahaya lebih lanjut. Ini dapat melibatkan menghubungi penegak hukum, mengajukan perintah penahanan, dan mencari tempat yang aman untuk menjauh dari pelaku kekerasan. Korban kekerasan fisik juga dapat memperoleh manfaat dari pembebasan, deprogramming, penyembuhan batin, terapi sekuler atau Kristen, konseling pastoral, dan konseling Kristen atau alkitabiah untuk membantu mereka pulih dari trauma yang mereka alami. Terapi dapat membantu korban memproses emosi mereka, membangun harga diri, dan mengembangkan strategi penanganan untuk menghadapi dampak kekerasan. Korban perlu mengingat bahwa mereka tidak sendirian dan bahwa bantuan tersedia untuk mendukung mereka dalam perjalanan menuju penyembuhan dan pemulihan.(Michiel van Vreeswijk, 2015)

Kekejaman fisik adalah bentuk kekerasan dalam rumah tangga yang serius dan sangat merugikan berbahaya yang tidak boleh pandang ringan.

Korban dan penyintas kekerasan fisik berhak diperlakukan dengan bermartabat dan hormat, dan mereka berhak mencari bantuan dan dukungan untuk keluar dari situasi kekerasan. Penyebab terjadinya narsistik sangat besar kecenderungannya berasal dari sebuah kekerasan, dan dengan mengusahakan pertolongan serta menyusun strategi perlindungan,

orang-orang yang selamat dapat mengambil langkah kesatu menuju pemulihan dan mendirikan kembali kehidupan milik mereka yang bebas dari kekerasan.(J. Reid Meloy, 2008)

## **Alkitab menunjukkan bahwa Yesus pernah menangani orang NPD**

Yesus Kristus merupakan teladan yang baik dalam berinteraksi dengan orang narcissistic personaly disorder (NPD). Berikut beberapa contoh menangani orang NPD.

Contoh dari Alkitab;

1. Yesus menghadapi perempuan Samaria yang memiliki NPD dan membantu dia untuk mengatasi masalahnya (Yohanes 4:1-42).
2. Yesus ketika berinteraksi dengan orang kaya muda yang terkena gangguan kepribadian narsistik dan menolong dia untuk menyelesaikan persoalannya (Matius 19:16-30).

Yesus Kristus adalah contoh yang baik dalam menangani orang dengan NPD. Dengan menggunakan pendekatan yang empatik, mengidentifikasi dan mengatasi masalah, membangun keterampilan yang sehat, menggunakan pendekatan yang holistik, dan mengintegrasikan iman dan spiritualitas, Yesus membantu orang NPD untuk menemukan kasih dan belas kasihan Tuhan, memulihkan hubungan dengan Tuhan dan orang lain, dan menemukan identitas dan tujuan hidup yang lebih terarah menuju banyak perbaikan.(Eric L. Johnson, 2017)

Dibawah inio adalah beberapa kaitan orang dengan kepribadian yang terganggu secara narsistik (NPD) Alkitab Perjanjian Lama:

### **Raja Saul**

1. Raja Saul memiliki kesombongan dan keangkuhan yang berlebihan, yang merupakan ciri khas NPD.
2. Raja Saul mengabaikan perintah Tuhan dan melakukan apa yang dia inginkan, yang menunjukkan kurangnya empati dan kesadaran diri.

### **Raja Nebukadnezar**

1. Raja Nebukadnezar memiliki kesombongan dan keangkuhan yang berlebihan, yang merupakan ciri khas NPD.
2. Raja Nebukadnezar menghancurkan kota-kota lain dan memperbudak penduduknya, yang menunjukkan kurangnya empati dan kesadaran diri.

### **Haman**

1. Haman memiliki kesombongan dan keangkuhan yang berlebihan, yang merupakan ciri khas NPD.
2. Haman menginginkan pujian dan pengakuan dari orang lain, yang menunjukkan kurangnya kesadaran diri dan empati.

### **Absalom**

1. Absalom memiliki kesombongan dan keangkuhan yang berlebihan, yang merupakan ciri khas NPD.
2. Absalom menginginkan kekuasaan dan pengaruh, yang menunjukkan kurangnya kesadaran diri dan empati.

Catatan diatas menyatakan bahwa Raja Saul, Raja Nebukadnesar, Haman dan Absalom memperlihatkan ciri khas seorang dengan NPD, dimana Perjanjian Lama telah menunjukkan keadaan orang NPD, seperti kesombongan, keangkuhan, kurangnya empati, dan kesadaran

diri. Mereka juga menunjukkan perilaku yang tidak sehat, seperti mengabaikan perintah Tuhan, menghancurkan kota-kota lain, dan menginginkan pujian dan pengakuan.

Pastoral konseling membantu orang NPD mengidentifikasi pola pikir dan perilaku yang tidak sehat yang terkait dengan NPD, dalam hal ini akan sangat membantu orang NPD mengembangkan kesadaran diri tentang perasaan, kebutuhan, dan motivasi mereka. (David Kirk Beedon, 2022)

Hal tersebut dikarenakan sangat tepat dengan tugasnya secara rohani terhadap sesama sehingga membantu orang NPD mengatasi masalah mereka dengan membangun kesadaran diri, empati, hubungan yang sehat, keterampilan mengelola emosi, dan kesadaran spiritual. Dengan menggunakan pendekatan yang holistik dan integratif, pastoral konseling dapat membantu orang NPD menemukan kasih dan belas kasihan Tuhan, memulihkan hubungan dengan Tuhan dan orang lain, dan dapat menemukan kesadaran rohaninya serta kepribadian hidup dengan mutu yang baik.

### **Ayat ayat di perjanjian baru sebagai nasihat untuk mendidik orang NPD**

Mengembangkan Kesadaran Diri.

1. Matius 7:3-5: Ayat ini menjelaskan mengapa manusia dapat melihat kesalahan kecil saudaranya, tetapi tidak dapat melihat kesalahan besar dalam dirinya?

2. Lukas 12:2-3: Ayat ini menyatakan bahwa tak ada sesuatupun yang tetap tertutupi yang tidak akan dibukakan dan tak ada sesuatupun yang disembunyikan yang tidak akan dibukakan.

Membangun Empati.

1. Roma 12:15: Ayat ini menyatakan bahwa manusia haruslah bersukaria dengan sesama orang yang sedang bersukacita, dan dapat ikut merasakan kesedihan terhadap orang yang sedang bersedih.

2. 1 Korintus 13:4-7: Ayat ini menyatakan bahwa kasih itu tidak meninggikan hati, bersikap tenang, berbaik hati terhadap sesama, tidak mendengki, tidak membesarkan diri, tidak mencari kebaikan untuk diri sendiri saja, tidak memendam kelalaian orang lain."

Membangun Hubungan yang Sehat.

1. Yohanes 13:34-35: Ayat ini menyebutkan bahwa Tuhan Allah menyerahkan tugas baru kepada manusia, yaitu supaya manusia saling berkasih sayang; sama seperti Tuhan telah mengasihi manusia, demikian juga Tuhan memerintahkan agar manusia harus saling mengasihi.

2. Efesus 4:32: Ayat ini menjelaskan agar manusia memiliki kebaikan hati dan dan berbelas kasihan antar sesama manusia, sama seperti Allah telah menjadikan manusia baik hati dan mempunyai belas kasihan dalam Kristus."

Membangun Keterampilan Mengelola Emosi.

1. Matius 5:44: Ayat ini menguraikan bahwa Tuhan Allah telah mengajar manusia untuk menyayangi lawan-lawannya dan tetapi juga memohon Allah untuk memaafkan lawan-lawannya tersebut.

2. Kolose 3:13: Ayat ini menjelaskan bahwa Tuhan mengajar manusia untuk saling bgersabar dan saling mengampuni, karena Tuhan telah mengajarkan kepada manusia untuk saling mengampuni.

Membangun Kesadaran Spiritual.

1. Yohanes 3:16: Ayat ini menjelaskan bahwa Allah begitu menyayangi manusia sehingga Allah telah memberikan Anak-Nya yang satu-satunya, supaya setiap orang yang percaya kepada-Nya tidak mati, tetapi akan mendapatkan kehidupan yang tak berkesudahan.

2. Roma 8:28: Ayat ini menjelaskan bahwa Allah tetap memperhatikan manusia dalam segala kebaikan yang dilakukan karena mengasihi Allah, yaitu kepada siapapun yang bekerja untuk rencana-Nya.

Ayat-ayat di Perjanjian Baru dapat menjadi nasihat yang baik untuk mendidik orang dengan NPD. Dengan memahami dan mengamalkan ayat-ayat tersebut, orang dengan NPD dapat mengembangkan kesadaran diri, empati, hubungan yang sehat, keterampilan mengelola emosi, dan kesadaran spiritual.

## **Saatnya Diperlukan Bantuan Profesional**

Terapi: Orang dengan NPD dapat memperoleh bantuan dari terapi, termasuk terapi kognitif-behavioral dan terapi psikodinamik.

Pengobatan: Dalam beberapa kasus, pengobatan dapat membantu mengurangi gejala NPD.

Pertolongan terhadap orang dengan NPD disokong secara moril oleh keluarga, relasi, kerabat atau kelompok tertentu.

Tetapi berinteraksi dengan orang narsistik yang suka melawan dapat menjadi halangan yang sulit, sehingga perlu beberapa tips yang dapat mendukung untuk mengerti perilaku agitatif orang NPD

Orang narsistik yang agitatif seringkali menunjukkan perilaku yang tidak pantas karena mereka merasa tidak dihargai atau tidak dipahami.

Jangan terpengaruh secara pribadi: Perilaku agitatif orang narsistik seringkali tidak terkait dengan Anda secara pribadi, tetapi lebih terkait dengan kebutuhan dan keinginan mereka, ketika saatnya semakin memuncak disitulah diperlukan bantuan profesional.

Berdiskusi dengan profesional yang menangani kasus ini acapkali merupakan jalan utama untuk mencapai hal yang dimaksud.

Konselor sering memerlukan dukungan untuk membantu dalam menyelesaikan masalah. Seseorang dengan pengalaman profesional sering kali dapat membantu mengevaluasi apa yang terjadi dalam kehidupan konselor dan kliennya. (Michael Braswell, Larry Miller, 2006)

Buku-buku juga kadang tidak dapat menggantikan bantuan yang bersifat pribadi dan profesional. Jika Anda mengalami gejala kecemasan atau depresi, sangat penting bagi Anda untuk berkonsultasi dengan profesional yang terakreditasi semakin cepat semakin baik. Beberapa dari konselor mungkin telah beralih ke internet untuk mempelajari lebih lanjut tentang apa yang harus dilakukan terhadap seorang pasangan narsis. Dalam setahun terakhir, jumlah informasi di Internet tentang narsisme tampaknya telah meningkat tiga kali lipat. Ada beberapa informasi yang baik dan bahkan hebat. Ada juga banyak hal yang dapat digambarkan sebagai ekstrem, tetapi kami tidak berpikir Internet selalu menjadi pengganti yang realistis dan layak untuk bantuan profesional. (Steven Carter, 2005)

## **Strategi Menghadapi NPD**

Ketika menghadapi orang narsistik yang agitatif, penting untuk tetap tenang dan tidak terpengaruh oleh perilaku mereka, karena orang narsistik yang agitatif seringkali membutuhkan perhatian, jadi penting untuk tidak memberikan perhatian yang berlebihan.

Orang narsistik yang agitatif seringkali tidak memiliki batasan yang jelas, jadi penting untuk menetapkan batasan yang jelas dan tegas, jadi sebagai konselor harus tetap fokus karena orang narsistik yang agitatif seringkali tidak peduli dengan kebutuhan orang lain, jadi penting untuk fokus pada apa yang akan dilakukan oleh seorang konselor.

Seorang pastoral konselor perlu menghindari konflik, karena orang narsistik yang agitatif seringkali suka memicu konflik, jadi penting untuk tidak terlibat dalam konflik yang tidak perlu. Dan jika merasa bahwa situasi menjadi terlalu panas, cari jalan keluar yang aman dan tidak memicu konflik lebih lanjut.

Konselor juga harus melindungi diri, karena orang narsistik yang agitatif seringkali dapat menjadi terlalu dekat dan menginvasi ruang pribadi anda, jadi penting untuk menjaga jarak yang sehat. (Sydney Koh, 2021)

Jika konselor merasa kesulitan dalam menghadapi orang narsistik yang agitatif, dapat mencari dukungan dari teman, keluarga, atau profesional.

Melalui pastoral konseling, akan dapat membuat perubahan dalam pemulihan orang narsis walaupun hal ini merupakan proses yang sulit dan kompleks. Berikut beberapa cara yang dapat membantu:

## **Terapi**

1. Terapi kognitif-behavioral: Terapi ini dapat membantu orang narsis untuk memahami dan mengubah pola pikir dan perilaku mereka yang tidak sehat. (Rudolph Hall, 2011)
2. Terapi psikodinamik: Terapi ini dapat membantu orang narsis untuk memahami dan mengatasi masalah yang terkait dengan masa lalu mereka. Terapi ini merupakan pendekatan psikologi yang berfokus kepada proses mental bawah sadar, konflik, dan gerakan internal dalam membentuk gaya hidup, sikap dan kepribadian manusia. Teori ini, yang diungkapkan oleh Sigmund Freud, yang menguraikan peran dan kaitan dengan pengalaman masa lalu serta dampaknya dengan sikap dan kepribadian yang sekarang. (Temba Munsaka, 2014)
3. Terapi kelompok: Terapi secara berkumpul dengan orang yang sama akan memberi pengertian kesadaran siapa mereka dan bagaimana terlihat oleh orang lain, hal ini akan memberikan pemahaman bagi mereka didalam suatu lingkungan yang memberi contoh kepada mereka.

## **Pengobatan**

1. Pengobatan antidepresan dapat membantu mengurangi gejala depresi dan kecemasan yang terkait dengan narsisme.
2. Pengobatan antipsikotik dapat membantu mengurangi gejala psikotik yang terkait dengan narsisme.

## **Perubahan Gaya Hidup**

1. Olahraga dapat membantu mengurangi stres dan kecemasan yang terkait dengan narsisme.
2. Tidur yang cukup dapat membantu mengurangi stres dan kecemasan yang terkait dengan narsisme.

Menyembuhkan orang narsis dapat menjadi proses yang sulit dan kompleks. Namun, dengan terapi, pengobatan, dukungan, dan perubahan gaya hidup, orang narsistik dapat memahami diri dan mengatasi masalah mereka. (Caroline Strawson, 2024)

### **Kesimpulan:**

Hal yang perlu diingat adalah bahwa orang dengan NPD seringkali tidak menyadari, mereka memiliki gangguan kepribadian narsistik, tetapi jika sampai pada kesadaran diri mereka sendiri maka orang NPD akan dapat mengatasi masalah mereka.

Orang NPD seringkali menolak untuk mengakui bahwa mereka memiliki gangguan kepribadian narsistik. Karena kesadaran diri dapat memakan waktu yang lama dan memerlukan usaha yang besar. Walaupun proses yang sulit dan kompleks, namun dengan terapi, dukungan, dan pendidikan, dari pastoral konselor, ministri/ gereja dan rohaniawan seorang NPD dapat memahami dan mengatasi masalah kepribadian mereka, dan walaupun ini semua adalah tantangan setiap saat, tetapi proses tetap berjalan dan akan selalu ada hasil untuk sebuah tujuan kebaikan.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Adrian Furnham. (2012). *The Engaging Manager*. Palgrave Macmillan.
- Amita Puri, S. J. (2024). *Narcissism Navigated*. Bluerose Publishers.
- Ann M. Kring, S. L. J. (2018). *Abnormal Psychology: The Science and Treatment of Psychological Disorders* (14th ed.). John Wiley & Son, Inc.
- Annette B. Roter. (2017). *Understanding and Recognizing Dysfunctional Leadership*. Routledge Taylor & Francis Group.
- Anthony D. Hermann, Joshua D. Foster, A. B. B. (2018). *Handbook of Trait Narcissism*. Springer International Publishing AG.
- Bill Eddy. (2018). *5 Types of People Who Can Ruin Your Life: Identifying and Dealing with Narcissists, Sociopaths, and Other High-Conflict Personalities*. Penguin Random House LLC.
- Campbell, W. K., & Miller, J. D. (2020). *The Handbook of Narcissism and Narcissistic Personality Disorder*. John Wiley & Son, Inc.
- Caroline Strawson. (2024). *How to Heal After Narcissistic Abuse*. Hay House LLC.
- Cary Stacy Smith, L. C. H. (2021). *Malignant Narcissism; Recognizing a Dangerous Disorder*. ABC-CLIO, LLC.
- Christine Krolewicz. (2020). *Understanding Personality Disorder* (Jennifer Lombardo (ed.)).

Greenhaven Press.

- Darlene Lancer. (2022). *Dating, Loving, And Leaving A Narcissist*. Carousel Books.
- David G. Benner. (2003). *Strategic Pastoral Counseling* (Second). Baker Book House Company.
- David Kirk Beedon. (2022). *Pastoral Care for the Incarcerated; Hope Deferred, Humanity Diminished?* Springer International Publishing AG.
- David Rico. (2015). *You Are Not What You Think : The Egoless Path to Self Esteem and Generous Love*. Shambhala Publications, Inc.
- Eric L. Johnson. (2017). *God & Soul Care; The Therapeutic Resources of Christian Faith*. InterVarsity Press.
- Howard, C. (2011). *Basic Types of PASTORAL CARE & COUNSELING* (Briget Clare McKeever (ed.)). Abingdon Press.
- J. Reid Meloy, L. S. (2008). *Stalking, Threatening, and Attacking Public Figures: A Psychological and Behavioral Analysis*. Oxford University Press, Inc.
- James E. Maddux, B. A. W. (2017). *Psychopathology for a Contemporary Understanding* (fourth). Routledge Taylor & Francis Group.
- Jean M. Twenge. (2009). *The Narcissism Epidemic*. Free Press Simon & Schuster, Inc.
- Jeffrey S. Nevid, S. A. R. (2025). *Health Psychology : Applying Psychological Science to Health and Wellness* (7th ed.). John Wiley & Son, Inc.
- Joseph Burgo. (2016). *The Narcissist You Know*. Simon & Schuster, Inc.
- Ken Reeves. (2019). *The Whole Church : Congregational Leadership Guided by Systems Theory*. The Rowman & Littlefield Publishing Group. Inc.
- Laura L. Smith. (2023). *Narcissism for Dummies*. John Wiley & Son, Inc.
- Lela Nurlela, Hidayatus, Shofi, H. (2023). *Keperawatan Jiwa* (Putu Intan Daryaswanti (ed.); Pertama). PT. Sonpedia Publishing Indonesia.
- Mario Maj, H. S. A. (2005). *Personality Disorder*. John Wiley & Son, Ltd.
- Michael Braswell, Larry Miller, D. C. (2006). *Human Relations and Corrections* (5th ed.). Waveland Press, Inc.
- Michiel van Vreeswijk, J. B. (2015). *The Wiley Blackwell Handbook of Schema Therapy. Theory, Research, and Practice*. John Wiley & Son, Ltd.
- Mrs. O.Boy. (2023). *Learn Grow Go; an account of Narcissistic Abuse and The Road Out*. FriesenPress.

- Otto Kernberg. (2004). *Borderline Conditions and Pathological Narcissism*. Rowman & Littlefield Publishers, Inc.
- Paul D. Meier. (2009). *You Might Be A Narcissist If . . .* Langdon Street Press.
- Peter L. Myers, N. R. S. (2007). *Becoming an Addictions Counselor* (second). Jones & Barlett Publishers, Inc.
- Renee Resilante. (2024). *Why Attract Narcissist* (First). Friesen Press, Inc.
- Rob Hutchings. (2024). *The Narcissism Dictionary*. Kipperbang Ltd.
- Robert H. Albers, W. H. M. (2019). *Ministry with Persons with Mental Illness and Their Families* (Second). Fortress Press.
- Robert J. Craig. (2005). *New Directions in Interpreting the Millon Clinical Multiaxial Inventory-III*. John Wiley & Son, Inc.
- Ronningstam, E. F. (2005). *Identifying and Understanding the NARCISSISTIC PERSONALITY*. Oxford University Press, Inc.
- Rudolph Hall. (2011). *Narcissistic Behavior in The Post Modern Era*. Xlibris Corporation.
- Sam Vaknin. (2013). *Malignant Self-Love: Pathological Narcissism FAQs* (1 st). Narcissus Publications, Inc.
- Sarah Davies. (2019). *Never Again; Moving on From Narcissistic Abuse and Other Toxic Relationship*. Troubador Publishing Ltd.
- Sheila L. Videbeck. (2022). *Psychiatric Mental Health Nursing*. Lippincot Williams & Wilkins.
- Sterlin L. Mosley. (2022). *The Narcissist in You (and everyone else)*. Rowman & Littlefield Publishers, Inc.
- Steven Carter, J. S. (2005). *Help! I'm in Love with a Narcissist*. Rowman & Littlefield Publishers, Inc.
- Steven Ken Huprich. (2008). *Narcissistic Patients and New Therapists*. Jason Aronson.
- Suzanne Bender. (2022). *Becoming A Therapist : What Do I Say? and Why?* (Second). The Guilford Publications, Inc.
- Sydney Koh. (2021). *Dealing with The Unavoidable Narcissist in Your Life*. TS Publishing.
- Temba Munsaka. (2014). *Sigmund Freud's Psychodynamic Theory*. Grin Verlag Publishing House.

