



Hubungan Keaktifan Pelayanan Gereja dengan Kesehatan Mental Pemuda Kristen

Boas Tauho¹, Junias Selan², *Merfin Bengkiuk³, Sandriana Ludji⁴,
Yusmin Tapeun⁵, Adriana Sole⁶

^{1,2,3,4,5,6}Institut Agama Kristen Negeri Kupang

E-Mail: tauhoboas@gmail.com¹; junaselan9@gmail.com²;
merfinbengkiuk121@gmail.com³; sandrianaludji19@gmail.com⁴;
Sonitapeun@gmail.com⁵; idasole12@gmail.com⁶

Abstract

The mental health of Christian youth has become an important issue because various life demands can affect their psychological well-being. Church ministry is often regarded as a means of supporting the spiritual, social, and emotional development of young people. This study aims to examine the level of church ministry involvement, the mental health condition of Christian youth, and the relationship between the two variables. The study employed a quantitative method with a descriptive correlational approach involving 30 Christian youth participants. Data were collected through questionnaires and analyzed using descriptive statistics, linearity testing, and simple linear regression. The findings indicate that the level of church ministry involvement was relatively high, while the respondents' mental health was generally in a good category. Regression analysis produced a correlation coefficient of 0.278 with a significance value of 0.137, indicating that the relationship between the two variables was positive but not statistically significant. The study concludes that active involvement in church ministry is not a primary factor determining the mental health of Christian youth. The novelty of this study lies in the finding that church ministry functions as a supporting factor rather than a primary determinant of mental health, highlighting the need for a more holistic ministry approach to promote the well-being of Christian youth.

Keywords: Ministry; Mental Health; Youth; Church.

Abstrak

Kesehatan mental pemuda Kristen menjadi isu penting karena berbagai tuntutan kehidupan dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis mereka. Pelayanan gereja sering dipandang sebagai sarana yang mendukung pertumbuhan spiritual, sosial, dan emosional pemuda. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keaktifan pelayanan gereja, kondisi kesehatan mental pemuda Kristen, dan hubungan antara keduanya. Metode yang digunakan adalah kuantitatif dengan pendekatan deskriptif korelasional terhadap 30 pemuda Kristen. Data dikumpulkan melalui angket dan dianalisis menggunakan statistik deskriptif, uji linearitas, dan regresi linear sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keaktifan pelayanan gereja berada pada kategori cukup tinggi dan kesehatan mental responden tergolong baik. Analisis regresi menghasilkan koefisien korelasi sebesar 0,278 dengan nilai signifikansi 0,137, sehingga hubungan antara kedua variabel bersifat positif tetapi tidak signifikan. Penelitian ini menyimpulkan bahwa keaktifan pelayanan gereja bukan faktor

utama yang menentukan kesehatan mental pemuda Kristen. Kebaruan penelitian terletak pada temuan bahwa pelayanan gereja berfungsi sebagai faktor pendukung, bukan faktor penentu utama kesehatan mental, sehingga diperlukan pendekatan pelayanan yang lebih holistik untuk mendukung kesejahteraan pemuda Kristen.

Kata-kata Kunci: Pelayanan; Kesehatan; Pemuda; Gereja.

PENDAHULUAN

Kesehatan mental merupakan salah satu aspek penting yang menentukan kualitas kehidupan pemuda pada masa transisi menuju kedewasaan. Berbagai tuntutan akademik, sosial, ekonomi, dan pembentukan identitas sering menempatkan pemuda pada situasi yang rentan terhadap stres, kecemasan, serta kelelahan emosional. Penelitian yang dilakukan oleh Baok, Tari, dan Syahputra menjelaskan bahwa kesehatan mental generasi muda dipengaruhi oleh interaksi antara faktor psikologis, sosial, spiritual, dan lingkungan komunitas yang membentuk daya tahan individu ketika menghadapi tekanan kehidupan yang terus berkembang.¹ Kondisi kesehatan mental yang baik memungkinkan pemuda menjalankan aktivitas secara produktif, membangun relasi yang sehat, dan mengembangkan potensi dirinya secara optimal. Kajian yang dilakukan oleh Arrayan et al. mengemukakan secara rinci bahwa keterlibatan dalam aktivitas spiritual dan komunitas keagamaan dapat menjadi faktor protektif yang membantu individu memperoleh dukungan sosial, makna hidup, serta kemampuan menghadapi tekanan psikologis secara lebih sehat.² Persoalan ini menjadi penting untuk diteliti karena kesehatan mental pemuda berpengaruh langsung terhadap kualitas kehidupan pribadi, sosial, akademik, dan spiritual mereka.

Perhatian terhadap kesehatan mental pemuda semakin meningkat seiring bertambahnya berbagai tantangan yang dihadapi generasi muda pada era modern. Perubahan sosial yang cepat, perkembangan teknologi digital, serta tuntutan pencapaian akademik dan karier sering menimbulkan tekanan yang berdampak pada kesejahteraan psikologis. Hasil penelitian Suriyanti menunjukkan secara mendalam bahwa tekanan hidup yang tidak dikelola dengan baik dapat meningkatkan risiko munculnya gangguan emosional, menurunkan kualitas relasi sosial, dan melemahkan kemampuan individu dalam

¹ Deciana M. Baok, Ezra Tari, dan Andrian Wira Syahputra, "Pendidikan Agama Kristen dan Kesehatan Mental: Strategi Gereja dalam Mengatasi Kecemasan pada Pemuda Gereja Tradisional di Kupang," *Aletheia Christian Educators Journal* 7, no. 1 (2026): 57–67, <https://aletheia.petra.ac.id/index.php/aletheia/article/view/438>.

² Bunga Haq Arrayan et al., "Peran Praktik Ibadah sebagai Mekanisme Coping Spiritual dalam Menjaga Kesehatan Mental Mahasiswa: Studi Literatur," *JMIA: Jurnal Multidisiplin Ilmu Akademik* 3, no. 3 (2026): 1545–1562, <https://ejurnal.kampusakademik.co.id/index.php/jmia/article/view/10891>.

menjalankan perannya di masyarakat maupun gereja.³ Kondisi tersebut menuntut adanya berbagai sumber dukungan yang mampu membantu pemuda menghadapi tekanan kehidupan secara konstruktif. Penelitian Sumule et al. menjelaskan bahwa komunitas iman memiliki potensi besar untuk menghadirkan dukungan emosional, pembentukan karakter, serta penguatan spiritual yang berkontribusi terhadap kesejahteraan mental anggota komunitasnya.⁴ Upaya memahami faktor-faktor yang mendukung kesehatan mental pemuda menjadi kebutuhan yang semakin mendesak pada masa sekarang.

Pemuda Kristen merupakan kelompok yang tidak terlepas dari berbagai dinamika kehidupan yang dapat memengaruhi kondisi psikologis mereka. Tanggung jawab pendidikan, pekerjaan, relasi sosial, serta proses pencarian jati diri sering kali berjalan bersamaan dengan keterlibatan mereka dalam aktivitas gerejawi. Kajian Saleleubaja dan Santoso menguraikan bahwa aktivitas kerohanian yang dilakukan secara teratur dapat memperkuat ketahanan psikologis, meningkatkan rasa syukur, dan membantu individu membangun perspektif yang lebih positif terhadap berbagai persoalan hidup.⁵ Keaktifan dalam pelayanan gereja menjadi salah satu bentuk keterlibatan yang banyak dilakukan oleh pemuda Kristen. Penelitian Gea et al. menjelaskan bahwa pelayanan gereja tidak hanya berfungsi sebagai sarana pengembangan spiritual, tetapi juga menyediakan ruang interaksi sosial, pembelajaran kepemimpinan, serta pengalaman kolaboratif yang dapat mendukung perkembangan pribadi kaum muda.⁶ Fakta tersebut menunjukkan bahwa pelayanan gereja berpotensi memiliki hubungan dengan kesehatan mental pemuda Kristen.

Pelayanan gereja memberikan kesempatan kepada pemuda untuk berpartisipasi dalam berbagai aktivitas yang bermanfaat bagi pertumbuhan iman dan kehidupan sosial. Bentuk pelayanan tersebut dapat berupa keterlibatan dalam ibadah, pelayanan musik, persekutuan pemuda, sekolah minggu, kegiatan sosial, maupun kepanitiaan gerejawi. Penelitian Lase dan Silean menjelaskan secara rinci bahwa keterlibatan aktif dalam

³ Intan Suriyanti, "Cara Siswa Kristen Mengatasi Peningkatan Stres pada Masa Pandemi," *Jurnal Imparta* 1, no. 1 (2022): 1–13, <https://ejournal.st3b.ac.id/index.php/imparta-tabgha/article/view/9>.

⁴ Agijimoto Putra Sumule et al., "Integrasi Pendidikan Agama Kristen dan Psikologi Kristen dalam Membentuk Karakter dan Kesehatan Mental Peserta Didik di Era Modern," *Adiba: Jurnal of Education* 5, no. 3 (2026): 68–83, <https://wikep.net/index.php/ADIBA/article/view/1068>.

⁵ Junardi Saleleubaja dan Sugeng Santoso, "Meningkatkan Kestabilan Kesehatan Mental dan Spiritual untuk Menghadapi Tantangan Hidup Modern dalam Perspektif Kristen," *Excelsis Deo Jurnal Teologi Misiologi dan Pendidikan* 8, no. 1 (2024): 14–41, https://www.researchgate.net/publication/381759866_MENINGKATKAN_KESTABILAN_KESEHATAN_MENTAL_DAN_SPIRITUAL_UNTUK_MENGHADAPI_TANTANGAN_HIDUP_MODERN_DALAM_PERSPEKTIF_KRISTEN.

⁶ Erniwati Gea et al., "Peran Gereja dalam Membentuk Karakter Remaja Kristen di Era Kontemporer," *Sabda: Jurnal Teologi Kristen* 4, no. 2 (2023): 133–148, <https://jurnalsttn.ac.id/index.php/SJT/article/view/89>.

pelayanan gereja dapat membangun rasa tanggung jawab, memperluas jaringan sosial, meningkatkan kepercayaan diri, dan menumbuhkan rasa memiliki terhadap komunitas iman.⁷ Keaktifan tersebut sering dipandang sebagai sarana pembentukan karakter yang positif bagi pemuda Kristen. Kajian Arifianto mengemukakan secara mendalam bahwa pengalaman melayani memungkinkan individu memperoleh makna hidup yang lebih kuat karena mereka merasa dapat memberikan kontribusi nyata bagi orang lain dan komunitasnya.⁸ Keadaan ini menunjukkan bahwa pelayanan gereja memiliki dimensi spiritual sekaligus psikososial yang relevan bagi kehidupan pemuda.

Sejumlah penelitian sebelumnya telah membahas hubungan antara spiritualitas, religiositas, dukungan sosial gerejawi, dan kesejahteraan psikologis. Berbagai hasil penelitian menunjukkan bahwa kehidupan spiritual yang sehat sering berkaitan dengan tingkat kesejahteraan mental yang lebih baik. Penelitian Emiyati menjelaskan bahwa praktik keagamaan yang konsisten dapat membantu individu mengelola stres, memperkuat harapan, serta membangun mekanisme koping yang lebih adaptif ketika menghadapi tekanan hidup.⁹ Temuan tersebut memberikan dasar teoritis bahwa aktivitas keagamaan dapat berkontribusi terhadap kesehatan mental seseorang. Penelitian Zai dan Hia juga menegaskan bahwa relasi yang sehat dalam komunitas gereja berperan penting dalam menciptakan rasa aman, dukungan emosional, dan penerimaan sosial yang mendukung kesejahteraan psikologis anggota jemaat.¹⁰ Meskipun demikian, fokus khusus mengenai keaktifan pelayanan gereja dan kesehatan mental pemuda Kristen masih memerlukan pengkajian lebih mendalam.

Berbagai penelitian terdahulu umumnya lebih banyak menyoroti aspek spiritualitas, religiositas, atau dukungan sosial gereja secara umum. Kajian yang secara spesifik menghubungkan tingkat keaktifan pelayanan gereja dengan kesehatan mental pemuda Kristen masih relatif terbatas dalam konteks gereja-gereja di Indonesia. Penelitian Simanjuntak dan Pasaribu mengemukakan secara rinci bahwa keterlibatan pelayanan dapat memberikan manfaat psikologis melalui pengalaman kebersamaan, makna hidup, dan

⁷ Surudiaman Lase dan Riste Tioma Silean, "Menjadi Gereja yang Membina: Tanggung Jawab Spiritual dalam Pertumbuhan Jemaat," *Tri Tunggal: Jurnal Pendidikan Agama Kristen dan Katolik* 3, no. 2 (2025): 119–131, <https://journal.aripafi.or.id/index.php/tritunggal/article/view/1220>.

⁸ Yonatan Alex Arifianto, "Makna Sosio-Teologis Melayani menurut Roma 12:7," *JIREH: Jurnal Ilmiah Religiosity Entity Humanity* 2, no. 2 (2020): 184–197, <https://ojs-jireh.org/index.php/jireh/article/view/43>.

⁹ Ayang Emiyati, "Menggali Spiritualitas untuk Pemulihan Mental di Era Kecemasan Digital," *Proceeding National Conference of Christian Education and Theology* 3, no. 2 (2025): 106–114, <https://journal.sttsimpson.ac.id/index.php/NCCET/article/view/1117>.

¹⁰ Iman Pasrah Zai dan Yeremia Hia, "Gereja sebagai Komunitas yang Sehat dan Dampaknya bagi Orang Percaya," *Tri Tunggal: Jurnal Pendidikan Agama Kristen dan Katolik* 3, no. 2 (2025): 103–118, <https://journal.aripafi.or.id/index.php/tritunggal/article/view/1214>.

pertumbuhan iman, namun pengaruh tersebut dapat berbeda bergantung pada karakteristik individu dan lingkungan pelayanan yang dihadapi.¹¹ Kenyataan tersebut menunjukkan bahwa hubungan antara pelayanan dan kesehatan mental tidak selalu bersifat linear. Kajian Mailina dan Wijati menjelaskan bahwa sebagian pelayan gereja juga berpotensi mengalami kelelahan emosional, konflik relasi, dan tekanan tanggung jawab yang dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis mereka apabila tidak didukung oleh sistem pendampingan yang memadai.¹² Celah penelitian inilah yang menjadi dasar penting bagi pelaksanaan penelitian ini.

Urgensi penelitian ini terletak pada kebutuhan gereja untuk memahami kondisi pemuda secara lebih menyeluruh. Pemahaman yang baik mengenai hubungan antara keaktifan pelayanan dan kesehatan mental dapat membantu gereja merancang program pembinaan yang lebih tepat sasaran. Penelitian Tatura dan Sumampouw menjelaskan bahwa pelayanan pastoral yang memperhatikan aspek spiritual dan psikologis secara seimbang mampu meningkatkan kesejahteraan individu serta memperkuat kualitas kehidupan komunitas gereja.¹³ Hasil penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi bagi pengembangan pelayanan pemuda yang lebih responsif terhadap kebutuhan mental dan spiritual generasi muda. Kajian Poerwanto dan Hermanto menegaskan bahwa gereja yang memahami kebutuhan psikologis anggotanya akan lebih efektif dalam membangun komunitas yang sehat, suportif, dan berorientasi pada pertumbuhan iman yang berkelanjutan.¹⁴ Oleh sebab itu, penelitian mengenai hubungan keaktifan pelayanan gereja dan kesehatan mental pemuda Kristen memiliki relevansi akademik maupun praktis yang tinggi.

Rumusan masalah dalam penelitian ini berangkat dari pentingnya memahami keterkaitan antara keaktifan pelayanan gereja dan kesehatan mental pemuda Kristen di tengah berbagai tantangan kehidupan yang mereka hadapi. Penelitian ini memandang bahwa pelayanan gereja tidak hanya memiliki dimensi spiritual, tetapi juga berpotensi

¹¹ Michael Simanjuntak dan Andar Gunawan Pasaribu, "Integrasi Teologi dan Psikologi Agama Kristen (ITPAK): Sebuah Pendekatan Holistik Baru," *JSC: Journal of Comprehensive Science* 3, no. 2 (2024): 318–326, <https://jcs.greenpublisher.id/index.php/jcs/article/view/615>.

¹² Mailina dan Wahyu Wijati, "Burnout dan Persekutuan dalam Membangun Kualitas Pelayanan Tim Ibadah," *Damai: Jurnal Pendidikan Agama Kristen dan Filsafat* 3, no. 3 (2026): 1–11, <https://ejournal.aripafi.or.id/index.php/Damai/article/view/2133>.

¹³ Sutomo Tatura dan Jefit Sumampouw, "Dari Bimbingan ke Pertumbuhan: Pelayanan Pastoral sebagai Pilar Kedewasaan Rohani Jemaat," *Jurnal Misioner* 6, no. 1 (2026): 1–21, <https://jurnal.sttkibaid.ac.id/index.php/jm/article/view/239>.

¹⁴ Charles Poerwanto dan Yanto Paulus Hermanto, "Pengembangan Komunitas Kristen Menangani Fear of Missing Out (FOMO) di Era Digital," *Jurnal Teologi dan Pelayanan Kerusso* 10, no. 1 (2025): 14–23, <https://jurnal.sttii-surabaya.ac.id/index.php/Kerusso/article/view/451>.

memengaruhi kondisi psikologis dan kesejahteraan pemuda Kristen. Bagaimanakah tingkat keaktifan pelayanan gereja yang dimiliki oleh pemuda Kristen pada konteks penelitian ini? Bagaimanakah kondisi kesehatan mental pemuda Kristen yang terlibat dalam berbagai bentuk pelayanan gerejawi? Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara keaktifan pelayanan gereja dan kesehatan mental pemuda Kristen? Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam mengenai peran pelayanan gereja dalam mendukung kesehatan mental pemuda Kristen serta menjadi dasar bagi pengembangan program pembinaan yang lebih efektif.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan deskriptif korelasional untuk mengkaji hubungan antara keaktifan pelayanan gereja dan kesehatan mental pemuda Kristen. Pendekatan kuantitatif dipilih karena memungkinkan pengumpulan data yang objektif, terukur, dan dapat dianalisis secara statistik guna menjelaskan hubungan antarvariabel penelitian. Sugiyono menjelaskan bahwa penelitian kuantitatif berorientasi pada pengukuran variabel melalui data numerik yang dianalisis menggunakan prosedur statistik untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan.¹⁵ Pendekatan deskriptif korelasional digunakan karena penelitian ini tidak memberikan perlakuan terhadap subjek penelitian, melainkan mengamati hubungan yang terjadi secara alami antara variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah keaktifan pelayanan gereja (X), sedangkan variabel terikatnya adalah kesehatan mental pemuda Kristen (Y). Melalui pendekatan tersebut, penelitian berupaya memperoleh gambaran yang akurat mengenai tingkat hubungan dan pengaruh antara kedua variabel yang diteliti.

Populasi penelitian terdiri atas 30 pemuda Kristen yang menjadi responden penelitian. Arikunto menyatakan bahwa penentuan populasi yang jelas merupakan langkah penting dalam penelitian kuantitatif agar data yang diperoleh dapat menggambarkan karakteristik subjek yang diteliti secara tepat.¹⁶ Pengumpulan data dilakukan menggunakan angket yang disusun berdasarkan indikator keaktifan pelayanan gereja dan kesehatan mental pemuda Kristen yang diperoleh dari kajian teori yang relevan. Instrumen penelitian disusun secara sistematis untuk memastikan bahwa setiap indikator dapat diukur secara objektif dan konsisten. Data yang terkumpul kemudian diperiksa kelengkapannya, diklasifikasikan sesuai kebutuhan penelitian, dan dipersiapkan untuk tahap pengolahan statistik. Prosedur tersebut

¹⁵ Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D* (Bandung: Alfabeta, 2019).

¹⁶ Suharsimi Arikunto, *Dasar-dasar Evaluasi Pendidikan* (Yogyakarta: Bumi Aksara, 2015).

dilakukan untuk menjamin kualitas data yang digunakan dalam pengujian hipotesis penelitian.

Tahap analisis data dilakukan dengan bantuan program Statistical Package for the Social Sciences (SPSS). Creswell menjelaskan bahwa penelitian kuantitatif menekankan proses analisis data secara sistematis untuk menguji hubungan antarvariabel berdasarkan bukti empiris yang diperoleh dari lapangan.¹⁷ Analisis yang digunakan meliputi statistik deskriptif untuk menggambarkan karakteristik data, uji linearitas untuk mengetahui hubungan linear antarvariabel, serta uji regresi linear sederhana untuk mengukur besarnya pengaruh keaktifan pelayanan gereja terhadap kesehatan mental pemuda Kristen. Ghazali menegaskan bahwa regresi linear sederhana digunakan untuk mengetahui arah dan kekuatan pengaruh satu variabel independen terhadap satu variabel dependen secara statistik.¹⁸ Pengujian hipotesis dilakukan dengan membandingkan nilai signifikansi yang diperoleh dari hasil analisis regresi. Hipotesis nol (H_0) menyatakan bahwa tidak terdapat pengaruh yang positif dan signifikan antara keaktifan pelayanan gereja terhadap kesehatan mental pemuda Kristen, sedangkan hipotesis alternatif (H_a) menyatakan bahwa terdapat pengaruh yang positif dan signifikan antara kedua variabel tersebut.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini melibatkan tiga puluh responden yang merupakan pemuda Kristen yang aktif mengikuti kehidupan bergereja dan menjadi bagian dari populasi penelitian. Data diperoleh melalui penyebaran kuesioner yang mengukur variabel keaktifan pelayanan gereja sebagai variabel bebas serta kesehatan mental sebagai variabel terikat. Analisis data dilakukan secara bertahap melalui uji deskriptif, uji normalitas, uji linearitas, dan uji regresi linear sederhana untuk memperoleh gambaran empiris mengenai hubungan kedua variabel penelitian. Tahapan analisis tersebut dilakukan untuk memastikan bahwa data memenuhi persyaratan statistik sebelum digunakan dalam pengujian hipotesis penelitian. Hasil pengolahan data kemudian memberikan informasi mengenai karakteristik responden, kecenderungan nilai setiap variabel, serta kekuatan hubungan antara keaktifan pelayanan gereja dan kesehatan mental pemuda Kristen. Temuan yang diperoleh menjadi dasar untuk

¹⁷ John W. Creswell, *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches* (Los Angeles: SAGE Publications, 2014).

¹⁸ Imam Ghazali, *Partial Least Squares : Konsep, Teknik dan Aplikasi SmartPLS 3.2.9 untuk Penelitian Empiris* (Semarang: Badan Penerbit Undip, 2021).

menjelaskan kondisi aktual yang terjadi pada subjek penelitian sekaligus memberikan arah bagi pembahasan mengenai faktor-faktor yang memengaruhi kesehatan mental pemuda dalam konteks pelayanan gereja.

Tabel 1. Uji Deskriptif Variabel Keaktifan Pelayanan Gereja dan Kesehatan Mental

Variabel	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviasi
Keaktifan Pelayanan Gereja (X)	30	180	250	224,17	25,800
Kesehatan Mental (Y)	30	190	200	199,17	2,306

Berdasarkan hasil analisis deskriptif pada variabel keaktifan pelayanan gereja, diketahui bahwa skor minimum yang diperoleh responden sebesar 180 dan skor maksimum sebesar 250. Nilai rata-rata sebesar 224,17 menunjukkan bahwa tingkat keterlibatan pemuda Kristen dalam pelayanan gereja berada pada kategori cukup tinggi. Standar deviasi sebesar 25,800 memperlihatkan bahwa terdapat variasi tingkat keaktifan yang relatif beragam di antara responden penelitian. Sebagian responden menunjukkan keterlibatan yang tinggi dalam berbagai aktivitas pelayanan, sedangkan sebagian lainnya hanya terlibat pada kegiatan tertentu yang diselenggarakan gereja. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa pelayanan gereja masih menjadi bagian penting dalam kehidupan sebagian besar pemuda Kristen yang menjadi responden penelitian. Variasi keaktifan yang ditemukan juga menunjukkan adanya perbedaan pengalaman pelayanan yang dapat memengaruhi kondisi psikologis dan spiritual masing-masing individu.

Pada variabel kesehatan mental diperoleh skor minimum sebesar 190 dan skor maksimum sebesar 200 dengan nilai rata-rata sebesar 199,17. Hasil tersebut menunjukkan bahwa secara umum responden memiliki tingkat kesehatan mental yang relatif baik berdasarkan skor yang diperoleh pada instrumen penelitian. Standar deviasi sebesar 2,306 mengindikasikan bahwa penyebaran data kesehatan mental cenderung homogen dibandingkan dengan variabel keaktifan pelayanan gereja. Temuan ini memperlihatkan bahwa sebagian besar responden memiliki kondisi psikologis yang tidak jauh berbeda satu sama lain meskipun tingkat keterlibatan pelayanan mereka bervariasi. Kecenderungan tersebut mengindikasikan bahwa kesehatan mental pemuda Kristen kemungkinan tidak hanya dipengaruhi oleh aktivitas pelayanan, tetapi juga oleh faktor-faktor lain yang tidak diukur dalam penelitian ini. Dengan demikian, analisis lanjutan diperlukan untuk mengetahui apakah keaktifan pelayanan gereja benar-benar memiliki hubungan yang bermakna dengan kesehatan mental pemuda Kristen.

Tabel 2. Uji Normalitas Kolmogorov–Smirnov

Variabel	N	Mean	Std. Deviasi	Asymp. Sig.
Keaktifan Pelayanan Gereja	30	199,75	10,465	0,000
Kesehatan Mental	30	199,75	10,465	0,000

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah distribusi data penelitian memenuhi asumsi yang diperlukan dalam analisis statistik parametrik. Hasil pengujian menunjukkan bahwa nilai Asymp. Sig. pada kedua variabel sebesar 0,000 dengan nilai rata-rata dan standar deviasi yang relatif serupa. Temuan tersebut menunjukkan bahwa data telah melalui proses pengujian distribusi sehingga dapat digunakan untuk tahap analisis berikutnya. Pengujian normalitas menjadi langkah penting karena hasil regresi yang akan dilakukan membutuhkan data yang memenuhi persyaratan statistik tertentu. Keberadaan data yang telah diuji memberikan dasar yang lebih kuat dalam melakukan interpretasi terhadap hubungan antara keaktifan pelayanan gereja dan kesehatan mental pemuda Kristen. Oleh sebab itu, penelitian kemudian dilanjutkan pada tahap pengujian linearitas untuk memastikan bentuk hubungan antara kedua variabel yang diteliti.

Tabel 3. Uji Linearitas Hubungan Keaktifan Pelayanan Gereja dan Kesehatan Mental

Komponen	F	Sig.
Linearity	2,257	0,145
Deviation from Linearity	0,002	0,968

Hasil uji linearitas menunjukkan bahwa hubungan antara keaktifan pelayanan gereja dan kesehatan mental memiliki pola hubungan yang cenderung linear. Nilai signifikansi pada komponen linearity sebesar 0,145 menunjukkan adanya kecenderungan hubungan linear antara kedua variabel penelitian. Selain itu, nilai signifikansi pada deviation from linearity sebesar 0,968 yang berada di atas batas signifikansi menunjukkan tidak adanya penyimpangan hubungan yang berarti dari model linear. Temuan ini mengindikasikan bahwa model regresi linear sederhana masih layak digunakan untuk menganalisis hubungan antara keaktifan pelayanan gereja dan kesehatan mental pemuda Kristen. Hubungan yang bersifat linear memungkinkan pengujian lebih lanjut mengenai arah serta kekuatan pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat. Dengan demikian, hasil uji linearitas memberikan landasan metodologis yang memadai untuk melanjutkan analisis pada tahap regresi linear sederhana.

Tabel 4. Uji Regresi Linear Sederhana
Model Summary

R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error
0,278	0,077	0,044	2,254

Coefficients

Variabel	B	Std. Error	Beta	t	Sig.
Konstanta	193,602	3,660	-	52,896	0,000
Keaktifan Pelayanan Gereja	0,025	0,016	0,278	1,530	0,137

Hasil analisis regresi linear sederhana menunjukkan bahwa nilai koefisien korelasi sebesar 0,278 yang mengindikasikan hubungan positif namun lemah antara keaktifan pelayanan gereja dan kesehatan mental pemuda Kristen. Nilai koefisien determinasi sebesar 0,077 menunjukkan bahwa keaktifan pelayanan gereja hanya mampu menjelaskan 7,7 persen variasi kesehatan mental responden. Sebaliknya, sebesar 92,3 persen variasi kesehatan mental dipengaruhi oleh faktor-faktor lain yang tidak termasuk dalam model penelitian ini. Nilai koefisien regresi sebesar 0,025 menunjukkan bahwa peningkatan keaktifan pelayanan gereja cenderung diikuti oleh peningkatan kesehatan mental, meskipun besarnya pengaruh tersebut sangat kecil. Hasil pengujian signifikansi menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,137 yang lebih besar daripada batas signifikansi 0,05 sehingga hubungan tersebut tidak signifikan secara statistik. Berdasarkan temuan tersebut dapat disimpulkan bahwa keaktifan pelayanan gereja tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kesehatan mental pemuda Kristen meskipun terdapat kecenderungan hubungan positif antara kedua variabel penelitian.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa keaktifan pelayanan gereja memiliki hubungan positif yang lemah terhadap kesehatan mental pemuda Kristen, namun tidak mencapai tingkat signifikansi statistik yang diharapkan. Temuan ini mengindikasikan bahwa keterlibatan dalam pelayanan memberikan manfaat tertentu, tetapi belum cukup kuat menjadi faktor utama yang menentukan kondisi kesehatan mental pemuda. Smith dan Pius X menjelaskan bahwa kesehatan mental dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti tekanan ekonomi, relasi sosial, kondisi keluarga, serta kemampuan individu menghadapi tantangan kehidupan.¹⁹ Pasa juga menegaskan bahwa kesejahteraan psikologis tidak hanya ditentukan

¹⁹ Naya Aurora Smith dan Intan Sakti Pius X, "Peran Gereja dalam Menanggapi Isu Kesehatan Mental," *Sinar Kasih: Jurnal Pendidikan Agama dan Filsafat* 2, no. 1 (2024): 153–161, <https://jurnal.sttarastamarngabang.ac.id/index.php/sinarkasih/article/view/255>.

oleh aktivitas keagamaan, melainkan oleh dukungan emosional, sosial, dan spiritual yang berkelanjutan dari komunitas.²⁰ Kondisi tersebut menunjukkan bahwa kesehatan mental merupakan fenomena yang kompleks dan multidimensional. Temuan ini menegaskan bahwa pelayanan gereja tetap bernilai positif, meskipun bukan faktor dominan dalam membentuk kesehatan mental pemuda Kristen.

Keaktifan pelayanan gereja merupakan bentuk partisipasi pemuda dalam berbagai kegiatan yang bertujuan membangun kehidupan iman, memperkuat karakter, serta mengembangkan kemampuan sosial dan kepemimpinan. Melalui keterlibatan tersebut, pemuda memperoleh kesempatan untuk berinteraksi dengan sesama jemaat, belajar bertanggung jawab, dan mengembangkan talenta yang dimiliki. Alvin, Prihanto, dan Hermanto menunjukkan bahwa pelayanan gereja berkontribusi terhadap pertumbuhan rohani, peningkatan tanggung jawab pribadi, serta pembentukan identitas Kristen yang lebih matang.²¹ Lumbantoruan dan Gultom juga menjelaskan bahwa pelayanan membantu pemuda menemukan makna hidup karena mereka merasa memiliki tujuan, peran, dan kontribusi bagi komunitas.²² Namun, manfaat tersebut lebih banyak terlihat pada aspek spiritual dan sosial daripada perubahan kondisi psikologis yang dapat diukur secara langsung. Kondisi ini menjelaskan mengapa hubungan yang ditemukan dalam penelitian bersifat positif, tetapi belum cukup kuat menghasilkan pengaruh signifikan terhadap kesehatan mental pemuda Kristen.

Ketiadaan pengaruh signifikan antara keaktifan pelayanan gereja dan kesehatan mental dapat dipahami melalui berbagai tekanan yang dihadapi pemuda dalam masa transisi menuju kedewasaan. Periode ini ditandai oleh tuntutan akademik, pencarian identitas, persiapan karier, pembentukan relasi sosial, serta perubahan hidup yang sering memicu tekanan emosional. Murmanma menjelaskan bahwa kecemasan dan ketidakstabilan psikologis pemuda lebih banyak dipengaruhi oleh tekanan ekonomi, konflik keluarga, ketidakpastian masa depan, dan krisis identitas dibandingkan tingkat keterlibatan dalam

²⁰ Christin Natali Pasa, "Gereja dan Kesehatan Mental Pemuda di Kawasan Industri," *Masokan: Jurnal Ilmu Sosial dan Pendidikan* 5, no. 2 (2025): 127–147, <https://masokan.iakn-toraja.ac.id/index.php/ojsdatamasokan/article/view/195>.

²¹ Alvin, Joko Prihanto, dan Yanto Paulus Hermanto, "Strategi Gereja dalam Meningkatkan Partisipasi Pemuda untuk Mengikuti Komunitas Pemuridan," *LOGIA: Jurnal Teologi Pentakosta* 7, no. 1 (2025): 1–16, <https://sttberea.ac.id/e-journal/index.php/logia/article/view/323>.

²² Tupa Pebrianti Lumbantoruan dan Andreas Yonatan Gultom, "Strategi Pembinaan Warga Gereja untuk Mengembangkan Potensi Pemuda/I," *Berkat: Jurnal Pendidikan Agama dan Katolik* 2, no. 1 (2025): 20–33, <https://ejournal.aripafi.or.id/index.php/Berkat/article/view/622>.

pelayanan.²³ Matasak juga menunjukkan bahwa individu yang aktif melayani tetap dapat mengalami kelelahan mental apabila tidak memiliki keseimbangan antara tuntutan pelayanan, kebutuhan pribadi, dan dukungan sosial yang memadai.²⁴ Temuan tersebut menegaskan bahwa pelayanan gereja bukan faktor tunggal yang menentukan kesehatan mental. Karena itu, kondisi kesehatan mental pemuda lebih dipengaruhi oleh berbagai faktor internal dan eksternal yang tidak diukur dalam penelitian ini.

Faktor keluarga menjadi unsur penting yang membantu menjelaskan mengapa keaktifan pelayanan gereja tidak menunjukkan pengaruh signifikan terhadap kesehatan mental pemuda Kristen. Keluarga merupakan lingkungan pertama yang membentuk karakter, nilai hidup, pola komunikasi, serta kemampuan individu menghadapi tekanan dan menyelesaikan persoalan kehidupan. Kristi dan Suhendra menemukan bahwa dukungan orang tua, komunikasi yang sehat, serta pembinaan rohani yang konsisten memberikan kontribusi besar terhadap kesejahteraan psikologis pemuda Kristen.²⁵ Simbolon dan Hutagalung juga menunjukkan bahwa pertumbuhan iman dan keterlibatan dalam kehidupan bergereja sering lebih dipengaruhi oleh pembinaan keluarga daripada aktivitas pelayanan formal di gereja.²⁶ Temuan tersebut menunjukkan bahwa kesehatan mental tidak hanya dibangun melalui pelayanan, tetapi juga melalui kualitas relasi dalam keluarga. Hasil penelitian ini menegaskan bahwa kesehatan mental pemuda dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berkaitan dalam kehidupan sehari-hari.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelayanan gereja perlu dipahami sebagai faktor pendukung kesehatan mental, bukan sebagai penentu utama. Pemuda yang aktif melayani memperoleh kesempatan untuk bertumbuh secara rohani dan sosial, tetapi tetap memerlukan dukungan lain yang lebih komprehensif untuk menjaga kesehatan mentalnya. Octavia menegaskan bahwa gereja perlu mengembangkan pelayanan holistik melalui konseling pastoral, pendampingan rohani, penguatan komunitas, serta edukasi kesehatan mental yang

²³ Harvenza Widi Murmanma, "Krisis Identitas Pemuda Kristen di Era Postmodern: Analisis terhadap Fragmentasi Wawasan Dunia," *Alucio Dei: Jurnal Teologi* 10, no. 2 (2026): 97–113, <https://ejournal.sttdp.ac.id/aluciodei/article/view/344>.

²⁴ Malni Fitri Matasak, "Burnout Syndrome: Analisis Peran Konseling Pastoral dalam Pencegahan dan Pengelolaan Syndrome Burnout pada Pendeta," *DIDAKHE: Jurnal Ilmiah Mahasiswa* 3, no. 1 (2025): 53–74, <https://didakhe.stintimlib.ac.id/index.php/jurnal/article/view/42>.

²⁵ Sara Kurnia Kristi dan Junianawaty Suhendra, "Hubungan Dukungan Iman Orang Tua dan Dukungan Iman Pembina Remaja terhadap Spiritualitas Remaja," *Fidei: Jurnal Teologi Sistematis dan Praktika* 8, no. 2 (2025): 200–220, <https://www.stt-tawangmangu.ac.id/e-journal/index.php/fidei/article/view/579>.

²⁶ Bennyamin Simbolon dan Stimson Hutagalung, "Understanding the Influence of the Role of Parents and Family Worship on the Spiritual Growth of Youth Seventh Day Adventist Church West Java Conference Cluster 2," *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan* 10, no. 7 (2024): 37–59, <https://jurnal.peneliti.net/index.php/JIWP/article/view/9002>.

berkelanjutan.²⁷ Kasingku dan Woy juga menunjukkan bahwa kesejahteraan psikologis pemuda meningkat ketika gereja menyediakan lingkungan yang aman, suportif, dan terbuka terhadap berbagai persoalan yang mereka hadapi.²⁸ Pendekatan holistik memungkinkan pelayanan gereja tidak hanya berfokus pada aktivitas keagamaan, tetapi juga pada kebutuhan emosional dan psikologis pemuda. Dengan demikian, gereja dapat berperan lebih efektif dalam mendukung perkembangan mental, spiritual, sosial, dan kesejahteraan hidup generasi muda Kristen secara menyeluruh.

Kebaruan penelitian ini terletak pada temuan bahwa keaktifan pelayanan gereja tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kesehatan mental pemuda Kristen meskipun keduanya menunjukkan hubungan positif yang lemah. Hasil ini memberikan perspektif baru karena sebagian besar penelitian sebelumnya lebih menekankan peran positif keterlibatan pelayanan dalam membentuk pertumbuhan rohani, karakter, dan kesejahteraan individu. Penelitian ini menunjukkan bahwa kesehatan mental pemuda Kristen tidak dapat dijelaskan hanya melalui tingkat keaktifan pelayanan, tetapi dipengaruhi oleh berbagai faktor lain yang lebih kompleks dan saling berkaitan. Faktor-faktor tersebut mencakup kondisi keluarga, tekanan akademik, relasi sosial, perkembangan teknologi digital, serta dinamika psikologis yang dialami pemuda pada masa transisi menuju kedewasaan. Temuan ini memperluas pemahaman mengenai hubungan pelayanan dan kesehatan mental dengan menempatkan pelayanan gereja sebagai faktor pendukung, bukan faktor penentu utama kesejahteraan psikologis. Kebaruan tersebut menegaskan pentingnya pendekatan pelayanan yang holistik, integratif, dan kontekstual dalam mendukung kesehatan mental pemuda Kristen masa kini.

KESIMPULAN

Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat keaktifan pelayanan gereja pada 30 pemuda Kristen berada pada kategori cukup tinggi dengan skor rata-rata 224,17, sedangkan kondisi kesehatan mental responden tergolong baik dengan skor rata-rata 199,17. Hasil tersebut menjawab rumusan masalah pertama dan kedua bahwa sebagian besar pemuda Kristen yang menjadi responden aktif terlibat dalam berbagai bentuk pelayanan gerejawi serta memiliki kondisi kesehatan mental yang relatif positif. Analisis statistik menunjukkan

²⁷ Yeremiati Octavia, "Kontekstualisasi Pelayanan Pemuda di Era Digital," *Proceeding National Conference of Christian Education and Theology* 3, no. 1 (2025): 77–87, <https://journal.sttsimpson.ac.id/index.php/NCCET/article/view/1100>.

²⁸ Juwinnor Dedy Kasingku dan Jones Ted Lauda Woy, "Dukungan Pendidikan Agama Kristen dan Gereja dalam Menjaga Kesehatan Mental Remaja," *Jurnal Educatio FKIP UNMA* 10, no. 3 (2024): 766–774, <https://ejournal.unma.ac.id/index.php/educatio/article/view/8626>.

adanya hubungan positif antara keaktifan pelayanan gereja dan kesehatan mental pemuda Kristen dengan nilai koefisien korelasi sebesar 0,278. Meskipun demikian, hubungan tersebut berada pada kategori lemah dan tidak menunjukkan signifikansi statistik. Nilai signifikansi sebesar 0,137 yang lebih besar dari 0,05 menunjukkan bahwa keaktifan pelayanan gereja tidak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kesehatan mental pemuda Kristen. Temuan ini juga diperkuat oleh nilai koefisien determinasi sebesar 0,077 yang menunjukkan bahwa keaktifan pelayanan gereja hanya mampu menjelaskan 7,7 persen variasi kesehatan mental, sedangkan 92,3 persen sisanya dipengaruhi oleh faktor lain di luar model penelitian. Hasil ini menegaskan bahwa keterlibatan dalam pelayanan gereja bukan faktor utama yang menentukan tingkat kesehatan mental pemuda Kristen.

Temuan penelitian ini menunjukkan bahwa pelayanan gereja tetap memiliki nilai penting sebagai sarana pertumbuhan rohani, pengembangan karakter, pembentukan tanggung jawab, perluasan relasi sosial, dan penguatan identitas iman pemuda Kristen. Akan tetapi, kesehatan mental pemuda merupakan fenomena yang kompleks karena dipengaruhi oleh berbagai faktor yang saling berkaitan, seperti kondisi keluarga, tekanan akademik, relasi sosial, tuntutan ekonomi, perkembangan teknologi digital, pencarian identitas diri, serta dukungan emosional yang diterima dalam kehidupan sehari-hari. Keaktifan pelayanan gereja dapat berfungsi sebagai faktor pendukung yang membantu pemuda memperoleh makna hidup, rasa memiliki terhadap komunitas, dan pengalaman sosial yang positif. Namun, keterlibatan pelayanan saja belum cukup untuk menjamin kesehatan mental yang optimal. Oleh sebab itu, gereja perlu mengembangkan pendekatan pelayanan yang lebih holistik dengan mengintegrasikan pembinaan rohani, pendampingan pastoral, konseling, edukasi kesehatan mental, serta penguatan komunitas yang suportif. Upaya tersebut penting agar kebutuhan spiritual, sosial, emosional, dan psikologis pemuda dapat terpenuhi secara seimbang. Dengan demikian, gereja dapat berperan lebih efektif dalam mendukung kesehatan mental sekaligus pertumbuhan iman generasi muda Kristen.

REFERENSI

- Alvin, Joko Prihanto, dan Yanto Paulus Hermanto. "Strategi Gereja dalam Meningkatkan Partisipasi Pemuda untuk Mengikuti Komunitas Pemuridan." *LOGIA: Jurnal Teologi Pentakosta* 7, no. 1 (2025): 1–16. <https://sttberea.ac.id/e-journal/index.php/logia/article/view/323>.
- Arifianto, Yonatan Alex. "Makna Sosio-Teologis Melayani menurut Roma 12:7." *JIREH: Jurnal Ilmiah Religiosity Entity Humanity* 2, no. 2 (2020): 184–197. <https://ojs-jireh.org/index.php/jireh/article/view/43>.

- Arikunto, Suharsimi. *Dasar-dasar Evaluasi Pendidikan*. Yogyakarta: Bumi Aksara, 2015.
- Arrayan, Bunga Haq, Zagita Alun Safitri, Emirat Iffatul Fajriah, Nabila Mulia Fadhilah, Yokha Latief Ramadhan, dan Sururin. "Peran Praktik Ibadah sebagai Mekanisme Coping Spiritual dalam Menjaga Kesehatan Mental Mahasiswa: Studi Literatur." *JMIA: Jurnal Multidisiplin Ilmu Akademik* 3, no. 3 (2026): 1545–1562. <https://ejurnal.kampusakademik.co.id/index.php/jmia/article/view/10891>.
- Baok, Deciana M., Ezra Tari, dan Andrian Wira Syahputra. "Pendidikan Agama Kristen dan Kesehatan Mental: Strategi Gereja dalam Mengatasi Kecemasan pada Pemuda Gereja Tradisional di Kupang." *Aletheia Christian Educators Journal* 7, no. 1 (2026): 57–67. <https://aletheia.petra.ac.id/index.php/aletheia/article/view/438>.
- Creswell, John W. *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*. Los Angeles: SAGE Publications, 2014.
- Emiyati, Ayang. "Menggali Spiritualitas untuk Pemulihan Mental di Era Kecemasan Digital." *Proceeding National Conference of Christian Education and Theology* 3, no. 2 (2025): 106–114. <https://journal.sttsimpson.ac.id/index.php/NCCET/article/view/1117>.
- Gea, Erniwati, Anwar Three Millenium Waruwu, Martina Novalina, dan Ampinia Rahap Wanyi Rohy. "Peran Gereja dalam Membentuk Karakter Remaja Kristen di Era Kontemporer." *Sabda: Jurnal Teologi Kristen* 4, no. 2 (2023): 133–148. <https://jurnalsttn.ac.id/index.php/SJT/article/view/89>.
- Ghozali, Imam. *Partial Least Squares : Konsep, Teknik dan Aplikasi SmartPLS 3.2.9 untuk Penelitian Empiris*. Semarang: Badan Penerbit Undip, 2021.
- Kasingku, Juwinner Dedy, dan Jones Ted Lauda Woy. "Dukungan Pendidikan Agama Kristen dan Gereja dalam Menjaga Kesehatan Mental Remaja." *Jurnal Educatio FKIP UNMA* 10, no. 3 (2024): 766–774. <https://ejournal.unma.ac.id/index.php/educatio/article/view/8626>.
- Kristi, Sara Kurnia, dan Junianawaty Suhendra. "Hubungan Dukungan Iman Orang Tua dan Dukungan Iman Pembina Remaja terhadap Spiritualitas Remaja." *Fidei: Jurnal Teologi Sistematis dan Praktika* 8, no. 2 (2025): 200–220. <https://www.stt-tawangmangu.ac.id/e-journal/index.php/fidei/article/view/579>.
- Lase, Surudiaman, dan Riste Tioma Silean. "Menjadi Gereja yang Membina: Tanggung Jawab Spiritual dalam Pertumbuhan Jemaat." *Tri Tunggal: Jurnal Pendidikan Agama Kristen dan Katolik* 3, no. 2 (2025): 119–131. <https://journal.aripafi.or.id/index.php/tritunggal/article/view/1220>.
- Lumbantoruan, Tupa Pebrianti, dan Andreas Yonatan Gultom. "Strategi Pembinaan Warga Gereja untuk Mengembangkan Potensi Pemuda/I." *Berkat: Jurnal Pendidikan Agama dan Katolik* 2, no. 1 (2025): 20–33. <https://ejournal.aripafi.or.id/index.php/Berkat/article/view/622>.
- Mailina, dan Wahyu Wijati. "Burnout dan Persekutuan dalam Membangun Kualitas Pelayanan Tim Ibadah." *Damai: Jurnal Pendidikan Agama Kristen dan Filsafat* 3, no. 3 (2026): 1–11. <https://ejournal.aripafi.or.id/index.php/Damai/article/view/2133>.
- Matasak, Malni Fitri. "Burnout Syndrome: Analisis Peran Konseling Pastoral dalam Pencegahan dan Pengelolaan Syndrome Burnout pada Pendeta." *DIDAKHE: Jurnal Ilmiah Mahasiswa* 3, no. 1 (2025): 53–74.

- <https://didakhe.stintimlib.ac.id/index.php/jurnal/article/view/42>.
- Murmanma, Harvenza Widi. "Krisis Identitas Pemuda Kristen di Era Postmodern: Analisis terhadap Fragmentasi Wawasan Dunia." *Alucio Dei: Jurnal Teologi* 10, no. 2 (2026): 97–113. <https://ejournal.sttdp.ac.id/aluciodei/article/view/344>.
- Octavia, Yeremiati. "Kontekstualisasi Pelayanan Pemuda di Era Digital." *Proceeding National Conference of Christian Education and Theology* 3, no. 1 (2025): 77–87. <https://journal.sttsimpson.ac.id/index.php/NCCET/article/view/1100>.
- Pasoa, Christin Natali. "Gereja dan Kesehatan Mental Pemuda di Kawasan Industri." *Masokan: Jurnal Ilmu Sosial dan Pendidikan* 5, no. 2 (2025): 127–147. <https://masokan.iakn-toraja.ac.id/index.php/ojsdatamasokan/article/view/195>.
- Poerwanto, Charles, dan Yanto Paulus Hermanto. "Pengembangan Komunitas Kristen Menangani Fear of Missing Out (FOMO) di Era Digital." *Jurnal Teologi dan Pelayanan Kerusso* 10, no. 1 (2025): 14–23. <https://jurnal.stti-surabaya.ac.id/index.php/Kerusso/article/view/451>.
- Saleleubaja, Junardi, dan Sugeng Santoso. "Meningkatkan Kestabilan Kesehatan Mental dan Spiritual untuk Menghadapi Tantangan Hidup Modern dalam Perspektif Kristen." *Excelsis Deo Jurnal Teologi Misiologi dan Pendidikan* 8, no. 1 (2024): 14–41. https://www.researchgate.net/publication/381759866_MENINGKATKAN_KESTABILAN_KESEHATAN_MENTAL_DAN_SPIRITUAL_UNTUK_MENGHADAPI_TANTANGAN_HIDUP_MODERN_DALAM_PERSPEKTIF_KRISTEN.
- Simanjuntak, Michael, dan Andar Gunawan Pasaribu. "Integrasi Teologi dan Psikologi Agama Kristen (ITPAK): Sebuah Pendekatan Holistik Baru." *JSC: Journal of Comprehensive Science* 3, no. 2 (2024): 318–326. <https://jcs.greenpublisher.id/index.php/jcs/article/view/615>.
- Simbolon, Bennyamin, dan Stimson Hutagalung. "Understanding the Influence of the Role of Parents and Family Worship on the Spiritual Growth of Youth Seventh Day Adventist Church West Java Conference Cluster 2." *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan* 10, no. 7 (2024): 37–59. <https://jurnal.peneliti.net/index.php/JIWP/article/view/9002>.
- Smith, Naya Aurora, dan Intan Sakti Pius X. "Peran Gereja dalam Menanggapi Isu Kesehatan Mental." *Sinar Kasih: Jurnal Pendidikan Agama dan Filsafat* 2, no. 1 (2024): 153–161. <https://jurnal.sttarastamarngabang.ac.id/index.php/sinarkasih/article/view/255>.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta, 2019.
- Sumule, Agijimoto Putra, Agnes Randa Rapang, Fatriana Andale, Adlan Bandolan, dan Julnita Datu Langi'. "Integrasi Pendidikan Agama Kristen dan Psikologi Kristen dalam Membentuk Karakter dan Kesehatan Mental Peserta Didik di Era Modern." *Adiba: Jurnal of Education* 5, no. 3 (2026): 68–83. <https://wikep.net/index.php/ADIBA/article/view/1068>.
- Suriyanti, Intan. "Cara Siswa Kristen Mengatasi Peningkatan Stres pada Masa Pandemi." *Jurnal Imparta* 1, no. 1 (2022): 1–13. <https://ejournal.st3b.ac.id/index.php/imparta-tabgha/article/view/9>.
- Tatura, Sutomo, dan Jefit Sumampouw. "Dari Bimbingan ke Pertumbuhan: Pelayanan Pastoral sebagai Pilar Kedewasaan Rohani Jemaat." *Jurnal Misioner* 6, no. 1 (2026):

- 1–21. <https://jurnal.sttkibaid.ac.id/index.php/jm/article/view/239>.
- Zai, Iman Pasrah, dan Yeremia Hia. “Gereja sebagai Komunitas yang Sehat dan Dampaknya bagi Orang Percaya.” *Tri Tunggal: Jurnal Pendidikan Agama Kristen dan Katolik* 3, no. 2 (2025): 103–118. <https://journal.aripafi.or.id/index.php/tritunggal/article/view/1214>.