

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Strategi penerapan spiritualitas *mindfulness* dalam pelayanan pemuda di Klasis Madandan dilakukan melalui beberapa hal, yaitu dengan memberikan pembinaan spiritualitas *mindfulness* dan menetapkan spiritualitas *mindfulness* pada program Generasi Inspirasi dan *Mental Health*. Penerapan ini kemudian dimaksimalkan dengan mengajak pemuda untuk memahami potensi diri mereka sendiri, hal ini kemudian dilakukan melalui serangkaian kegiatan seperti *outbond* dan *porseni*. Lalu, membentuk kelompok diskusi agar pemuda mampu untuk hadir dalam setiap momen yang mereka alami, dengan tujuan untuk menyadari pertumbuhan spiritual mereka. Sekaitan dengan hal itu, kegiatan pelayan kasih dan PPGT *Care* juga dirancang agar pemuda menyadari arti dari pelayanan yang menyangkut seluruh aspek kehidupan anak-anak muda. Hal ini juga akan menolong anak-anak muda untuk membentuk mereka memiliki rasa kepedulian terhadap lingkungan sosial, dengan tujuan menjaga kesehatan mental mereka. Kemudian mengadakan refleksi setelah ibadah, dimana hal ini bertujuan untuk mengajak pemuda melakukan *self talk* yang adalah bentuk dari berbicara kepada Tuhan, karena menyadari akan kehadiran Tuhan dalam hidupnya.

Penerapan tersebut dilakukan dengan dasar pada tujuan untuk membantu pemuda menghidupi konsep spiritualitas *mindfulness* dalam kehidupan pelayanan mereka. Spiritualitas *mindfulness* akan mengantat seluruh PPGT untuk melaksanakan tugas dan tanggung jawab pelayanan dengan mendasarinya pada relasi yang intim dengan Tuhan.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, peneliti mengajukan beberapa saran yang sekiranya dapat membantu dan memberikan manfaat kepada pihak-pihak terkait atas hasil penelitian. Adapun saran-saran yang

1. Untuk pengurus pusat PPGT (PP PPGT), pengurus Klasis PPGT, pengurus jemaat PPGT hendaknya mampu untuk terus mengembangkan strategi penerapan yang lebih kreatif dan inovatif untuk melahirkan ide-ide baru dalam membuat strategi yang dapat membantu pemuda dalam menghidupi spiritualitas *mindfulness* pada pelayanan mereka sebagai seorang PPGT yang siap utus kapan pun dan dimana pun.
2. Untuk para peneliti selanjutnya agar melakukan penelitian lebih mendalam lagi mengenai penerapan spiritualitas *mindfulness* agar kita bisa mengetahui bagaimana dampak dan peranan spiritualitas *mindfulness* dalam pelayanan pemuda secara menyeluruh.