

LAMPIRAN-LAMPIRAN

Transkrip Wawancara

“Strategi Penerapan Spiritualitas *Mindfulness* Bagi Pelayanan Pemuda di Gereja Toraja”

No	Informan	Pertanyaan	Jawaban
	PP PPGT (PC)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menurut saudara, apa yang saudara pahami tentang Spiritualitas <i>Mindfulness</i> ? 2. Menurut saudara, apa peran penting spiritualitas <i>mindfulness</i> bagi pelayanan pemuda saat ini? 3. Menurut saudara, mengapa spiritualitas <i>mindfulness</i> perlu untuk diterapkan dalam pelayanan pemuda? 4. Apa pemahaman saudara tentang Generasi Inspirasi 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Spiritualitas <i>Mindfulness</i> itu bicara tentang keterarahan sepenuhnya hidup kita ini kepada Sang pemberi hidup, yakni Tuhan itu sendiri. Itu secara sederhana kalo kita mau bicara tentang Spiritualitas <i>Mindfulness</i>. Dengan terarah sepenuhnya kepada Allah Sang pemberi kehidupan, maka seluruh perjalanan kehidupan PPGT akan berada pada relasi yang intim dengan Allah, itu konsep Spiritualitas <i>Mindfulness</i> yang kita pakai sekarang. 2. Peran penting Spiritualitas <i>Mindfulness</i> bagi pelayanan pemuda itu perannya penting sekali, karena Spiritualitas <i>Mindfulness</i> itu akan mengantar seluruh anak-anak muda untuk melaksanakan tugas tanggung jawab pelayanan yang diberikan kepadanya dengan mendasarinya semua pada relasi yang intim dengan Allah. Karena Spiritualitas <i>Mindfulness</i> tadi seperti yang kita bicarakan bahwa semua itu berbicara tentang bagaimana hidupmu terarah sepenuhnya kepada sang pemilik kehidupan dan diwujudkan di dalam kehidupan nyata setiap hari. 3. kita melihat bahwa Spiritualitas <i>Mindfulness</i> itu artinya keterarahan penuh pada Tuhan, nah ini perlu

		<p>dan <i>Mental Health</i>?</p> <p>5. Menurut saudara, apa hubungan/kaitan antara spiritualitas <i>mindfulness</i> dengan GI dan <i>Mental Health</i>?</p> <p>6. Siapa saja yang berpartisipasi dalam penerapan spiritualitas <i>mindfulness</i> melalui GI dan <i>Mental Health</i>?</p> <p>7. Seperti apa penetapan spiritualitas <i>mindfulness</i> pada program GI dan <i>Mental Health</i>?</p> <p>8. Bagaimana metode pelaksanaan yang diterapkan oleh pengurus dalam menerapka</p>	<p>untuk menjadi dasar dalam setiap pelayanan pemuda saat ini, ini harus diterapkan dan dihidupi dalam pelayanan pemuda saat ini.</p> <p>4. GI itu singkatan dari Generasi Inspirasi ya, GI adalah suatu program yang hendak membuka cakrawala pemikiran anak-anak muda tentang potensi diri mereka, jadi kalo kita bicara tentang GI itu bicara tentang bagaimana kita mempersiapkan anak-anak muda, kita membuka pola pikir mereka ternyata mereka itu punya potensi, mereka itu punya keunikan, nah makanya tujuan dari GI adalah menyadarkan orang dan memberikan inspirasi kepada anak-anak muda supaya mereka tau dan sadar bahwa mereka ini adalah orang-orang yang betul-betul punya potensi dari Tuhan. Karenakan selama ini kita liat banyak sekali anak-anak muda yang bilang saya nda punya apa-apa, saya nda layak untuk kegiatan ini, saya nda bisa untuk kegiatan ini karena saya nda punya potensi, nah nda begitu karena semua anak-anak muda punya potensi makanya GI hadir untuk membuka pemikiranmu bahwa engkau punya potensi dan kembangkanlah potensi itu, dan potensi itu harus dikembangkan dengan apa yang ada pada kita, maksudnya supaya semua potensi-potensi yang Tuhan berikan pada kita itu mesti harus disesuaikan dengan lingkungan</p>
--	--	--	---

		<p>n spiritualitas <i>mindfulness</i>?</p> <p>9. Apa Langkah-langkah yang dilakukan dalam menerapkan spiritualitas <i>mindfulness</i> melalui program GI dan <i>Mental Health</i>?</p>	<p>kita karena GI itu bicara tentang lingkungan dimana engkau bisa mengembangkan potensimu, dengan siapa engkau bisa mengembangkan potensimu dan apa yang harus kau lakukan untuk mengembangkan potensimu, itu di program Generasi Inspirasi. <i>Mental Health</i> itu adalah suatu hal yang penting yang mesti diterapkan dan juga mesti dibagikan kepada anak-anak muda. Kalau kita melihat beberapa waktu terakhir, kan banyak anggota PPGT yang bunuh diri, banyak anggota PPGT yang misalnya lari dari rumah, banyak anggota PPGT yang tidak mau terlibat dalam pelayanan, bahkan banyak anggota PPGT yang kacaulah hidupnya. Kalau kita bicara tentang Kesehatan mental, kita nda hanya berbicara tentang kejiwaannya saja tapi kalau kita bicara tentang Kesehatan mental itu juga berbicara tentang keseluruhan hidup kita, makanya slogan dari kegiatan ini adalah sehat holistic. Nah kenapa kita bicara tentang sehat holistic? Karena <i>mental health</i> mencakup Kesehatan seluruh kehidupan anak-anak muda secara holistic.</p> <p>5. Oke, nah tadikan kita bilang bahwa spiritualitas <i>mindfulness</i> bicara tentang keterarahan yang utuh pada Allah yang kemudian keterarahan itu kita nampakkan dalam kehidupan setiap hari atau bahasanya gini keterarahan</p>
--	--	--	--

			<p>sepenuhnya itu menumbuh dalam kehidupan setiap hari. Nah, apakah kaitannya dengan Generasi Inspirasi dan <i>Mental Health</i>, sebenarnya seperti yang saya katakan diawal tadi bahwa spiritualitas <i>mindfulness</i> mempengaruhi seluruh gerak-gerik kehidupan manusia, ketika anak-anak muda itu misalnya menghidupi yang namanya spiritualitas <i>mindfulness</i> atau ketika anak-anak muda terarah sepenuhnya kepada Tuhan kita akan mengatakan pada diri kita bahwa kita ini berharga karena Tuhan yang menciptakan kita, nah kalau ada penerimaan yang positif pada diri kita akan gampang sekali untuk melihat potensi kita dan mengeksplor potensi kita, seperti apa yang disampaikan dalam program GI. Kemudian spiritualitas <i>mindfulness</i> juga ketika seseorang sudah terarah sepenuhnya kepada Tuhan, keterarahan itu bukan hanya fokusnya saja, pemikiran atau pengetahuannya saja yang terpenuhi tapi keterarahan sepenuhnya itu pengetahuannya dan seluruh gerak-gerik kehidupannya ya, jadi kita nda hanya berbicara tentang pengetahuannya mengenai siapa yang dia sembah, tapi bagaimana dia menghidupi apa yang dia tau tentang Tuhan itu. Nah ketika seseorang sudah terarah sepenuhnya kepada Tuhan, maka</p>
--	--	--	---

			<p>dia akan punya konsep diri yang positif, maka dia hidupnya itu <i>positive vibes</i> ya anak-anak muda bilang, dan ketika dia hidup dalam kondisi yang seperti itu maka kita bisa mengatakan bahwa dia sedang merawat dirinya untuk tetap sehat seperti yang disampaikan dalam <i>mental health</i>. Nah, jadi spiritualitas <i>mindfulness</i> itu mengantar semua anak-anak muda untuk terarah sepenuhnya kepada Tuhan dalam rangka memahami potensinya dan menjaga Kesehatan mentalnya.</p> <p>6. Kalau kami dari pengurus merindukan semua ya. Oke kegiatan ini, kalo misalnya kita berbicara tentang PPGT, kegiatan ini memang kita programkan kepada anggota PPGT, namun pengurus dalam hal inipun harus juga menghidupi dalam kehidupan kepengurusan mereka ya.</p> <p>7. Nah, kalau berbicara tentang penetapan spiritualitas <i>mindfulness</i> pada program GI dan <i>Mental Health</i>, ini ditetapkan sejalan dengan visi dan misi dari PPGT yaitu "Disukai Allah dan Manusia". Nah, jadi PPGT saat ini itu dituntut untuk hadir sepenuhnya dalam dunia dengan berbagai tindakan nyata mereka dengan tujuan agar mereka mampu untuk mengambil bagian dalam mewujudkan Kerajaan Allah di dunia. Spiritualitas <i>mindfulness</i> kemudian itu</p>
--	--	--	---

			<p>ditetapkan dalam dua program tersebut agar dapat memberi pemahaman kepada anak-anak muda dan menjadi jalan awal mereka untuk menyadari dengan utuh tentang potensi yang mereka miliki dengan menjaga Kesehatan mentalnya dan mampu untuk menghidupi spiritualitas <i>mindfulness</i> dalam kehidupan pelayanan mereka melalui kedua program tersebut.</p> <p>8. Kalau berbicara tentang metode yang kami lakukan sebagai pengurus ya dengan memberikan pembinaan. Pembinaan atau pembekalan kepada setiap anggota PPGT. Nah, pembinaan yang kami berikan itu ekaitan dengan program Generasi Inspirasi dan <i>Mental Health</i> dengan setiap pemateri yang berbeda dari pengurus pusat PPGT, jadi di dalam pembinaan itu setiap anggota pemuda menerima materi mengenai apa itu Generasi Inspirasi dan apa itu <i>Mental Health</i>, dan kita juga memberi pembekalan kepada mereka tentang apa itu spiritualitas dan apa itu <i>mindfulness</i> agar pemuda juga memahami dan mereka mampu untuk menghidupinya dalam kehidupan pelayanan.</p> <p>9. Penerapannya ini bermula dari pusat kemudian turun ke pengurus klasis dan kemudian turun ke jamaat. Langkah penerapannya yaitu:</p> <p>a) Melakukan atau</p>
--	--	--	---

			<p>merancang kegiatan outbond yang lebih melibatkan seluruh anggota PPGT dengan tujuan untuk membantu pemuda memahami diri mereka, maksudnya disini mengadakan outbond yang berbeda dari outbond yang biasanya kita lakukan ya supaya melalui itu maka pemuda juga secara tidak langsung mendorong diri mereka untuk memahami potensi yang mereka miliki.</p> <p>b) Membentuk kelompok diskusi, dengan tujuan agar pemuda dapat berbagi pengalaman spiritual yang mereka alami dengan pemuda lainnya, ini juga akan membentuk mental pemuda agar tumbuh dengan baik, karena menjalin hubungan yang baik dengan sesama mereka.</p> <p>c) PPGT Care, ini mungkin akan membantu pemuda untuk lebih menghargai diri mereka sendiri, care atau peduli dengan diri sendiri dan orang lain. Spiritualitas <i>mindfulness</i> itukan sikap hidup yang sepenuhnya terarah kepada Tuhan saja, jadi bagaimana supaya dalam setiap kegiatan PPGT itu terselip</p>
--	--	--	---

			<p>spiritualitas <i>mindfulness</i> ini, kegiatan-kegiatan yang dilandaskan dengan membantu pemuda untuk lebih memahami diri sendiri dan peduli dengan diri sendiri maupun orang lain, dengan cara itulah maka pemuda diharapkan akan mampu untuk menghidupi spiritualitas <i>mindfulness</i> dalam pelayanan mereka setiap hari.</p>
2	Ketua PPGT Klasis (TS)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menurut saudara, apa yang saudara pahami tentang Spiritualitas <i>Mindfulness</i> ? 2. Menurut saudara, apa peran penting spiritualitas <i>mindfulness</i> bagi pelayanan pemuda saat ini? 3. Menurut saudara, mengapa spiritualitas <i>mindfulness</i> perlu untuk diterapkan 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menurut saya spiritualitas <i>mindfulness</i> itu satu sikap hidup yang dapat membawa seseorang untuk menjalani hidupnya dengan pilihan atau konsisten sepenuhnya kepada Tuhan. Artinya seperti semacam sikap hidup yang hidupnya itu sepenuhnya hanya ada pada Tuhan sendiri. Kalau di Kongres kemarin spiritualitas <i>mindfulness</i> itu artinya spiritualitas yang berkesadaran penuh, sadar secara penuh akan imannya kepada Tuhan. 2. Oke, kalau menurut saya salah satu peran penting dari spiritualitas <i>mindfulness</i> ini bagi pelayanan pemuda adalah terutama bagi anggota PPGT ya, jadi mereka itu dapat menyadari kehadiran mereka di dunia ini itu sebenarnya untuk apa. Terutama ya, banyak anggota PPGT saat ini itu hanya menyadari bahwa pelayanan itu hanya terjadi dalam Gedung gereja saja, hanya terjadi

		<p>dalam pelayanan pemuda?</p> <p>4. Apa pemahaman saudara tentang Generasi Inspirasi dan <i>Mental Health</i>?</p> <p>5. Menurut saudara, apa hubungan/kaitan antara spiritualitas <i>mindfulness</i> dengan GI dan <i>Mental Health</i>?</p> <p>6. Siapa saja yang berpartisipasi dalam penerapan spiritualitas <i>mindfulness</i> melalui GI dan <i>Mental Health</i>?</p> <p>7. Seperti apa penetapan spiritualitas <i>mindfulness</i> pada program GI dan <i>Mental Health</i>?</p>	<p>pada ibadah-ibadah tertentu yang dilakukan, mereka tidak sadar bahwa pelayanan itu bersifat menyeluruh dalam kehidupan mereka, makanya kenapa spiritualitas <i>mindfulness</i> ini diterapkan dalam pelayanan pemuda agar mereka sadar dengan penuh bahwa spiritualitas mereka itu bertumbuh setiap saat.</p> <p>3. Kalau menurut saya, spiritualitas <i>mindfulness</i> ini memang sangat perlu diterapkan dalam pelayanan pemuda, mengapa? Karena dengan dihidupinya spiritualitas <i>mindfulness</i> ini dalam kehidupan pemuda maka hidup mereka sepenuhnya akan terarah pada Tuhan, mereka juga akan lebih sadar tentang pentingnya suatu Persekutuan bagi pertumbuhan spiritualitas mereka sendiri. Ini penting dalam pelayanan pemuda karena dengan adanya spiritualitas <i>mindfulness</i> dalam setiap pelayanan pemuda maka mereka akan sadar bahwa pelayanannya itu adalah pelayanan yang betul-betul diarahkan pada Yesus Kristus.</p> <p>4. Oke, bagi saya Generasi inspirasi adalah satu program akan membantu pemuda untuk menemukan jati diri mereka sendiri, kalau sekarang banyak pemuda yang enggan untuk memberikan diri dalam Persekutuan atau pelayanan karena merasa kurang layak atau tidak mampu atau juga merasa</p>
--	--	--	---

		<p>8. Bagaimana metode pelaksanaan yang diterapkan oleh pengurus dalam menerapkan spiritualitas <i>mindfulness</i>?</p> <p>9. Apa Langkah-langkah yang dilakukan dalam menerapkan spiritualitas <i>mindfulness</i> melalui program GI dan <i>Mental Health</i>?</p>	<p>tidak memiliki potensi, maka disinilah Generasi Inspirasi hadir untuk membantu pemuda dalam menyadari potensi atau kemampuan dari diri mereka sendiri. GI sendiri tidak dapat sepenuhnya terlaksana kalau mental dari pemuda sendiri itu tidak baik, makanya muncullah program <i>Mental Health</i>, melalui program ini akan membantu para pemuda untuk pentingnya memiliki Kesehatan mental yang baik agar mereka dapat mengembangkan potensi dari diri mereka sendiri. Jadi dua program ini masih berkaitan satu sama lain ya. Dengan itu maka pemuda akan dengan berani untuk memberikan dirinya aktif dalam Persekutuan dan memberikan diri untuk mengangkat pelayanan yang diberikan kepada mereka.</p> <p>5. Spiritualitas <i>mindfulness</i> itukan artinya hidup yang terarah sepenuhnya kepada Allah, nah ketika pemuda memiliki sikap seperti ini maka mereka akan dengan sangat mudah atau gampang untuk menemukan jati diri mereka yang sesungguhnya, akan dengan mudah untuk menemukan potensi apa sebenarnya yang mereka miliki karena hidupnya sepenuhnya itu sudah terarah secara sadar dan utuh kepada Tuhan yakan, kalau sudah seperti itu maka mereka juga akan memiliki Kesehatan mental yang sangat baik sehingga</p>
--	--	---	--

			<p>mereka bisa untuk hadir dalam setiap pelayanan yang ada baik itu digereja maupun dalam kehidupan mereka sehari-hari.</p> <p>6. Semua, jadi semua anggota PPGT diharapkan mampu untuk menghidupi spiritualitas <i>mindfulness</i> ini dalam kehidupan pelayanan mereka melalui pembinaan atau seminarnya kan telah mereka terima ya, jadi diharapkan itu dapat mereka hidupi dengan baik.</p> <p>7. Kalau soal penetapan spiritualitas <i>mindfulness</i> dalam kedua program tersebut mungkin lebih jelasnya tanyakan pada pengurus inti ya, karena kan ini ditetapkan langsung mereka sendiri jadi mereka lebih tau jelasnya bagaimana sehingga spiritualitas <i>mindfulness</i> ini ditetapkan dalam program GI dan <i>Mental Health</i>. Tapi ya kalau menurut saya penetapannya itu berkaitan langsung dengan spiritualitas <i>mindfulness</i>, dimana kan SM ini untuk membantu pemuda memiliki keterarahan hidup yang utuh pada Tuhan, itu diwujudkan dalam kehadirannya secara utuh di dunia sebagai seorang murid. Hal ini akan terwujud kalau mereka mampu menghidupi panggilannya dalam dunia melalui setiap pelayanan-pelayanan yang ada, mereka dapat memberikan diri dalam pelayanan itu kalau mereka sadar akan kemampuan yang mereka miliki, itu juga dapat</p>
--	--	--	---

			<p>terwujud kalau mental dari setiap pemuda itu baik. Nah, mungkin seperti itu ya penetapannya kemudian dalam program GI dan <i>Mental Health</i> supaya spiritualitas <i>mindfulness</i> itu berakar dalam setiap kehidupan pelayanan mereka.</p> <p>8. Metode yang kami lakukan itu melalui pembinaan ya. Jadi, ada pembinaan tentang Generasi Inspirasi dan <i>Mental Health</i> ini engantar supaya pemuda memahami bagaimana kemudian mereka akan menerapkannya, menghidupi spiritualitas <i>mindfulness</i> dari kedua program tersebut.</p> <p>9. Spiritualitas <i>mindfulness</i> diterapkan melalui program GI dan <i>mental health</i>. Langkah penerapannya dalam pelayanan pemuda yaitu:</p> <p>a) Membantu pemuda untuk memahami potensi diri mereka ini kami lakukan melalui pertemuan rutin yang diikuti oleh seluruh anggota PPGT ya, pertemuan dalam bentuk outbond, disini kami mengajak pemuda bagaimana supaya melalui kegiatan ini pemuda memahami diri mereka sendiri, tidak ada penolakan untuk tidak mengikuti kegiatan ini dengan itu pemuda akan terlatih.</p>
--	--	--	--

			<p>b) Merancang kegiatan pelayanan kasih, tujuannya agar pemuda sadar dan paham kalau pelayanan itu mencakup seluruh kegiatan dalam dunia, pelayanan bagi sesama, ini juga membentuk mental mereka jadi lebih baik karena tidak tertutup dengan keadaan sosial, jadi mereka diajak untuk berinteraksi dengan sosial, keluarga, teman untuk mendukung kesejahteraan sosial pemuda.</p>
3	Ketua PPGT Jemaat (OP)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menurut saudara, apa yang saudara pahami tentang Spiritualitas <i>Mindfulness</i> ? 2. Menurut saudara, apa peran penting spiritualitas <i>mindfulness</i> bagi pelayanan pemuda saat ini? 3. Menurut saudara, mengapa spiritualitas <i>mindfulness</i> 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Spiritualitas <i>mindfulness</i> itu satu sikap yang akan membawa se seorang untuk menyadari bahwa keutuhan hidupnya itu hanya pada Tuhan. Kalau di kongres kemarin spiritualitas <i>mindfulness</i> itu artinya spiritualitas yang berkesadaran penuh, artinya kaya sadar secara penuh akan imannya sendiri, iman seseorang dalam artian personal ya. 2. Peran pentingnya dalam pemuda ya akan membantu pemuda saat ini untk lebih aktif dalam Persekutuan, dalam pelayanan, karena ya kebanyakan pemuda sekarang itu enggan untuk memberikan diri mereka aktif dalam sebuah Persekutuan Rohani ya, contohnya saja PPGT, jadi kalo pemuda sekarang menghidupi spiritualitas <i>mindfulness</i> dalam hidup mereka bisa saja mereka akan lebih mudah untuk aktif

		<p>perlu untuk diterapkan dalam pelayanan pemuda?</p> <p>4. Apa pemahaman saudara tentang Generasi Inspirasi dan <i>Mental Health</i>?</p> <p>5. Menurut saudara, apa hubungan/kaitan antara spiritualitas <i>mindfulness</i> dengan GI dan <i>Mental Health</i>?</p> <p>6. Siapa saja yang berpartisipasi dalam penerapan spiritualitas <i>mindfulness</i> melalui GI dan <i>Mental Health</i>?</p> <p>7. Seperti apa penetapan spiritualitas <i>mindfulness</i> pada program GI</p>	<p>dalam organisasi PPGT dan juga berani untuk mengangkat tugas pelayanan.</p> <p>3. Penting supaya pemuda sekarang itu tidak sekedar aktif dalam PPGT dan kemudian mengambil bagian dalam pelayanan hanya karena Namanya yang tercantum dalam jadwal, tapi supaya mereka sadar kalau Persekutuan PPGT itu tidak hanya sekedar tempat perkumpulan anak-anak muda gereja ya, kami disini terutama saya menempatkan diri sebagai ketua PPGT ya rindu keaktifan semua anggota PPGT kami, supaya dalam Persekutuan ini spiritual kami itu sama-sama bertumbuh karena sadar kalau organisasi PPGT ini adalah organisasi pemuridan, jadi dapat mengubah mindset pemuda terhadap pandangan mereka tentang Persekutuan ini. Kemudian pemuda juga sadar kalau pelayanan itu sebenarnya luas, artinya tidak hanya sebatas pelayanan dalam gereja tetapi dalam kehidupan sehari-hari juga.</p> <p>4. Generasi Inspirasi itu satu program yang tujuannya untuk membantu pemuda memahami siapa diri mereka supaya mereka tau peluang besar yang ada pada diri mereka sendiri, tau akan talenta diri mereka supaya mereka itu tidak ragu lagi untuk memberikan diri aktif dalam PPGT. Dari pembinaan yang kami terima, pemuda tidak akan</p>
--	--	---	--

		<p>dan <i>Mental Health</i>?</p> <p>8. Bagaimana metode pelaksanaan yang diterapkan oleh pengurus dalam menerapkan spiritualitas <i>mindfulness</i>?</p> <p>9. Apa Langkah-langkah yang dilakukan dalam menerapkan spiritualitas <i>mindfulness</i> melalui program GI dan <i>Mental Health</i>?</p>	<p>mampu untuk memahami diri mereka sendiri kalau Kesehatan mentalnya terganggu, itulah <i>mental health</i> yaitu satu program yang memberikan pemahaman kepada pemuda tentang Kesehatan mental, pentingnya untuk menjaga Kesehatan mental diri sendiri.</p> <p>5. Kalau menurut saya hubungannya itu saling berkaitan ya, jadi kalau hidup seseorang atau pemuda itu sudah sepenuhnya terarah kepada Tuhannya atau menghidupi spiritualitas <i>mindfulness</i> maka mereka akan dengan mudah untuk memahami potensi diri sendiri, karena ya mereka sudah <i>mindful</i> mungkin ya, kemudian juga Kesehatan mentalnya itu terjaga dengan baik karena orang-orang yang sudah mengenal Tuhan dengan baik dalam hidupnya maka hidupnya itu akan terlihat positive, hidupnya ceria yang kemudian mempengaruhi orang-orang sekitarnya. Jadi, hubungannya itu spiritualitas <i>mindfulness</i> itu membantu pemuda untuk terarah sepenuhnya kepada Tuhan agar dapat memahami potensi dalam dirinya dan secara tidak langsung juga akan menjaga Kesehatan mental diri mereka sendiri.</p> <p>6. Bagi saya ya semua mereka yang ada dan tergolong sebagai PPGT, tapi saat ini mungkin belum sepenuhnya diterapkan yak arena ini juga tergantung dari setiap</p>
--	--	--	---

			<p>pengurus PPGT yang mengusahakan ini bagi anggotanya.</p> <p>7. Spiritualitas <i>mindfulness</i> itukan artinya kepenuhan atau keseluruhan hidup kita inin nah kalau seseorang sudah menghidupinya berarti hidupnya ini entah itu seluruh apapun yang dia lakukan, kerjakan semuanya dipeuntukkan bagi Tuhan. Jadi untuk mencapai semua itu makanya pengurus kemudian membentuk program yang dapat mendukung agar spiritualitas <i>mindfulness</i> ini benar-benar dihidupi oleh pemuda sekarang, terbentuklah program Generasi Inspirasi yang memberi pemahaman kepada pemuda tentang potensi-potensi yang mereka miliki, ini juga diselaraskan dengan kehidupan PPGT sekarang karena banyak dari mereka yang enggan untuk memberikan diri dalam sebuah Persekutuan, padahal Persekutuan itukan sebagai wadah mereka untuk menumbuhkan spiritual mereka secara langsung, tapi itu juga tidak dapat tercapai kalau Kesehatan mental pemuda itu terganggu, muncullah program <i>mental health mental health</i> untuk membantu memahami pentingnya untuk menjaga Kesehatan mental mereka sendiri entah itu sebelum atau sesudah mereka memberikan diri dalam Persekutuan, supaya pelayanan mereka juga didasari</p>
--	--	--	--

			<p>oleh Kesehatan mental yang baik. Jadi ya menurut saya mungkin seperti itu sih penetapan spiritualitas <i>mindfulness</i> dalam program GI dan <i>mental health</i> ya.</p> <p>8. Metodenya itu melalui pembinaan sih, supaya nanti dari pembinaan itu muncul penerapan yang berkelanjutan dalam PPGT dan juga jadi bekal bagi mereka untuk memahami seperti apa itu spiritualitas <i>mindfulness</i> untuk mereka hidupi dalam pelayanannya dan kehidupan sehari-hari.</p> <p>9. Bagi saya Langkah-langkah penerapannya melalui program GI dan mental <i>health</i> yaitu dengan:</p> <p>a) Mengajak/menggerakkan PPGT untuk slogan kader siap utus teguh dalam Kristus, artinya kami mencoba untuk mengajak anggota PPGT lebih aktif dan berani untuk memberikan diri dalam pelayanan baik itu diluar maupun didalam gereja, hal ini kami lakukan supaya mengurangi keberadaan pemuda yang cenderung mengasingkan diri dari Persekutuan, namun yang kami mau disini pemuda itu sadar untuk menghidupi spiritualitas <i>mindfulness</i> dalam kehidupan pelayanan mereka setiap hari, supaya mereka sadar</p>
--	--	--	--

			<p>dengan penuh akan kehadirannya di dunia dengan penuh kesadaran sebagai seorang murid.</p> <p>b) Mengadakan kegiatan outbond, ini tujuannya untuk membantu setiap pemuda memahami diri mereka sendiri dan juga untuk membangun relasi dan kedekatan mereka dengan sesama anggota PPGT maupun pengurus ya, tapi ya tetap kegiatan yang dilakukan itu dengan tujuan untuk menghidupi spiritualitas <i>mindfulness</i> ini dalam kehidupan pelayanan pemuda.</p>
4	Anggota PPGT (NT)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menurut saudara, apa yang saudara pahami tentang Spiritualitas <i>Mindfulness</i> ? 2. Menurut saudara, apa peran penting spiritualitas <i>mindfulness</i> bagi pelayanan pemuda saat ini? 3. Menurut saudara, 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Spiritualitas <i>mindfulness</i> itu keterarahan secara utuh seseorang kepada Allah sebagai pemilik kehidupannya. Semacam sikap hidup untuk membantu seseorang dalam menyadari bahwa hidupnya sepenuhnya itu ada dalam kehendak Tuhan. 2. Peran pentingnya itu supaya dalam pelayanan pemuda betul-betul pelayanan yang dilakukan atas kehendak Tuhan, bukan sekedar pelayanan yang dilakukan karena tanggungjawab pada sebuah Persekutuan. Dengan Spiritualitas <i>mindfulness</i> maka pemuda akan sadar bahwa pelayanan yang mereka lakukan di dalam maupun luar gereja adalah untuk Tuhan karena sadar akan tugasnya sebagai seorang murid di

		<p>mengapa spiritualitas <i>mindfulness</i> perlu untuk diterapkan dalam pelayanan pemuda?</p> <p>4. Apa pemahaman saudara tentang Generasi Inspirasi dan <i>Mental Health</i>?</p> <p>5. Menurut saudara, apa hubungan/kaitan antara spiritualitas <i>mindfulness</i> dengan GI dan <i>Mental Health</i>?</p> <p>6. Siapa saja yang berpartisipasi dalam penerapan spiritualitas <i>mindfulness</i> melalui GI dan <i>Mental Health</i>?</p> <p>7. Seperti apa penetapan spiritualitas</p>	<p>dalam dunia.</p> <p>3. Bagi saya perlu diterapkan karena melihat dalam pelayanan pemuda saat ini itu belum cukup dipahami dengan baik, jadi pemuda sekarang itu yang mereka pahami pelayanan hanya berjalan dalam lingkup gereja saja padahal kalo melihat atau memahami dengan baik jelas tidak seperti itu, pelayanan itu ada dalam kehidupan sehari-hari, terus juga ini penting diterapkan kepada pemuda sekarang supaya mereka sadar dengan tugas panggilan melayani mereka, pengutusan mereka ke dalam dunia untuk apa, dan bagi saya yang paling penting itu supaya pemuda dalam pelayanannya sepenuhnya terarah kepada Tuhan.</p> <p>4. Menurut saya Generasi Inspirasi itu program untuk membantu pemuda menyadari potensi dalam diri mereka, kalau dipembinaan yang kami terima disitu mengajak pemuda untuk mengenal 'siapa aku' dan apa potensi yang ada pada diriku. Kalau <i>mental health</i> itu berbicara tentang Kesehatan mental, jadi pemuda diajak untuk bagaimana memiliki Kesehatan mental yang baik agar berdampak pada pelayanan juga.</p> <p>5. Hubungannya itu saling melengkapi ya, spiritualitas <i>mindfulness</i> itu kan keterarahan sepenuhnya hidup kita ini kepada Tuhan, jadi kalau sudah sepenuhnya secara total ada dalam</p>
--	--	---	--

		<p><i>mindfulness</i> pada program GI dan <i>Mental Health</i>?</p> <p>8. Bagaimana metode pelaksanaan yang diterapkan oleh pengurus dalam menerapkan spiritualitas <i>mindfulness</i>?</p> <p>9. Apa Langkah-langkah yang dilakukan dalam menerapkan spiritualitas <i>mindfulness</i> melalui program GI dan <i>Mental Health</i>?</p>	<p>Tuhan, kita hidup hanya untuk Tuhan berarti kita mampu dong untuk memahami diri sendiri, kita bisa paham dan tau dengan sebetulnya apa potensi diri kita, supaya kita ini sebagai pemuda tidak lagi menolak untuk bergabung dalam Persekutuan PPGT, tidak ada lagi rasa minder atau kurang percaya diri. Nah, bagi saya kalau kita sudah bisa menghidupi itu semua berarti kita bisa dan memiliki Kesehatan mental yang baik, jadi spiritualitas <i>mindfulness</i> dengan kedua program itu ya saling berkaitan, bagi saya kalau sudah menghidupi spiritualitas <i>mindfulness</i> maka kita juga sudah melakukan kedua program tersebut dalam kehidupan sebagai seorang PPGT.</p> <p>6. Semua PPGT, supaya mereka menghidupi bahwa hidupnya ini sepenuhnya dalam kehendak Tuhan, kalau sudah sadar dengan hal itu berarti mereka menghidupi spiritualitas <i>mindfulness</i> yang hidupnya sepenuhnya terarah kepada Yesus.</p> <p>7. -</p> <p>8. -</p> <p>9. Langkah-langkahnya yaitu:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Ambil bagian dalam setiap kegiatan yang diadakan oleh pengurus baik itu yang berkaitan dengan GI atau <i>mental health</i>, seperti kegiatan <i>outbond</i>, kemudian ada pelayanan kasih, dan juga refleksi
--	--	---	--

			setelah ibadah.
5	Anggota PPGT (UR)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menurut saudara, apa yang saudara pahami tentang Spiritualitas <i>Mindfulness</i> ? 2. Menurut saudara, apa peran penting spiritualitas <i>mindfulness</i> bagi pelayanan pemuda saat ini? 3. Menurut saudara, mengapa spiritualitas <i>mindfulness</i> perlu untuk diterapkan dalam pelayanan pemuda? 4. Apa pemahaman saudara tentang Generasi Inspirasi dan <i>Mental Health</i>? 5. Menurut saudara, 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Bagi saya spiritualitas <i>mindfulness</i> adalah satu sikap yang hidupnya secara utuh diarahkan dengan sadar dan sepenuhnya hanya kepada Tuhan. Jadi semacam keutuhan hidup dari seseorang yang apapun dia kerjakan itu semuanya untuk Tuhan, jadi dalam perjalanan kehidupannya itu memiliki relasi yang kuat dengan Tuhan. 2. Spiritualitas <i>mindfulness</i> penting karena dengan dihidupinya spiritualitas <i>mindfulness</i> ini oleh setiap pemuda maka mereka akan memiliki sikap yang mencerminkan PPGT sesungguhnya, slogan PPGT itu kan kader siap utus, artinya siap diutus kapan saja dan dimana saja kalau sudah siap utus kapan saja berarti bisa dikatakan hidup mereka itu sepenuhnya terarah kepada Tuhan, bagi saya juga spiritualitas <i>mindfulness</i> ini akan membantu untuk menjaga Kesehatan mental setiap pemuda, jadi PPGT yang <i>mindful</i>. 3. Bagi saya kenapa spiritualitas <i>mindfulness</i> ini diterapkan supaya setiap anggota PPGT dan pengurus juga sadar kalau pelayanan dengan spiritualitas yang sehat dan didukung oleh jiwa yang sehat itu sangat penting. 4. Kalau menurut saya Generasi Inspirasi itu dalam pembinaannya kemarin itu mengajak pemuda untuk memahami dirinya sendiri

		<p>apa hubungan/kaitan antara spiritualitas <i>mindfulness</i> dengan GI dan <i>Mental Health</i>?</p> <p>6. Siapa saja yang berpartisipasi dalam penerapan spiritualitas <i>mindfulness</i> melalui GI dan <i>Mental Health</i>?</p> <p>7. Seperti apa penetapan spiritualitas <i>mindfulness</i> pada program GI dan <i>Mental Health</i>?</p> <p>8. Bagaimana metode pelaksanaan yang diterapkan oleh pengurus dalam menerapkan spiritualitas <i>mindfulness</i>?</p> <p>9. Apa</p>	<p>supaya mereka juga sadar dengan potensi dari diri sendiri, ini sepertinya diselaraskan dengan pelayanan pemuda ya dalam organisasi PPGT, kan banyak yang menolak untuk memberikan diri dalam pelayanan entah itu dalam gereja maupun luar, itu karena mereka ragu dengan kemampuan diri sendiri. Kalau <i>mental health</i> itu berbicara tentang Kesehatan mental pemuda, jadi mereka dapat sepenuhnya memahami diri sendiri kalau Kesehatan mentalnya itu terjaga dengan baik.</p> <p>5. Spiritualitas <i>mindfulness</i> itu menurut saya ya, di dalamnya memuat tentang Generasi Inspirasi dan <i>Mental Health</i>, jadi kalau sudah menghidupi spiritualitas <i>mindfulness</i> berarti sudah dan tau atau paham tentang siapa diri kita ini, untuk apa kita ada di dunia. Contohnya ketika saya sudah menghidupi dan menerapkan spiritualitas <i>mindfulness</i> dalam kehidupan saya maka saya dapat melihat potensi dalam diri saya sendiri, Kesehatan mental saya terjaga dengan baik, karena bagi saya seseorang yang hidupnya sepenuhnya ada dalam Tuhan itu sangat berdampak dalam kehidupannya setiap hari, menjadi murid yang dapat mengerjakan dan mewujudkan Kerajaan Allah dalam dunia.</p> <p>6. Setiap anggota dan pengurus PPGT.</p> <p>7. -</p>
--	--	--	--

		Langkah-langkah yang dilakukan dalam menerapkan spiritualitas <i>mindfulness</i> melalui program GI dan <i>Mental Health</i> ?	<p>8. -</p> <p>9. Langkah-langkahnya yaitu:</p> <p>a) Ambil dalam setiap kegiatan yang di adakan oleh pengurus baik itu yang berkaitan dengan GI atau <i>mental health</i>, seperti kegiatan <i>outbond</i>, kemudian ada pelayanan kasih, dan juga refleksi setelah ibadah.</p>
6	Anggota PPGT (PGS)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menurut saudara, apa yang saudara pahami tentang Spiritualitas <i>Mindfulness</i> ? 2. Menurut saudara, apa peran penting spiritualitas <i>mindfulness</i> bagi pelayanan pemuda saat ini? 3. Menurut saudara, mengapa spiritualitas <i>mindfulness</i> perlu untuk diterapkan dalam 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Menurut saya spiritualitas <i>mindfulness</i> merupakan spiritualitas yang berkesadaran penuh, artinya bisa dikatakan spiritualitas itu kan cara seseorang berelasi dengan Tuhan atau menjadikan Tuhan itu bukan sekedar bagian dari hidupnya tapi seluruh hidupnya, jadi spiritualitas <i>mindfulness</i> itu bisa dikatakan sebagai sikap hidup yang secara utuh dan sadar menjadikan Tuhan sebagai tujuan hidupnya atau hidupnya itu sepenuhnya terarah kepada Tuhan. 2. Ini penting supaya dalam setiap pelayanan pemuda termasuk PPGT itu didasari oleh spiritualitas <i>mindfulness</i>, melihat realita sekarang ya kami yang sebagai anggota PPGT bias aitu terkaadang acuh tak acuh untuk melibatkan diri dalam pelayanan, banyak yang menganggap dirinya tidak layak, merasa tidak memiliki potensi untuk aktif

		<p>pelayanan pemuda?</p> <p>4. Apa pemahaman saudara tentang Generasi Inspirasi dan <i>Mental Health</i>?</p> <p>5. Menurut saudara, apa hubungan/kaitan antara spiritualitas <i>mindfulness</i> dengan GI dan <i>Mental Health</i>?</p> <p>6. Siapa saja yang berpartisipasi dalam penerapan spiritualitas <i>mindfulness</i> melalui GI dan <i>Mental Health</i>?</p> <p>7. Seperti apa penetapan spiritualitas <i>mindfulness</i> pada program GI dan <i>Mental Health</i>?</p> <p>8. Bagaimana</p>	<p>dalam pelayanan, dan juga banyak yang hidupnya kacau, mentalnya tidak bertumbuh dengan baik karena mengasingkan diri dari organisasi PPGT, jadi dengan adanya spiritualitas <i>mindfulness</i> yang menjadi dasar dari setiap kehidupan PPGT itu setidaknya mereka sadar kalau organisasi PPGT itu seperti organisasi lainnya, tapi organisasi dimana kita dapat memperdalam pertumbuhan spiritual kita, dan juga jadi wadah untuk membantu pemuda memiliki mental yang sehat supaya dapat menghidupi spiritualitas <i>mindfulness</i> dalam kehidupan pelayanan setiap hari.</p> <p>3. Kalau dikontekskan dengan kehidupan PPGT sekarang ini memang harus diterapkan kepada PPGT, karena banyak PPGT sekarang tidak sadar kalau spiritualnya atau relasinya dengan Tuhan itu itu teruterus terbentuk dalam setiap kegiatan PPGT jadi menganggap dan berpikir bahwa PPGT itu bagian dari organisasi pemuridan dan bukan seperti organisasi lainnya, kemudian juga spiritualitas <i>mindfulness</i> akan membantu pemuda untuk mengangkat pelayanan dengan mental yang sehat karena percuma kalau pemuda itu aktif dalam PPGT, selalu mengambil bagian dalam setiap kegiatan PPGT, entah itu pelayanan di gereja maupun diluar gereja tapi dengan mental yang tidak baik, itu artinya mereka</p>
--	--	--	--

		<p>metode pelaksanaan yang diterapkan oleh pengurus dalam menerapkan spiritualitas <i>mindfulness</i>?</p> <p>9. Apa Langkah-langkah yang dilakukan dalam menerapkan spiritualitas <i>mindfulness</i> melalui program GI dan <i>Mental Health</i>?</p>	<p>hanya sekedar mengangkat pelayanan dan tidak didasarkan kepada Tuhan seperti yang dimaksudkan dalam spiritualitas <i>mindfulness</i>.</p> <p>4. Menurut saya ini berdasarkan dari seminar yang saya ikuti ya, jadi Generasi Inspirasi itu satu program yang dirancang untuk membantu setiap pemuda menemukan potensi dalam dirinya, dikarenakan banyak PPGT yang tidak menyadari dirinya sendiri sehingga menghambat mereka untuk menemukan potensi atau kemampuan yang mereka punya, makanya banyak pemuda sekarang malas untuk aktif dalam PPGT ya karena ini mereka minder dengan diri sendiri dan meragukan diri sendiri. Nah kalau <i>mental health</i> ini berkaitan dengan Generasi Inspirasi, jadi GI akan sulit untuk dilaksanakan oleh PPGT kalau mereka juga tidak punya mental yang sehat dan mendukung, nah makanya dalam program atau seminar mengenai <i>mental health</i> pemuda diajak untuk menjaga dan merawat diri sendiri, pemuda diajak untuk memahami pentingnya memiliki mental yang sehat dalam kehidupan kita.</p> <p>5. Kalau berbicara tentang kaitannya satu sama lain mungkin dari segi saling melengkapi ya, jadi menurut saya spiritualitas <i>mindfulness</i> tadikan artinya hidup yang terarah sepenuhnya kepada Tuhan, nah ini tidak dapat</p>
--	--	--	---

			<p>diterapkan oleh setiap pemuda dalam kehidupan pelayanan kalau mereka masih belum menyadari diri sendiri, artinya semacam mengasingkan diri dari Persekutuan karena merasa kurang mampu, makanya GI hadir untuk membantu pemuda menyadari diri mereka sendiri. Nah kalau pemuda sudah menghidupi spiritualitas <i>mindfulness</i> ini otomatis kan berarti mereka sudah memahami diri mereka sendiri, untuk siapa mereka hidup, untuk siapa pelayanan mereka, dengan itu juga maka mereka secara tidak sadar menjaga mental mereka sendiri, karena menjadi PPGT yang <i>mindful</i> dalam hidup dan pelayanannya.</p> <p>6. Kalau menurut saya yang berperan itu semua yang tergolong sebagai PPGT, baik itu pengurus maupun anggota PPGT. Tapi sepertinya sekarang yang baru menerapkan ini belum semua PPGT ya, tapi menurut saya ini menjadi pertimbangan pengurus bagaimana mereka kemudian mendorong anggotanya untuk hidup dalam spiritualitas <i>mindfulness</i>.</p> <p>7. –</p> <p>8. –</p> <p>9. <i>Pertama</i>, bagi saya penerapan yang saya lakukan itu hanya mengikut pada program yang diselenggarakan oleh pengurus PPGT, jadi dari pengurus itu</p>
--	--	--	--

			<p>untuk mencapai keberlanjutan dari seminar tentang GI dan <i>mental health</i> mereka kembali adakan program supaya dari seminarnya itu betul-betul dihidupi oleh PPGT dalam kehidupan pelayanan, nah di GI kan kita diminta untuk memahami diri sendiri, paham tentang kemampuan yang ada di diri kita sendiri, contoh kegiatannya itu seperti: penerapannya itu dengan kegiatan outbond, jadi melalui kegiatan ini kita akan bisa atau dibantu untuk memahami diri sendiri, kelemahan yang ada pada diri kita, kelebihan kita, kemampuan kita. <i>Ketiga</i>, kelompok diskusi, ini tujuannya untuk berbagi pengalaman spiritual ya dengan teman-teman kita yang lain di PPGT. <i>Keempat</i>, pelayanan kasih, ini dalam bentuk lingkungan sosial supaya apaya kit aitu terbuka dengan lingkungan sekitar, karena kapan kita menutup diri ya pasti akan berpengaruh juga dengan Kesehatan mental kita.</p>
--	--	--	---

Pedoman observasi

NO	INDIKATOR PENILAIAN	KETERANGAN		
		YA	SEDANG	TIDAK
1	Pemuda/pengurus memahami tentang spiritualitas <i>mindfulness</i>	√		
2	Pemuda/pengurus ikut berpartisipasi dalam penerapan spiritualitas <i>mindfulness</i> melalui program GI dan <i>mental Health</i>	√		
3	Pengurus/pemuda hadir dalam seminar GI dan <i>mental health</i>	√		
4	Pengurus/pemuda mampu menghubungkan GI dan <i>Mental Health</i> dengan spiritualitas <i>mindfulness</i>	√		
5	Merealisasikan GI dan	√		

	<p><i>Mental Health</i> dengan:</p> <p>a. Membentuk kegiatan inspiratif yang memuat bentuk <i>mindfulness</i> seperti:</p> <p>1) PPGT <i>Care</i>: kegiatan ini membantu pemuda agar dapat lebih menghargai diri sendiri, mampu untuk berdamai dengan keadaan, serta lebih menyayangi diri sendiri.</p> <p>2) Kegiatan</p>			
--	--	--	--	--

	<p><i>outbond:</i></p> <p>memelihara relasi dengan sesama anggota pemuda.</p> <p>3) Pelayanan kasih: aksi sosial dengan tujuan untuk membantu orang lain yang terkena musibah</p>			
6	<p>Strategi Penerapan</p> <p>Spiritual <i>mindfulness</i>:</p> <p>a. Penetapan Spiritualitas <i>mindfulness</i> d disesuaikan dengan realita dari</p>	√		

	<p>pelayanan pemuda saat ini</p> <p>b. Metode penerapan Spiritualitas <i>mindfulness</i> dilakukan dengan efektif melalui program GI dan <i>mental health</i></p> <p>c. Langkah-langkah penerapan spiritualitas <i>mindfulness</i> tertuang dalam program GI dan <i>Mental Health</i></p>			
--	---	--	--	--