

BAB II

LANDASAN TEORI

A. Konsep Pelayanan

1. Konsep Pelayanan Gereja Toraja

Pada hakikatnya, gereja merupakan persekutuan umat yang dipilih dan diutus untuk melaksanakan misi pelayanan kepada Allah dan sesama. Gereja dipahami sebagai komunitas umat Allah yang dipanggil keluar dari kegelapan menuju terang-Nya yang mulia, untukewartakan karya-karya agung-Nya. Hal ini menegaskan bahwa gereja adalah suatu bentuk kehidupan bersama para pengikut Kristus yang berakar pada karya penyelamatan Allah melalui Yesus Kristus. Komunitas ini dibentuk oleh individu-individu yang dengan iman menerima keselamatan yang ditawarkan oleh Allah.¹³

Dalam konteks ini, Gereja Toraja merupakan bagian dari tradisi gereja Reformed yang beraliran Calvinis. Kehadirannya merupakan buah dari karya Roh Kudus yang diwujudkan melalui pewartaan Injil oleh gereja-gereja Protestan dan lembaga zending, khususnya melalui pelayanan Perhimpunan Pekabaran Injil Gereformeerd. Dalam perjalanan waktu, gereja ini tumbuh dan berkembang dalam masyarakat serta budaya

¹³Yulian Anouw, *Pendampingan Pelayanan Pastoral* (Medan: CV. Ruang Tentor, 2024), 33.

Toraja, membentuk sebuah organisasi yang dikenal sebagai Gereja.¹⁴ Gereja Toraja tidak hanya memusatkan perhatiannya pada aspek peribadahan, tetapi juga menunjukkan keterlibatan aktif dalam misi pelayanan, seperti mendirikan lembaga pendidikan dan menyediakan fasilitas kesehatan di berbagai wilayah. Dalam dinamika pertumbuhannya, gereja ini mengadopsi sistem pembinaan jemaat yang dikenal dengan istilah Presbiterial Sinodal, yaitu suatu pola tata kelola kehidupan dan pelayanan gereja yang dilaksanakan secara kolektif oleh para pejabat gerejawi yang tergabung dalam majelis jemaat.

Majelis jemaat terdiri atas tiga unsur utama, yaitu pendeta, penatua, dan diaken. Ketiga pejabat gerejawi ini memiliki kedudukan yang setara dalam struktur gereja, meskipun masing-masing menjalankan fungsi dan tanggung jawab yang berbeda sesuai dengan peran khususnya. Dalam konteks pelayanan, penatua dan diaken sering dipandang sebagai gembala khusus, karena mereka dianugerahi karunia tertentu untuk membimbing serta memperlengkapi jemaat dalam pertumbuhan iman dan kehidupan bergereja.¹⁵

Pelayanan Gereja Toraja berlandaskan pada Firman Tuhan, yang mencapai kepenuhannya dalam karya keselamatan Yesus Kristus melalui kehidupan, kematian, dan kebangkitan-Nya. Dari Kristus, Gereja

¹⁴Ibid, 33.

¹⁵Ibid, 34.

menerima panggilan untuk melayani, bertumbuh, dan membangun diri dalam kasih. Seperti yang dinyatakan dalam Kitab Suci: 'Tidak ada seorang pun yang dapat meletakkan dasar lain selain dasar yang telah diletakkan, yaitu Yesus Kristus.' Sebagai bagian dari masyarakat Indonesia, warga Gereja Toraja menjadi bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan berbangsa dan bernegara, serta menjadikan Pancasila sebagai dasar dalam membangun relasi sosial. Gereja Toraja menyadari bahwa gereja dan negara memiliki kewenangan masing-masing, keduanya dipahami sebagai mitra yang saling menghormati, mengingatkan, dan mendukung. Oleh karena itu, gereja berkomitmen untuk memberikan kontribusi positif dalam kehidupan bermasyarakat dan bernegara, dengan menjunjung nilai-nilai kebersamaan, keadilan, dan tanggung jawab sosial.¹⁶

2. Peran Majelis Dalam Pelayanan Gereja

a. Pengertian Majelis Gereja

Majelis gereja merupakan lembaga yang mengelola, melayani, dan membimbing jemaat sesuai dengan ajaran Alkitab. Majelis gereja terdiri dari pendeta, penatua, dan diaken. Majelis gereja memiliki peran yang sangat penting dalam pelayanan di gereja, dan bertanggung jawab untuk memastikan bahwa semua kegiatan

¹⁶BPS Gereja Toraja, *Tata Gereja Toraja*, 6.

pelayanan berjalan dengan baik.¹⁷ Majelis gereja terdiri dari orang-orang terpilih yang dipanggil untuk melayani Tuhan dan sesama. Dari anggota jemaat, beberapa orang dengan karunia khusus dipilih untuk memperlengkapi jemaat lainnya. Setiap anggota jemaat diberikan karunia sesuai dengan ajaran (Rm. 12:6-8; 1 Kor. 12:1-11). Dari antara mereka, dipilih orang-orang yang memiliki karunia yang cocok untuk membimbing dan memperlengkapi jemaat. Anggota jemaat juga diminta untuk menggunakan karunia yang mereka miliki untuk menjadi majelis dan bertanggung jawab terhadap jemaat.¹⁸

Struktur Tata Gereja Toraja, majelis gereja merupakan lembaga tetap dalam lingkup jemaat yang memiliki tanggung jawab untuk membina, melayani, dan memimpin jemaat berdasarkan prinsip-prinsip Firman Tuhan. Lembaga ini dibentuk secara formal dalam setiap jemaat lokal dan terdiri atas pendeta, penatua, dan diaken. Untuk menunjang efektivitas pelayanan, majelis gereja secara berkala mengadakan sidang guna mengoordinasikan pelaksanaan tugas-tugas pelayanan. Kepemimpinan dalam majelis gereja dijalankan oleh pimpinan yang paling sedikit terdiri dari seorang ketua, sekretaris, dan bendahara. Selain itu, majelis gereja juga berfungsi sebagai representasi

¹⁷John M. Nainggolan, *Strategi Pendidikan Warga Gereja* (Bandung: Generasi Info Media, 2008), 70.

¹⁸M.bons-badai, *Apakah Penggembalaan Itu* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 1967), 24-25.

resmi jemaat dalam berbagai urusan, baik di lingkungan internal gereja maupun dalam relasi eksternal dengan pihak lain.¹⁹ Disimpulkan bahwa majelis gereja merupakan lembaga permanen dalam struktur gerejawi yang dipercayakan tugas pelayanan dan kepemimpinan, dengan karunia khusus dari Tuhan untuk membimbing, mengarahkan, dan menopang kehidupan jemaat. Majelis ini terdiri atas pendeta, penatua, dan diaken, yang masing-masing telah dipanggil dan dipilih oleh Tuhan melalui proses keterlibatan anggota jemaat, untuk melayani sesuai dengan tuntunan Firman Tuhan.

b. Peran Majelis Gereja

Adapun peran majelis gereja dalam melaksanakan tugas dan tanggung jawab pelayanan di tengah-tengah anggota jemaat, yaitu:

1) Penatua

Penatua merupakan seorang pelayan yang bekerja sama dengan pendeta, diaken, dan pelayan lainnya dalam mengangkat dan melaksanakan tugas dan tanggung jawab pelayanan di dalam jemaat. Tugas spesifik dari penatua dirumuskan melalui berbagai cara, berdasarkan tradisi yang diikuti oleh banyak gereja di Indonesia, ciri-ciri gereja yang benar meliputi pemberitaan yang murni dari Firman Allah, pelayanan yang sah melalui sakramen,

¹⁹BPS Gereja Toraja, *Tata Gereja Toraja*, 21-22.

dan penerapan disiplin gereja yang tepat. Tanggung jawab pejabat gerejawi adalah memastikan bahwa jemaat tidak merusak atau menyimpang dari ajaran yang benar. Sebagai penilik jemaat, penatua harus berpegang pada kebenaran dan mampu mengajarkannya kepada anggota jemaat (1 Tim. 3:2), melindungi gereja dari ajaran yang sesat (Kis. 20:29-30), serta memberikan solusi dalam menghadapi kebingungan mengenai suatu ajaran (Kis. 15:1-4).²⁰ Adapun tugas dan tanggung jawab Penatua dalam pelayanan berdasarkan tata gereja toraja, yaitu:

- a) Memelihara kautuhan persekutuan dan ketertiban pelayanan dalam jemaat melalui pelayanan penggembalaan dan perkunjungan kepada anggota jemaat.
- b) Bersama-sama dengan pendeta memperhatikan dan menjaga ajaran yang berkembang dalam jemaat, agar sesuai dengan Firman Allah dan Pengakuan Gereja Toraja.
- c) Bersama-sama dengan pendeta dan diaken memelihara, melayani, memimpin, dan menjalankan disiplin gerejawi berdasarkan Firman Tuhan.
- d) Bersama-sama dengan pendeta dan diaken bertanggung jawab atas pelayanan sakramen.

²⁰J.L. Ch. Abineno, *Penatua, Jabatannya, Dan Pekerjaannya* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2011), 15-16.

- e) Bersama-sama dengan pendeta dan diaken melaksanakan katekisasi.
- f) Memberitakan Injil.
- g) Menjaga dan memegang teguh rahasia jabatan.
- h) Mengadakan pertemuan khusus secara periodic untuk membicarakan tugas pokok penatua.²¹

2) Diaken

Kata "diaken" hanya muncul dalam Filipi 1:1 dan 1 Timotius 3, sementara istilah Yunani "diakonos" diterjemahkan sebagai "pelayan" atau "hamba" dalam Terjemahan Baru Indonesia (TBI) dan muncul sekitar 30 kali dalam Perjanjian Baru. Kata-kata terkait seperti "*diakoneo*" (melayani) dan "*diakonia*" (pelayanan) juga muncul sekitar 70 kali. Meskipun penggunaan istilah ini tidak selalu merujuk pada arti teknis yang berkaitan dengan tugas khusus dalam gereja, ada beberapa ayat yang menuntut pemahaman tersebut. Secara dasar, "*diakonos*" berarti pelayan dan sering kali berfungsi sebagai pelayan meja. Pada masa Helenisme, istilah ini juga merujuk pada petugas ibadah atau petugas kuil, yang mencerminkan penggunaan khusus dalam konteks gereja. Dalam beberapa teks Perjanjian Baru, terdapat makna yang lebih

²¹BPS Gereja Toraja, *Tata Gereja Toraja*, 21-22.

umum; misalnya, dalam Matius 22:13, istilah ini menggambarkan hamba-hamba raja. Beberapa ayat juga berkaitan erat dengan penyediaan kebutuhan dan pelayanan fisik (Roma 15:25; 2 Korintus 8:4). Dengan demikian, *diakonos* dipahami sebagai pelayan atau utusan, seperti yang dilakukan oleh Marta dalam menyiapkan meja makan (Lukas 10:40) dan pelayanan mertua Petrus (Markus 1:31), yang juga merupakan contoh *diakonia*.²²

Adapun tugas dan tanggung jawab dari seorang diaken dalam melakukan pelayanan berdasarkan tata gereja toraja, yaitu:

- a) Menyelenggarakan dengan kasih sayang pelayanan diakonia agar tercipta kesejahteraan anggota-anggota jemaat dan sesama manusia yang berkekurangan.
- b) Mengusahakan dana dan pekerjaan-pekerjaan diakonia dalam arti yang luas.
- c) Bersama pendeta dan penatua mengunjungi anggota jemaat yang membutuhkan pertolongan karena berbagai krisis kehidupan, seperti yang sakit, berduka, dan yang berkekurangan.

²²Bakhoh Jatmiko, "Optimalisasi Fungsi-Fungsi Jabatan Kepemimpinan Gerejawi Sebagai Salah Satu Perwujudan Pelayanan Yang Holistik," *Sanctum Domine: Jurnal Teologi* 8, no. 2 (2020): 147-149.

- d) Bersama-sama dengan pendeta dan penatua memelihara, melayani, memimpin, dan menjalankan disiplin gerejawi berdasarkan Firman Tuhan.
- e) Bersama-sama dengan pendeta dan penatua melaksanakan katekisasi.
- f) Memberitakan injil.
- g) Menjaga dan memegang teguh rahasia jabatan.
- h) Mengadakan pertemuan khusus secara periodic untuk membicarakan tugas pokok diaken.

B. Teori Panggilan

1. Pengertian Panggilan

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), panggilan diartikan sebagai undangan, ajakan, atau permintaan kepada seseorang untuk hadir atau bekerja. Dalam konteks Perjanjian Baru, istilah 'panggilan' (bahasa Inggris: *calling*, bahasa Yunani: *klesis – kaleo*) tercatat sebanyak sebelas kali, dengan dominasi penggunaan dalam surat-surat Rasul Paulus. Istilah ini secara konsisten merujuk pada ajakan atau undangan ilahi untuk hidup dalam iman kepada Allah. Contohnya dapat ditemukan dalam 1 Korintus 1:26–27 dan 2 Tesalonika 1:11. Secara teologis, istilah 'dipanggil' merujuk

pada panggilan Allah kepada seseorang untuk menjadi pengikut Kristus dan hidup sesuai dengan kehendak-Nya.²³

Pada abad ke-16, Martin Luther dan John Calvin mengembangkan pemahaman tentang panggilan sebagai bagian dari kritik mereka terhadap praktik Gereja Katolik Roma. Mereka menegaskan bahwa panggilan tidak terbatas pada masuknya seseorang ke dalam lembaga keagamaan, melainkan mencakup seluruh aspek kehidupan. Dalam Perjanjian Baru, mereka yang telah dipanggil untuk hidup baru dalam Kristus (1 Kor. 1:26) menerima penguatan dan pengakuan dari para rasul (1 Kor. 1:1–2), sebagai bagian dari karya penebusan Allah. Panggilan Allah tidak hanya ditujukan kepada bangsa Israel (Yes. 49:1), tetapi juga kepada seluruh umat manusia (Yes. 41:25). Panggilan ini dapat muncul secara tidak terduga, sebagaimana tercermin dalam peristiwa penamaan Yohanes (Luk. 1:59–63), atau sebagai bentuk pemberian identitas baru, seperti pada Simon yang dinamai Kefas (Yoh. 1:42). Panggilan Allah juga terus berlangsung dalam kehidupan jemaat rasuli (Gal. 1:15). Walaupun semua orang percaya memiliki panggilan yang setara dalam Kristus, setiap individu juga diberikan peran yang unik dan spesifik, seperti yang terjadi pada Matias (Kis. 1:24) dan Paulus (Gal. 1:15). Sejak masa Reformasi, Luther telah menyampaikan pandangan teologis yang mendalam bahwa panggilan juga mencakup

²³William C. Placher, *Callings: Twenty Centuries of Christian Wisdom on Vocation* (Michigan: Grand Rapids, 2005), 53-54.

pekerjaan dan peran di tengah kehidupan sekuler, sebagai bagian dari ibadah kepada Allah.²⁴

2. Pandangan Tokoh-Tokoh Reformasi Tentang Panggilan

a. Marthin Luther

Teologi panggilan menurut Martin Luther berakar dari konsep *sola fide*, di mana panggilan iman dipahami sebagai konsekuensi dari pembenaran oleh iman. Luther menekankan bahwa perbuatan baik adalah suatu keharusan bagi setiap orang Kristen, karena tanpa perbuatan baik, pembenaran oleh iman akan kehilangan maknanya dan tidak akan memiliki dimensi praktis. Luther berargumen bahwa perbuatan baik harus menjadi bagian integral dari kehidupan orang Kristen, berfungsi sebagai buah dari iman yang telah dibenarkan. Panggilan iman, menurut Luther, mencakup berbagai aspek kehidupan, termasuk pernikahan, pekerjaan, aktivitas ekonomi, dan partisipasi dalam tatanan politik. Gagasan ini mencerminkan keterlibatan aktif orang Kristen dalam mewujudkan nilai-nilai Kerajaan Allah di tengah dunia. Martin Luther berupaya mengoreksi pandangan dikotomis yang berkembang pada Abad Pertengahan, dengan menekankan bahwa aktivitas sehari-hari—seperti pekerjaan petani, pedagang, dan profesi lainnya—juga merupakan bentuk

²⁴H. W. B. Sumakul, *Panggilan Iman Dalam Teologi Luther Dan Calvin* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2016), 192.

panggilan ilahi. Dalam kerangka pemikiran teologisnya, Luther membedakan antara Kerajaan Surga dan Kerajaan Dunia. Kerajaan Surga berkaitan dengan hubungan manusia dengan Allah yang didasarkan pada iman, sedangkan Kerajaan Dunia mencakup relasi sosial antarmanusia yang berlandaskan pada kasih.²⁵

Istilah panggilan (*vocation*) mengacu pada tanggung jawab untuk mewujudkan kasih kepada sesama melalui pelaksanaan tugas-tugas yang sesuai dengan peran sosial atau *station* masing-masing dalam konteks Kerajaan Dunia. Konsep *station* ini mencakup berbagai bentuk relasi kehidupan, baik dalam ranah domestik seperti peran sebagai suami, istri, orang tua, maupun anak maupun dalam kehidupan sosial, seperti menjadi hakim, pelayan, petani, dan profesi lainnya yang memiliki kontribusi bagi masyarakat.²⁶

b. John Calvin

Panggilan iman dalam teologi Calvin dilihat sebagai bagian dari pemeliharaan Tuhan yang berkelanjutan atas ciptaan-Nya. Calvin menolak pandangan *Deisme*, *Agnostisisme*, dan *Ateisme* yang menganggap tugas di dunia terpisah dari kedaulatan Allah. Dalam konteks predestinasi, pilihan Allah atas orang Kristen melalui

²⁵H.W.B. Sumakul, *Panggilan Iman Dalam Teologi Luther Dan Calvin: Suatu Kajian Etika Sosial Politik Dalam Gereja Reformasi* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2011), 60.

²⁶Sutrisna Harjanto, "VISI PENDIDIKAN BERDASARKAN KONSEP PANGGILAN: Upaya Menemukan Arah Yang Menyatukan Pendidikan Kristen Di Berba," *Indonesian Journal Of Theology* 11, no. 1 (2019): 54.

pengorbanan Kristus adalah hak prerogatif-Nya. Dengan demikian, pelaksanaan panggilan iman adalah tanda bahwa Allah memilih orang-orang yang melaksanakan tugas tersebut. Panggilan iman dianggap sebagai karunia dari Allah yang memperkuat individu untuk melaksanakan kehendak-Nya, menegaskan bahwa pemilihan tidak terjadi secara kebetulan atau hanya karena masyarakat.

Calvin menekankan bahwa panggilan iman adalah kewajiban dan tanggung jawab orang Kristen dalam kehidupan sehari-hari. Meskipun bersifat sementara, panggilan ini memiliki makna penting sebagai persiapan untuk kehidupan setelah mati. Dalam pandangan Calvin, orang Kristen dipanggil untuk menjalankan tugas di dunia ini dengan setia, tanpa terjebak pada pemisahan yang ketat antara Gereja dan negara yang sering kali mengabaikan tanggung jawab sosial. Pandangan yang terlalu menekankan kesempurnaan Gereja dapat mengarah pada pengabaian peran orang Kristen dalam politik dan ekonomi, yang seharusnya menjadi bagian dari pelayanan Gereja.²⁷

²⁷H.W.B. Sumakul, *Panggilan Iman Dalam Teologi Luther Dan Calvin: Suatu Kajian Etika Sosial Politik Dalam Gereja Reformasi* (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2011), 192-193.

C. Teori Kesejahteraan Psikologis (*Psychological Well-Being*)

1. Defenisi Kesejahteraan Psikologis

Kesejahteraan psikologis, menurut Carol Ryff, merujuk pada kondisi optimal di mana individu mampu merealisasikan potensi dirinya secara penuh. Konsep ini mencakup beberapa aspek penting, antara lain penerimaan terhadap diri sendiri dengan segala kelebihan dan kekurangannya, memiliki arah dan makna hidup, menjalin relasi interpersonal yang sehat, menunjukkan kemandirian, mampu mengelola lingkungan secara efektif, serta mengalami perkembangan pribadi yang berkelanjutan. Ryff juga menegaskan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan hasil dari penilaian subjektif individu terhadap dirinya sendiri, yang terbentuk melalui refleksi atas pengalaman hidup. Individu dengan tingkat kesejahteraan psikologis yang tinggi umumnya menunjukkan tingkat kebahagiaan yang lebih baik, stabilitas emosional, dan kematangan dalam pertumbuhan pribadi.²⁸ Sejalan dengan pandangan Carol Ryff, kesejahteraan psikologis tidak hanya terbatas pada pengalaman afektif positif, afektif negatif, dan kepuasan hidup, melainkan harus dipahami sebagai suatu konstruk yang bersifat multidimensional. Kesejahteraan ini mencerminkan orientasi hidup individu yang mencakup berbagai dimensi, seperti kemampuan untuk secara konsisten mengembangkan

²⁸Carol D. Ryff, "Happiness Is Everything, or Is It? Explorations on the Meaning of Psychological Well-Being," *Journal of Personality and Social Psychology* 57, no. 6 (1989): 1072.

potensi diri, menjalin hubungan interpersonal yang mendalam, mempertahankan otonomi meskipun berada dalam tekanan sosial, menerima diri secara utuh, menemukan makna dan tujuan hidup, serta mampu mengelola dan memengaruhi lingkungan eksternal secara efektif.²⁹

Kesejahteraan psikologis mencerminkan kebutuhan dasar individu untuk merasa sehat secara mental dan emosional. Menurut Carol Ryff, konsep ini berkaitan erat dengan bagaimana seseorang memaknai aktivitas dalam kehidupan sehari-hari serta bagaimana perasaan yang muncul merupakan akumulasi dari pengalaman hidup yang telah dilalui. Ciri-ciri individu yang memiliki tingkat kesejahteraan psikologis yang tinggi dapat ditelusuri melalui berbagai teori psikologi, seperti gagasan Carl Rogers tentang individu yang berfungsi secara optimal (*fully functioning person*), teori aktualisasi diri dari Abraham Maslow, konsep individuasi menurut Carl Jung, teori kematangan kepribadian dari Gordon Allport, serta teori integrasi kepribadian dari Erik Erikson. Sementara itu, Bradburn dan para koleganya berpendapat bahwa kebahagiaan merupakan manifestasi dari kesejahteraan psikologis dan menjadi tujuan utama yang ingin dicapai

²⁹Tia Ramadhani, Djunaedi Djunaedi, and Atiek Sismiati S., "KESEJAHTERAAN PSIKOLOGIS (PSYCHOLOGICAL WELL-BEING) SISWA YANG ORANGTUANYA BERCERAI (Studi Deskriptif Yang Dilakukan Pada Siswa Di SMK Negeri 26 Pembangunan Jakarta)," *Insight: Jurnal Bimbingan Konseling* 5, no. 1 (2016): 108.

oleh setiap individu.³⁰ Dua perspektif tentang kesejahteraan: pendekatan *hedonic*, yang mendefinisikan kesejahteraan sebagai pengalaman kesenangan dan kebahagiaan, serta pendekatan *eudaimonic*, yang melihat kesejahteraan sebagai aktualisasi diri dan ekspresi personal. *Havighurst* menambahkan bahwa kesejahteraan psikologis yang tinggi menunjukkan kemampuan remaja dalam menyelesaikan tugas-tugas perkembangan mereka. Keberhasilan dalam menyelesaikan tugas perkembangan ini berkontribusi pada kebahagiaan dan kesuksesan dalam fase-fase perkembangan selanjutnya. Dengan demikian, kesejahteraan psikologi dapat dipahami sebagai kondisi di mana individu merasakan kebahagiaan, kepuasan hidup, dan minimnya gejala depresi. Kondisi ini dipengaruhi oleh fungsi psikologis positif, termasuk penerimaan diri, hubungan sosial yang sehat, tujuan hidup yang jelas, perkembangan pribadi, penguasaan lingkungan, dan otonomi.³¹

2. Dimensi Kesejahteraan Psikologis

Ryff mendefinisikan konsep kesejahteraan psikologis dalam enam dimensi, yaitu:³²

³⁰Mariesta Firdha Aulia, "Tujuan Hidup Sebagai Prediktor Kesejahteraan Psikologi Pada Generasi Z," *Prosiding Seminar Nasional*, no. April (2021): 413–423.

³¹*Ibid*, 415-416.

³²Carol D. Ryff and Corey Lee M. Keyes, "The Structure of Psychological Well-Being Revisited," *Journal of Personality and Social Psychology* 69, no. 4 (1995): 719–727.

a Penerimaan Diri (*self acceptance*)

Penerimaan diri merujuk pada kemampuan individu untuk menerima dan menghargai dirinya secara menyeluruh, mencakup pengalaman masa lalu maupun kondisi dirinya saat ini. Individu dengan tingkat penerimaan diri yang tinggi cenderung memiliki penilaian positif terhadap diri sendiri, mampu memahami serta menerima berbagai aspek dari kepribadiannya baik kekuatan maupun kelemahannya. Mereka juga menunjukkan kapasitas untuk mengaktualisasikan potensi diri, berfungsi secara optimal dalam kehidupan sehari-hari, dan memandang kehidupan secara konstruktif. Sebaliknya, individu dengan penilaian negatif terhadap diri sendiri umumnya mengalami ketidakpuasan terhadap keadaan dirinya, merasa kecewa terhadap pengalaman masa lalu, menghadapi permasalahan dalam kualitas pribadi, serta menunjukkan keinginan untuk menjadi pribadi yang berbeda, yang mencerminkan ketidakmampuan dalam menerima diri secara utuh.

b Hubungan positif dengan orang lain (*positive relations with others*)

Dimensi hubungan positif mencerminkan kapasitas individu dalam menjalin interaksi interpersonal yang sehat dan bermakna. Individu dengan tingkat hubungan positif yang tinggi umumnya mampu membangun relasi yang hangat, dilandasi rasa saling percaya dan keterbukaan. Mereka menunjukkan kepedulian terhadap

kesejahteraan orang lain, memiliki kemampuan untuk berempati dan menunjukkan kasih sayang, serta memahami pentingnya keseimbangan antara memberi dan menerima dalam dinamika hubungan sosial. Sebaliknya, individu dengan skor rendah dalam dimensi ini cenderung mengalami kesulitan dalam menjalin kedekatan dengan orang lain, merasa terisolasi secara emosional, serta menunjukkan resistensi terhadap kompromi yang diperlukan untuk mempertahankan hubungan interpersonal.

c. Otonomi (*autonomy*)

Otonomi mengacu pada kapasitas individu untuk mengelola kehidupan dan perilakunya secara mandiri, sekaligus menjalani kehidupan dengan kebebasan yang bertanggung jawab. Individu dengan tingkat otonomi yang tinggi menunjukkan kemampuan untuk menentukan arah hidupnya sendiri (*self-determination*), mengatur perilaku pribadi secara sadar, serta mengambil keputusan secara independen tanpa bergantung pada pengaruh eksternal. Mereka mampu melakukan evaluasi diri secara kritis dan tetap teguh pada prinsip meskipun berada di bawah tekanan sosial. Sebaliknya, individu dengan tingkat otonomi yang rendah cenderung sangat dipengaruhi oleh ekspektasi dan penilaian orang lain, mengandalkan pendapat eksternal dalam pengambilan keputusan penting, serta mudah terbawa arus sosial dalam cara berpikir dan bertindak.

d. Penguasaan lingkungan (*environmental mastery*)

Penguasaan lingkungan merujuk pada kemampuan individu untuk secara efektif mengelola, memanfaatkan, dan menyesuaikan lingkungan sekitarnya agar selaras dengan kebutuhan dan tujuannya. Individu dengan tingkat penguasaan lingkungan yang tinggi menunjukkan keyakinan diri serta keterampilan dalam mengatur kondisi eksternal, termasuk kemampuan dalam mengelola situasi sehari-hari, memanfaatkan peluang yang tersedia, serta memilih atau menciptakan lingkungan yang mendukung kesejahteraan pribadinya. Sebaliknya, individu dengan tingkat penguasaan lingkungan yang rendah cenderung mengalami kesulitan dalam mengendalikan berbagai situasi, merasa tidak berdaya untuk memengaruhi atau meningkatkan kondisi lingkungannya, dan kurang mampu merespons secara adaptif terhadap peluang yang ada di sekitarnya.

e. Tujuan hidup (*purpose of life*)

Tujuan hidup merujuk pada sejauh mana individu memiliki pemahaman yang jelas mengenai arah hidupnya serta keyakinan terhadap kemampuannya untuk mencapai tujuan tersebut. Individu dengan tingkat tujuan hidup yang tinggi umumnya memiliki arah dan sasaran yang terdefinisi, merasakan makna dalam pengalaman hidup masa kini maupun masa lalu, serta didorong oleh keyakinan yang memberi orientasi dan motivasi dalam menjalani kehidupan.

Sebaliknya, individu dengan tingkat rendah dalam dimensi ini cenderung mengalami kekosongan makna, kehilangan arah hidup, tidak memiliki cita-cita yang terarah, serta gagal menemukan nilai dalam pengalaman masa lalu maupun harapan di masa depan.

f. Pertumbuhan pribadi (*personal growth*)

Dimensi pertumbuhan pribadi mencerminkan kemampuan individu untuk mengalami perkembangan diri yang berkelanjutan. Individu dengan tingkat pertumbuhan pribadi yang tinggi ditandai oleh adanya kesadaran akan potensi dirinya, keterbukaan terhadap pengalaman baru, serta persepsi positif terhadap proses transformasi pribadi. Mereka memandang diri sebagai pribadi yang terus berkembang, menunjukkan kemajuan dalam sikap dan perilaku, serta mampu meningkatkan efektivitas diri melalui pembelajaran yang berkesinambungan. Sebaliknya, individu dengan tingkat pertumbuhan pribadi yang rendah cenderung merasa stagnan, tidak mengalami perubahan yang berarti, kehilangan minat terhadap kehidupan, serta merasa tidak mampu membentuk sikap dan perilaku yang konstruktif.