

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

1. Penyebab kemunduran pelayanan pastoral holistik melalui program Ruang Berbagi Hati

Berdasarkan hasil penelitian, kemunduran pelayanan pastoral holistik melalui Program Ruang Berbagi Hati (RBH) di PPGT Klasik Nonongan Salu dapat dipahami sebagai kemunduran yang bersifat sistemik, bukan disebabkan oleh satu faktor tunggal. Program RBH sejak awal dirancang sebagai sarana bagi pemuda untuk berbagi pengalaman hidup, mengelola stres, memperoleh dukungan rohani dan psikologis, serta membangun komunitas yang saling mendukung dalam suasana yang aman dan diterima. Namun dalam pelaksanaannya, fungsi dan efektivitas RBH mengalami penurunan dari waktu ke waktu, ditandai oleh menurunnya partisipasi, kegiatan yang tidak lagi rutin, dan melemahnya perhatian terhadap keberlanjutan program.

Pertama, keterbatasan sumber daya pendamping pastoral menjadi salah satu faktor kunci yang memicu kemunduran. Ketika pendamping terbatas, beban pelayanan menumpuk pada sedikit orang, dan pada

akhirnya memunculkan kelelahan emosional dalam pelayanan. Kondisi ini membuat kualitas pendampingan dan keberlangsungan kegiatan menjadi tidak stabil.

Kedua, kurangnya konsistensi pelaksanaan dan jadwal kegiatan memperlemah keterlibatan pemuda. Ketika pertemuan tidak berjalan rutin, ruang pendampingan yang seharusnya menjadi tempat yang dapat diandalkan bagi pemuda menjadi kehilangan daya ikatnya. Akibatnya, partisipasi pemuda semakin menurun dan fungsi RBH sebagai ruang pastoral yang preventif menjadi tidak maksimal.

Ketiga, minimnya evaluasi dan tindak lanjut program membuat perbaikan tidak berjalan secara sistematis. Evaluasi yang tidak terstruktur membuat penyelenggara kesulitan memetakan kebutuhan pemuda yang berubah, menilai efektivitas metode pendampingan, serta merancang strategi pemulihan program secara berkelanjutan. Akibatnya, kelemahan program cenderung berulang dari waktu ke waktu tanpa pembaruan yang signifikan.

Sehingga penyebab kemunduran RBH dapat dirangkum sebagai rangkaian faktor yang saling berkaitan: keterbatasan pendamping menyebabkan beban menumpuk dan kelelahan emosional; kelelahan berdampak pada konsistensi pelaksanaan; ketidakkonsistenan

memperburuk partisipasi pemuda; dan minim evaluasi membuat perbaikan program tidak berjalan secara sistematis.

2. Dampak program Ruang Berbagi Hati dalam pencegahan bunuh diri di kalangan Gen-Z PPGT Klasik Nonongan Salu

Berdasarkan hasil penelitian, Program Ruang Berbagi Hati (RBH) memiliki dampak yang bermakna dalam konteks pencegahan bunuh diri di kalangan Gen-Z, terutama melalui pembentukan ruang aman, dukungan komunitas, dan penguatan spiritualitas pastoral. Program ini dibentuk sebagai respons terhadap kebutuhan nyata pemuda akan tempat berbagi yang aman dan pendampingan spiritual-psikososial, mengingat meningkatnya kasus bunuh diri yang terjadi di konteks lokal dan kebutuhan pemuda yang tidak pernah surut akan pendampingan yang aman.

Pertama, RBH berperan sebagai ruang yang menolong pemuda mengekspresikan beban hidup secara sehat. Dalam penelitian ini, dampak RBH tidak selalu dipahami dalam bentuk “penurunan angka” yang langsung terlihat, melainkan melalui terbentuknya ruang aman, dukungan sosial, dan kemampuan pemuda untuk mengungkapkan perasaan secara lebih terbuka dan bertanggung jawab.

Kedua, RBH memberikan dampak spiritual yang nyata dalam penguatan relasi pemuda dengan Tuhan dan pembentukan harapan. Program RBH dipahami sebagai pelayanan yang menolong pemuda bukan hanya kembali kuat, tetapi kembali memaknai hidup sebagai anugerah, sehingga muncul harapan baru untuk melanjutkan hidup, menjalani pemulihan, dan memandang masa depan masih terbuka.

Ketiga, RBH memiliki kontribusi preventif karena mengurangi faktor pemicu yang sering hadir dalam perilaku menyakiti diri, yakni kesepian, rasa tidak dimengerti, dan isolasi batin. Dalam uraian penelitian, RBH menekankan pendengaran aktif-empatik, relasi yang sejajar, suasana komunitas yang suportif, serta komitmen kerahasiaan yang menjaga martabat peserta. Keseluruhan unsur ini membangun rasa belonging dan rasa aman emosional yang penting dalam pencegahan tindakan menyakiti diri.

Namun, penelitian ini juga menyimpulkan bahwa dampak RBH menjadi terbatas ketika partisipasi pemuda menurun dan kegiatan tidak berjalan rutin. Keterbatasan konsistensi dan penurunan keterlibatan membuat jangkauan program menyempit, sehingga sebagian pemuda yang paling membutuhkan pendampingan berpotensi tidak terjangkau secara memadai.

B. Saran

1. Saran bagi Gereja Toraja dan PPGT Klasik Nonongan Salu

Gereja Toraja dan PPGT Klasik Nonongan Salu perlu menempatkan isu kesehatan mental dan pencegahan bunuh diri sebagai bagian dari pelayanan pastoral yang kontekstual, bukan sekadar isu tambahan. Ini sejalan dengan fokus penelitian yang menekankan pastoral holistik dan psikososial sebagai strategi pencegahan bunuh diri pada pemuda.

Beberapa langkah praktis yang dapat dilakukan:

- a. Menyusun kebijakan pelayanan pemuda yang memberi legitimasi dan dukungan struktural bagi RBH (jadwal, fasilitas, anggaran dasar, dan pola pendampingan).
- b. Mengintegrasikan pelayanan pastoral dan psikososial secara seimbang, karena RBH sejak awal dirancang untuk menyediakan dukungan rohani sekaligus psikologis.
- c. Mendorong penguatan jejaring dengan tenaga profesional pastoral holistik/psikososial, karena penelitian ini juga menegaskan adanya kebutuhan keterhubungan dengan sumber daya profesional agar pendampingan tidak hanya bersifat spiritual.

- d. Membentuk budaya gereja yang menolak stigma kesehatan mental dengan cara membangun ruang edukasi, literasi, dan kampanye pastoral yang ramah pemuda.

2. Saran bagi pengelola dan pendamping Program Ruang Berbagi Hati

Pengelola RBH perlu melakukan penguatan manajemen program agar RBH tidak berjalan insidental. Mengingat kemunduran dipengaruhi oleh keterbatasan pendamping, inkonsistensi kegiatan, dan minimnya evaluasi, maka strategi penguatan dapat diarahkan pada:

- a. Rekrutmen dan regenerasi pendamping agar beban pelayanan tidak menumpuk pada sedikit orang, sekaligus mencegah kelelahan emosional pelayanan.
- b. Penetapan jadwal tetap dan pola kegiatan yang konsisten, sehingga RBH menjadi ruang yang dapat diandalkan oleh pemuda.
- c. Penyusunan instrumen evaluasi sederhana namun rutin (misalnya evaluasi bulanan/kuartalan), agar perbaikan program berjalan sistematis dan relevan dengan kebutuhan pemuda.
- d. Memperkuat prinsip-prinsip pelaksanaan RBH yang menjadi kekuatan program, seperti pendengaran empatik, relasi sejajar, komunitas suportif, serta komitmen kerahasiaan dan integritas.

3. Saran bagi pemuda Gen-Z sebagai subjek pelayanan

Pemuda Gen-Z sebagai subjek pelayanan perlu didorong untuk membangun budaya saling menjaga dan saling mendukung dalam komunitas. Penelitian ini menekankan bahwa RBH menjadi ruang aman yang dapat menolong pemuda mengekspresikan beban hidup secara sehat, sehingga pemuda tidak memendam pergumulan sendirian.

Beberapa saran praktis untuk pemuda:

- a. Menumbuhkan keberanian untuk mencari bantuan dan lebih terbuka terhadap pendampingan, karena penelitian ini juga diharapkan menjadi motivasi bagi pemuda untuk lebih terbuka dalam mencari bantuan dan membangun komunitas yang mendukung.
- b. Membangun sikap saling menjaga rahasia, saling menghormati, serta menghindari budaya menghakimi, agar RBH tetap menjadi ruang yang aman dan menyembuhkan.
- c. Mengembangkan peran dukungan sebaya (peer support) dalam kehidupan PPGT, sehingga pemuda tidak hanya menjadi penerima layanan tetapi juga menjadi agen pemulihan bagi sesamanya.

4. Saran bagi peneliti selanjutnya

Penelitian selanjutnya dapat memperluas kajian dalam beberapa arah:

- a. Menggali lebih dalam model pendampingan pastoral holistik berbasis komunitas yang paling sesuai dengan karakter Gen-Z, termasuk bentuk-bentuk pendampingan yang lebih adaptif dengan pola komunikasi digital.
- b. Melakukan penelitian tindakan (action research) untuk menguji penerapan strategi penguatan RBH (misalnya melalui pelatihan pendamping, penjadwalan konsisten, dan sistem evaluasi), lalu menilai perubahan partisipasi dan dampaknya.
- c. Mengembangkan penelitian komparatif dengan komunitas pemuda gereja lain yang memiliki program serupa, agar ditemukan praktik baik (best practices) yang dapat direplikasi di konteks PPGT Klasik Nonongan Salu.
- d. Memperdalam integrasi antara pelayanan pastoral dan pendekatan psikososial secara operasional, karena fokus penelitian ini menekankan identifikasi layanan pastoral-psikososial dan efektivitasnya bagi dukungan emosional dan spiritual pemuda.