

**HIDUPKU TAK ADA GUNANYA**  
**“Pendampingan Pastoral Bagi Generasi Z yang Menjadi Pelaku  
Percobaan Bunuh Diri, dengan Pendekatan Terapi Rasional Emotif, di  
Gereja Toraja, Jemaat Perindingan, Klasis Sillanan”**



**TESIS**

**Diajukan Kepada Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Toraja sebagai salah  
satu syarat untuk memperoleh gelar Magister Teologi (M.Th.)**

**ROSALINA PINGKI DA`TE  
21010125**

**Konsentrasi Pastoral Konseling  
PROGRAM STUDI MAGISTER TEOLOGI**

**INSTITUT AGAMA KRISTEN NEGERI (IAKN) TORAJA  
2023**

**HIDUPKU TAK ADA GUNANYA**  
**“Pendampingan Pastoral Bagi Generasi Z yang Menjadi Pelaku**  
**Percobaan Bunuh Diri, dengan Pendekatan Terapi Rasional Emotif, di**  
**Gereja Toraja, Jemaat Perindingan, Klasis Sillanan”**

**TESIS**

**Diajukan Kepada Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Toraja sebagai salah**  
**satu syarat untuk memperoleh gelar Magister Teologi (M.Th.)**

**ROSALINA PINGKI DA`TE**  
**21010125**

**Konsentrasi Pastoral Konseling**  
**PROGRAM STUDI MAGISTER TEOLOGI**

**INSTITUT AGAMA KRISTEN NEGERI (IAKN) TORAJA**  
**2023**

## HALAMAN PERSETUJUAN

Judul : Hidupku Tak Ada Gunanya  
Sub Judul : Pendampingan Pastoral Bagi Generasi Z yang Menjadi  
Pelaku Percobaan Bunuh Diri, dengan Pendekatan Terapi  
Rasional Emotif, di Gereja Toraja, Jemaat Perindungan,  
Klasis Sillanan

Disusun oleh :

Nama : Rosalina Pingki Da`te  
NIRM : 21010125  
Konsentrasi : Pastoral Konseling  
Program Studi : Magister Teologi

Setelah dikonsultasi, dikoreksi, dan diperbaiki berdasarkan arahan dosen pembimbing, maka tesis ini disetujui untuk dipertahankan pada ujian tesis yang diselenggarakan oleh Program Studi Magister Teologi, Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Toraja.

Tana Toraja, 08 Desember 2023

Dosen Pembimbing

Pembimbing I,

Pembimbing II,

Dr. Yonatan Sumarto, M.Th  
NIP. 198212252009121005

Dr. Ismail Banne Riinggi`, M.Th  
NIP. 197103232009011003

## HALAMAN PENGESAHAN

Judul : Hidupku Tak Ada Gunanya  
Sub Judul : Pendampingan Pastoral Bagi Generasi Z yang Menjadi Pelaku Percobaan Bunuh Diri, dengan Pendekatan Terapi Rasional Emotif, di Gereja Toraja, Jemaat Perindungan, Klasis Sillanan

Disusun oleh :

Nama : Rosalina Pingki Da`te  
NIRM : 21010125  
Program Studi : Magister Teologi  
Konsentrasi : Pastoral Konseling

Dibimbing oleh:

I. Dr. Yonatan Sumarto, M.Th  
II. Dr. Ismail Banne Ringgi`, M.Th

Tesis ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Ujian Tesis Program Pascasarjana Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Toraja, pada tanggal 19 Desember 2023.

### Dewan Penguji

- |   |              |                                  |
|---|--------------|----------------------------------|
| 1 | Penguji 1    | (Naomi Sampe, Ph.D.)             |
| 2 | Penguji 2    | (Dr. Yosep Patandung, M.Pd)      |
| 3 | Pembimbing 1 | (Dr. Yonatan Sumarto, M.Th)      |
| 4 | Pembimbing 3 | (Dr. Ismail Banne Ringgi`, M.Th) |

### Panitia Ujian Tesis

Ketua,

Sekretaris,

**Dr. Yohanis Luni Tumanan, M.Th**

**Parli Sapata, S.PAK**

**Mengetahui**  
**Direktur Pascasarjana,**

**Dr. I Made Suardana, M.Th**  
**NIP. 197512122008011014**

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

### Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Rosalina Pingki Da`te  
NIRM : 21010125  
Program Studi : Teologi  
Konsentrasi : Pastoral Konseling  
Judul : Hidupku Tak Ada Gunanya  
Sub Judul : Pendampingan Pastoral Bagi Generasi Z yang Menjadi  
Pelaku Percobaan Bunuh Diri, dengan Pendekatan Terapi  
Rasional Emotif, di Gereja Toraja, Jemaat Perindungan,  
Klasis Sillanan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa tesis tersebut adalah merupakan hasil karya sendiri, kecuali kutipan-kutipan yang dengan jelas disebutkan sumber rujukannya. Apabila dikemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa tesis ini merupakan hasil saduran atau jiplakan dari karya orang lain, maka pihak kampus Iakn Toraja melalui rector, berhak untuk mencabut gelar dan ijazah yang telah diberikan kepada saya.

Tana Toraja, Desember 2023  
Yang Membuat Pernyataan

**Rosalina Pingki Da`te**  
**Nirm. 21010125**

## SURAT PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

### Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Rosalina Pingki Da`te  
NIRM : 21010125  
Program Studi : Teologi  
Konsentrasi : Pastoral Konseling

Dengan ini menyetujui untuk memberikan ijin kepada pihak IAKN Toraja yaitu **Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif** (*Non-exclusive Royalti-Free Right*) atas karya ilmiah tesis yang berjudul:  
Hidupku Tak Ada Gunanya: Pendampingan Pastoral Bagi Generasi Z yang Menjadi Pelaku Percobaan Bunuh Diri, dengan Pendekatan Terapi Rasional Emotif, di Gereja Toraja, Jemaat Perindungan, Klasis Sillanan.

Dengan ini pihak **IAKN Toraja** berhak menyimpan, mengelolaannya dalam pangkalan data (*database*), mendistribusikannya dan menampilkan atau mempublikasikan sebagian dari tesis ini (Bab 1 dan Bab 5) pada repository Perguruan Tinggi untuk kepentingan akademis dengan tetap mencantumkan nama sebagai penulis tesis ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya

Tana Toraja, Desember 2023  
Yang Membuat Pernyataan

Rosalina Pingki Da`te  
Nirm. 21010125

## PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI

Setelah melalui proses pengecekan dengan menggunakan aplikasi Turnitin, maka kami Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat (LP2M) IAKN Toraja dengan ini menerangkan bahwa tesis yang ditulis oleh:

Nama Penulis : Rosalina Pingki Da`te  
NIRM : 21010125  
Judul : Hidupku Tak Ada Gunanya  
Sub Judul : Pendampingan Pastoral Bagi Generasi Z yang Menjadi Pelaku Percobaan Bunuh Diri, dengan Pendekatan Terapi Rasional Emotif, di Gereja Toraja, Jemaat Perindungan, Klasis Sillanan  
Tanggal Periksa : 25 Desember 2023  
Similarity : 12%

Dinyatakan **MEMENUHI SYARAT** ambang batas toleransi  $\leq 20\%$ . Jika dikemudian hari ditemukan kekeliruan karena keterbatasan aplikasi, seperti adanya kesamaan dengan karya ilmiah lain yang lebih awal mendapatkan pengakuan sebagai hak cipta: misalnya: karya ilmiah tersebut belum terbit secara *online*, maka semua konsekuensi yang ditimbulkan menjadi tanggung jawab penulis tesis.

Demikian surat keterangan ini, untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Tana Toraja, 26 Desember 2023

Penulis Tesis

Ketua LP2M IAKN Toraja

Rosalina Pingki Da`te  
Nirm. 21010125

Dr. Frans Paillin Rumbi, M.Th  
NIP. 198302132009121005

## HALAMAN PERSEMBAHAN

*“Da naden tau untunaiko belanna mangurako, sangadinna la dadiko misa’ sangka’  
to ma’patongan, la diona buangan kada, la diona gau’, la diona pa’kaboro’, la diona  
kapatongan ba’tu kamaseroan.”*

*(1Timotius 4:12)*

Dalam perjalanan hidupmu yang muda, jangan biarkan siapapun meremehkan potensimu.

Jadilah cahaya yang memancar bagi mereka yang percaya, dengan kata-kata bijak yang memberi inspirasi, tindakan positif yang menunjukkan integritas, kasih sayang yang tulus, kesetiaan yang tak tergoyahkan, dan kesucian yang menjadikanmu kilauan harapan.

Setiap langkahmu adalah pesan untuk dunia bahwa kekuatan dan kebijaksanaan tidak hanya tergantung pada usia, melainkan pada kemauanmu untuk bersinar dalam segala hal yang baik.

Terima kasih kepada setiap individu luar biasa yang Tuhan hadirkan dalam kehidupan ini, yang terus memberikan dukungan dan motivasi selama penulis menjalani proses perkuliahan.

Biarlah kehadiran mereka membawa sukacita dan kemuliaan bagi nama Tuhan. Penulis berkomitmen untuk selalu mengandalkan Tuhan dalam setiap langkah kehidupan.

Tesis ini,

Penulis persembahkan untuk kedua orang tua tercinta serta saudara-saudariku dan semua pihak yang turut serta berpartisipasi, terima kasih atas doa, dukungan dan motivasi yang diberikan selama proses perkuliahan.



## HALAMAN MOTTO

*(Filipi 4:6)*

“Janganlah hendaknya kamu kuatir tentang apapun juga, tetapi nyatakanlah dalam segala hal keinginanmu kepada Allah dalam doa dan permohonan dengan ucapan syukur”

*Mimpi Adalah Benih Untuk Menanamkan Cita-Cita,*

*Mimpi Itu Gratis Karena Itu Milikilah Mimpi Yang Paling Tinggi*

Setiap langkah kecil menuju mimpi adalah prestasi besar.

Tidak masalah seberapa besar mimpi itu, yang terpenting adalah tekad dan usaha kita dalam mewujudkannya.

Jangan pernah ragu untuk melangkah maju, karena kebesaran mimpi tidak hanya terletak pada tingginya mimpi itu, tetapi pada upaya nyata yang kita

lakukan untuk mewujudkannya

(Oca`)

## ABSTRAK

Pendampingan pastoral merupakan hal yang tidak dapat dipisahkan dengan kehidupan jemaat, dimana dalam pendampingan pastoral seorang pelayan harus melakukan tugas dan tanggung jawabnya dengan baik. Itulah sebabnya, tujuan dari penelitian ini ialah untuk merumuskan dan mendeskripsikan pendampingan pastoral bagi generasi Z yang menjadi pelaku percobaan bunuh diri, dengan pendekatan terapi rasional emotif, di Gereja Toraja, Jemaat Perindungan, Klasis Sillanan.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh kekhawatiran penulis terhadap generasi Z yang terlibat dalam tindakan percobaan bunuh diri. Signifikansi dari penelitian ini adalah untuk memahami pendampingan pastoral bagi generasi Z yang melakukan dalam percobaan bunuh diri.

Metode penelitian yang penulis gunakan dalam penelitian ini adalah penelitian studi kasus dengan pendekatan kualitatif menggunakan metode penelitian deskriptif. Dalam konteks ini, penulis akan menerapkan studi kasus instrumental, di mana kasus-kasus dianalisis untuk mengklarifikasi pemahaman yang mendalam atau proses generalisasi dengan harapan hasil penelitian akan memberikan hasil yang maksimal.

Pada akhir tulisan ini, penulis menyimpulkan bahwa pendampingan pastoral bagi generasi Z perlu dimulai dengan pendekatan terbuka agar mereka dapat menyampaikan masalah mereka. Pelayan gereja harus aktif melakukan kunjungan rutin, memberikan bimbingan, dan membantu generasi Z yang mengalami kesulitan, khususnya yang terlibat dalam percobaan bunuh diri, untuk membantu mereka melepaskan diri dari masalah dan membuat keputusan yang sesuai dengan kehendak Tuhan.

**Kata Kunci:** Pendampingan Pastoral, Generasi Z, Bunuh Diri, Terapi Rasional Emotif

## ABSTRACT

*Pastoral care is something that cannot be separated from congregational life, where in pastoral care a minister must carry out his duties and responsibilities well. That is why, the aim of this research is to formulate and describe pastoral care for generation Z who are suicide attempters, using a rational emotive therapy approach, in the Toraja Church, Perindingan Congregation, Klasis Sillanan.*

*This study was motivated by the author's concern about generation Z who were involved in the act of attempted suicide. The significance of this study is to understand pastoral care for generation Z who commit suicide attempts.*

*The research method that the author uses in this study is case study research with a qualitative approach using descriptive research methods. In this context, the author will apply instrumental case studies, where cases are analysed to clarify deep understanding or generalization processes in the hope that the research results will provide maximum results.*

*At the end of this paper, the author concludes that pastoral care for generation Z needs to start with an open approach so that they can address their problems. Church ministers should actively make regular visits, provide guidance, and help generation Z who are experiencing difficulties, especially those involved in suicide attempts, to help them escape problems and make decisions that are in accordance with God's will.*

**Keywords:** *pastoral care, generation Z, suicide, emotive rational therapy*

## KATA PENGANTAR

*“Serahkanlah perbuatanmu kepada TUHAN, maka terlaksanalah segala rencanamu”  
(Amsal 16:3)*

Segala kemuliaan, hormat, pujian dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan yang Maha Esa, Sang Pemilik kehidupan ini, atas berkenaan-Nya yang memungkinkan penulis melanjutkan pendidikan dan menimba ilmu di Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Toraja. Dengan limpahan karunia dan kebajikan-Nya, penulis boleh sampai pada tahap penyusunan dan penyelesaian tesis ini.

Penulis mengangkat judul **“HIDUPKU TAK ADA GUNANYA: Pendampingan Pastoral Bagi Generasi Z yang Menjadi Pelaku Percobaan Bunuh Diri, dengan Pendekatan Terapi Rasional Emotif, di Gereja Toraja, Jemaat Perindungan, Klasis Sillanan”**. Tesis ini merupakan pemenuhan dan syarat bagi penulis dalam menyelesaikan studi dua (S2) di Program Studi Magister Teologi, dengan konsentrasi Pastoral Konseling di Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Toraja.

Dalam perjalanan dan perjuangan penulis, tidak terlepas dari doa, dukungan, dan semangat yang berasal dari berbagai pihak, yang menjadi alat Tuhan dalam menolong dan memberikan dukungan kepada penulis. Penulis khususnya ingin mengucapkan terima kasih kepada kedua orang tua, yaitu Alm. Bapak Lukas P dan Ibu Damaris B, yang dengan penuh kasih dan kesabaran

memberikan dukungan melalui doa, pengertian, motivasi, dan dukungan finansial dalam perjalanan pendidikan. Selain itu, penulis juga mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang Tuhan pakai untuk mendoakan dan mendukung penulis sepanjang proses studi hingga penyelesaian tesis ini. Dengan rasa hormat dan penuh kasih, penulis menyampaikan ucapan terima kasih ini kepada:

1. Pdt. Dr. Joni Tapingku, M.Th selaku Rektor di Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Toraja.
2. Dr. I Made Suardana, M.Th selaku Direktur Pascasarjana di Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Toraja.
3. Pdt. Dr. Yonatan Sumarto, S,Si, M.Th., selaku Dosen Pembimbing I yang telah banyak memberikan arahan dan bimbingan dalam penyusunan tesis.
4. Pdt. Dr. Ismail Banne Ringgi, M.Th, selaku Dosen pembimbing II yang telah mengarahkan dan membimbing serta memberikan masukan selama penulis menyelesaikan tesis.
5. Ibu Naomi Sampe, Ph.D., dan Bapak Dr. Yosep Patandung, M.Pd selaku Dosen Penguji yang juga telah memberikan saran dan masukan dalam penulisan tesis ini.
6. Pdt. Aprilianto Tamma, M.Th, yang telah merekomendasikan judul tesis.

7. Segenap staf Pascasarjana yang telah mendukung dan memfasilitasi kami sebagai mahasiswa selama menempuh pendidikan di Pascasarjana IAKN Toraja.
8. Segenap civitas akademik pascasarjana IAKN Toraja, yang telah mendukung, mengarahkan penulis selama penulis menempuh pendidikan.
9. Majelis Gereja dan warga jemaat Gereja Toraja Jemaat Perindungan, Klasis Sillanan yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk melaksanakan penelitian tesis.
10. Petrus Panu', Yohana Naba', Fridayani Yulita Da'te, Delviana Srianti Da'te, Haryanto (Tonglo), Topan dan Lesing sebagai saudara dan seluruh rumpun keluarga penulis yang telah memberikan doa, semangat dan motivasi kepada penulis dalam melanjutkan pendidikan S2 di IAKN Toraja.
11. Teman seperjuangan keluarga cemara: Pdt. Elvin L. Satian, S.Th; Pdt. Berthi Liku Simba', M.Th; Hendra Mangguali, M.Th; Lindra Patandung, M.Th; Firdaus Batara Goa, M.Th; Irmayanti Yusak, M.Th; Degustin Pareang, M.Th; Pdt. Daud Patana, M.Th; Pdt. Cristian Harnald, M.Th; Nikita Dwi Nuviani Ruffia, M.Th; Desianti Daun Allo, S.Th; Irmawati, S.Pd, M.Th; Deanne Tombi Alexander, S.Pd yang terus berbagi canda-tawa, mendukung dan mendoakan penulis dalam penulisan ini.
12. Stefanus Sapri, M.Th; Dodi Parayo, M.Th; Risky Rannu, S.Ag, M.Th; dan Linda Resky E.P Gatti, M.Th., selaku saudara/i penulis yang selalu mendukung, memotivasi, dan menjadi sahabat yang menaruh kasih setiap

waktu, menjadi saudara dalam kesukaran, selama penulis menempuh pendidikan di Pascasarjana IAKN Toraja.

13. Awan sebagai sahabat dan saudara yang selalu membantu dan memotivasi penulis selama proses perkuliahan sampai pada penulisan tesis.
14. Geby Vastika Rombe Bunga, S.Th, Lorinsa Ampulembang, S.Th, Elsy, S.Th dan Safril Pangingi` sebagai sahabat sekaligus saudara/i yang selalu memberikan semangat dan motivasi kepada penulis selama proses perkuliahan.
15. Semua pihak yang telah membantu penulis baik dari segi moral, tenaga maupun materi. Kiranya semua bantuan yang telah diberikan dalam bentuk apapun, akan menjadi dorongan kepada penulis untuk terus belajar dan mengucapkan syukur kepada Tuhan atas orang-orang baik yang dihadirkan dalam kehidupan penulis.

Semoga ketulusan dan kebaikan yang telah diberikan kepada penulis menjadi berkat bagi semua. Penulis menyadari bahwa penyusunan tesis ini jauh dari sempurna, namun penulis akan terus belajar dan belajar. Oleh karena itu penulis berharap saran dan kritik yang membangun dari pembaca.

Akhir kata, penulis mengharapkan semoga karya ini dapat memberikan manfaat bagi setiap orang yang membacanya. Amin

Tana Toraja, Desember 2023

Penulis

## DAFTAR ISI

SAMPUL	
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN KEASLIAN TULISAN.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	v
PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME.....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vii
HALAMAN MOTTO.....	viii
ABSTRAK.....	ix
ABSTRACT.....	x
KATA PENGANTAR.....	xi
DAFTAR ISI.....	xv
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Fokus Masalah.....	11
C. Rumusan Masalah.....	11
D. Tujuan Penelitian.....	11
E. Manfaat Penelitian.....	12
F. Sistematika Penulisan.....	13
<b>BAB II KAJIAN TEORI.....</b>	<b>14</b>
A. Pendampingan Pastoral.....	14
1. Pengertian Pendampingan Pastoral.....	14
2. Pendampingan Pastoral Dalam Jemaat.....	18
3. Pentingnya Pendampingan Pastoral.....	21
4. Fungsi Pendampingan Pastoral.....	24
B. Generasi Z.....	29
1. Pengertian Generasi Z.....	29
2. Karakteristik Generasi Z.....	31
C. Bunuh Diri.....	32



1. Pengertian Bunuh Diri .....	32
2. Penyebab Bunuh Diri .....	34
3. Karakteristik Pelaku Bunuh Diri .....	37
4. Tipe Bunuh Diri.....	39
5. Upaya Pencegahan Bunuh Diri.....	43
6. Membantu Klien Yang Melakukan Upaya Percobaan Bunuh Diri .	46
D. Terapi Rasional Emotif.....	49
1. Pengertian Terapi Rasional Emotif.....	49
2. Tujuan Terapi Rasional Emotif .....	55
3. Pelaksanaan Terapi Rasional Emotif.....	61
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>66</b>
A. Jenis Penelitian .....	66
1. Studi Kasus Intrinsik .....	67
2. Studi Kasus Instrumental .....	67
3. Studi Kasus Kolektif .....	67
B. Tempat Penelitian .....	68
C. Informan.....	68
D. Jenis Data.....	69
E. Teknik Pengumpulan Data.....	69
1. Studi Pustaka.....	70
2. Studi Lapangan .....	70
F. Teknik Analisis Data.....	71
1. Reduksi.....	72
2. Penyajian Data.....	72
3. Interpretasi Data .....	73
4. Aksi .....	73
5. Penarikan Kesimpulan.....	73
G. Jadwal Penelitian.....	74
<b>BAB IV TEMUAN PENELITIAN DAN ANALISIS .....</b>	<b>75</b>
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian.....	75
B. Deskripsi Subjek.....	76
C. Deskripsi Hasil Penelitian Dan Analisis.....	77

1. Pemahaman mengenai pendampingan pastoral.....	77
2. Fungsi Pendampingan Pastoral serta yang bertugas memberikan Pendampingan bagi Jemaat.....	81
3. Pemahaman mengenai Gen Z.....	86
4. Pemahaman mengenai bunuh diri.....	89
5. Gen Z dominan melakukan percobaan bunuh diri .....	91
6. Pemahaman mengenai terapi rasional emotif .....	95
7. Pendampingan pastoral bagi generasi Z yang melakukan percobaan bunuh diri dengan terapi rasional emotif .....	97
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>100</b>
A. Kesimpulan.....	100
B. Saran .....	101
Daftar Pustaka .....	104
Lampiran	
Curriculum Vitae	

