

PENGARUH DUKUNGAN REKAN SEPELAYANAN TERHADAP *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* PADA PENGURUS PERSEKUTUAN NAPOSOBULUNG HKBP DISTRIK X MEDAN-ACEH

Emma Goldameir Simamora¹, Karina M. Brahmana²

¹Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas HKBP Nommensen Medan, Indonesia

²Psikologi, Fakultas Psikologi, Universitas HKBP Nommensen Medan, Indonesia

Corresponden E-mail First Author; mertaniat.gulo@student.uhn.ac.id

INFO ARTIKEL	ABSTRAK
Diterima: 02 Februari 2026 Direvisi: 21 Februari 2026 Disetujui: 14 Maret 2026 Tersedia Daring: 30 April 2026 <i>Kata Kunci:</i> <i>dukungan rekan sepeayanan,</i> <i>psychological well-being,</i> <i>pengurus persekutuan</i> <i>pemuda, dukungan sosial,</i> <i>gereja HKBP.</i>	Masa pemuda merupakan periode perkembangan yang rawan tekanan psikologis, termasuk bagi pemuda gereja yang aktif menjalankan tugas pelayanan. Tingginya tuntutan pelayanan, tanggung jawab moral dan spiritual, serta dinamika relasi antarindividu berpotensi menimbulkan stres, kelelahan emosional, dan menurunnya kesejahteraan psikologis (<i>psychological well-being</i>) pengurus persekutuan pemuda. Dalam konteks tersebut, dukungan sosial dari rekan sepeayanan diduga berperan sebagai faktor pelindung yang dapat menunjang kesejahteraan psikologis individu. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan menganalisis pengaruh dukungan rekan sepeayanan terhadap <i>psychological well-being</i> pada pengurus Persekutuan Naposobulung HKBP Distrik X Medan-Aceh. Hipotesis penelitian ini menyatakan terdapat pengaruh positif dan signifikan dukungan rekan sepeayanan terhadap <i>psychological well-being</i> pengurus Persekutuan Naposobulung diterima. Penelitian ini memberikan kontribusi dalam memperkaya pemahaman mengenai peran dukungan sosial dalam konteks pelayanan keagamaan pemuda, sekaligus menjadi dasar bagi gereja dan pengurus persekutuan dalam merancang program pembinaan yang lebih efektif, khususnya untuk memperkuat aspek dukungan penilaian dan dimensi otonomi pengurus.
ABSTRACT	ABSTRACT
Keywords: <i>Peer Ministry Support;</i> <i>Psychological Well-Being;</i> <i>Youth Fellowship;</i> <i>Administrators; Social Support;</i> <i>HKBP Church</i>	Youth is a developmental period that is vulnerable to psychological stress, including among church youth who are actively involved in ministry activities. High ministry demands, moral and spiritual responsibilities, as well as interpersonal relationship dynamics may potentially lead to stress, emotional exhaustion, and decreased psychological well-being among youth fellowship administrators. In this context, social support from fellow ministry members is presumed to serve as a protective factor that can promote individuals' psychological well-being. This study aims to determine and analyze the effect of peer ministry support on the psychological well-being of the administrators of the Naposobulung Fellowship of the HKBP Medan-Aceh District X. The research hypothesis, which states that there is a positive and significant effect of peer ministry support on the psychological well-being of Naposobulung Fellowship administrators, is accepted. This study contributes to enriching the understanding of the role of social support within the context of youth religious ministry and provides a basis for churches and fellowship administrators to design more effective development programs, particularly those aimed at strengthening evaluative support and the autonomy dimension of administrators.

1. Pendahuluan

Masa pemuda merupakan salah satu tahap perkembangan yang ditandai oleh berbagai tuntutan psikologis, sosial, dan emosional. Pada tahap ini, individu berada dalam proses menuju kedewasaan yang melibatkan pencarian identitas, penyesuaian terhadap peran sosial, pengambilan keputusan, serta tuntutan akademik dan pekerjaan. Berbagai tuntutan tersebut dapat meningkatkan kerentanan pemuda terhadap stres, kecemasan, dan ketidakstabilan emosi apabila tidak disertai dengan kondisi psikologis dan dukungan sosial yang memadai (White et al., 2022).

Kondisi psikologis yang positif pada pemuda dapat dipahami melalui konsep *psychological well-being*. *psychological well-being* menggambarkan kondisi keberfungsian psikologis yang optimal, yang tidak hanya ditandai oleh ketiadaan gangguan psikologis, tetapi juga kemampuan individu untuk menerima dirinya, membangun hubungan positif dengan orang lain, memiliki kemandirian, mengelola lingkungan, memiliki tujuan hidup, serta mengembangkan potensi diri. Ryff (1989) mengemukakan enam dimensi *psychological well-being*, yaitu self-acceptance, positive relations with others, autonomy, environmental mastery, purpose in life, dan personal growth. Dengan demikian, *psychological well-being* menjadi salah satu aspek penting dalam mendukung kemampuan individu menghadapi tuntutan kehidupan secara adaptif.

Psychological well-being menjadi semakin penting dalam konteks pemuda yang terlibat aktif dalam pelayanan gereja. Keterlibatan dalam pelayanan tidak hanya memberikan pengalaman spiritual dan sosial, tetapi juga menuntut adanya komitmen, tanggung jawab, kemampuan bekerja sama, pengambilan keputusan, serta pengelolaan berbagai kegiatan pelayanan. Pengurus Persekutuan Naposobulung Huria Kristen Batak Protestan (HKBP) merupakan salah satu kelompok pemuda yang memiliki peran aktif dalam kehidupan gereja. Naposobulung menjadi wadah bagi pemuda untuk membangun persekutuan, meningkatkan kehidupan iman, mengembangkan potensi, serta terlibat dalam berbagai kegiatan pelayanan gerejawi dan sosial. Pengurus tidak hanya berperan sebagai anggota, tetapi juga terlibat dalam perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi kegiatan pelayanan.

Berbagai tanggung jawab tersebut dapat menjadi sumber tekanan apabila tidak diimbangi dengan dukungan yang memadai. Pengurus dapat menghadapi tuntutan dalam pembagian tugas, pelaksanaan program, pengambilan keputusan, penyelesaian konflik, maupun penyesuaian antara tanggung jawab pelayanan dengan kehidupan akademik, pekerjaan, dan kehidupan pribadi. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa keterlibatan aktif dalam pelayanan gereja tidak secara otomatis menjamin tercapainya *psychological well-being*. Dukungan sosial yang diperoleh dari lingkungan pelayanan, khususnya dari rekan sepelayanan, menjadi salah satu faktor yang berpotensi membantu individu dalam menghadapi berbagai tekanan tersebut.

Dukungan rekan sepelayanan merupakan bentuk dukungan sosial yang diberikan oleh individu-individu yang memiliki aktivitas, tujuan, dan pengalaman pelayanan yang sama. Dukungan tersebut dapat berupa dukungan emosional, instrumental, informasional, dan penghargaan. Dukungan emosional ditunjukkan melalui perhatian, empati, dan kepedulian; dukungan instrumental melalui bantuan nyata dalam menjalankan tugas; dukungan informasional melalui pemberian saran dan arahan; sedangkan dukungan penghargaan melalui pemberian umpan balik, pengakuan, dan validasi terhadap kemampuan individu (House, 1981). Dalam lingkungan Persekutuan Naposobulung, dukungan tersebut dapat diwujudkan melalui kerja sama dalam pelayanan, saling memberikan penguatan, membantu ketika menghadapi kesulitan, serta memberikan masukan terhadap pelaksanaan tugas.

Dukungan rekan sepelayanan memiliki arti penting karena hubungan yang terbentuk didasarkan pada kesamaan pengalaman, tujuan, serta tanggung jawab dalam pelayanan. Keberadaan rekan yang memberikan perhatian, penerimaan, bantuan, dan penghargaan dapat membantu individu merasa aman, dihargai, dan memiliki keterikatan dengan kelompok. Dukungan sosial juga dapat berperan sebagai faktor protektif dalam menghadapi tekanan sehingga membantu individu mempertahankan kondisi psikologis yang lebih positif. Dalam konteks *psychological well-being*, dukungan dari rekan sepelayanan secara teoritis relevan dengan terbentuknya hubungan positif dengan orang lain, pertumbuhan pribadi, penerimaan diri, serta kemampuan individu menjalankan perannya secara lebih adaptif.

Gambaran mengenai pentingnya dukungan rekan sepelayanan juga terlihat dari hasil wawancara awal yang dilakukan peneliti. Salah satu partisipan menyampaikan bahwa dirinya merasa diterima dan nyaman dalam kegiatan Naposobulung serta memperoleh dorongan dari teman-teman untuk menjadi lebih percaya diri dalam mengambil keputusan dan menyampaikan pendapat. Partisipan juga merasa memperoleh rasa aman ketika menghadapi masalah karena rekan-rekan sepelayanan memberikan perhatian dan kepedulian. Pengalaman tersebut menunjukkan adanya dukungan emosional dan penghargaan yang dapat membantu terbentuknya rasa percaya diri serta perasaan memiliki terhadap komunitas pelayanan.

Wawancara dengan partisipan lainnya juga menunjukkan bahwa rekan sepelayanan memberikan bantuan ketika menghadapi kesulitan dalam menjalankan tugas pelayanan. Partisipan yang merupakan anggota baru dalam kepanitiaan merasa terbantu melalui arahan, bantuan, dan umpan balik dari rekan-rekannya. Koreksi yang diberikan tidak hanya berupa teguran, tetapi juga disertai arahan sehingga partisipan dapat belajar dari kesalahan dan meningkatkan kemampuannya. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa dukungan instrumental dan informasional dari rekan sepelayanan dapat membantu proses adaptasi, meningkatkan kompetensi, serta membangun rasa percaya diri dan rasa memiliki terhadap kelompok.

Temuan awal tersebut sejalan dengan penelitian terdahulu yang menunjukkan adanya hubungan antara dukungan sosial dan *psychological well-being*. Penelitian Alza, Armalita, dan Puspasari (2021) menemukan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan *psychological well-being* pada mahasiswa. Penelitian Guo et al.

(2022) juga menunjukkan adanya hubungan kausal antara dukungan sosial dan *psychological well-being* pada mahasiswa. Meskipun demikian, penelitian terdahulu lebih banyak dilakukan pada konteks pendidikan dan komunitas umum, sementara penelitian yang secara khusus mengkaji dukungan rekan sepelayanan terhadap *psychological well-being* pada pengurus persekutuan pemuda gereja masih terbatas.

Keterbatasan penelitian pada konteks pelayanan pemuda gereja menunjukkan adanya research gap yang perlu dikaji lebih lanjut. Konteks pelayanan gereja memiliki karakteristik tersendiri karena tidak hanya melibatkan hubungan sosial dan organisasi, tetapi juga nilai-nilai spiritual, kebersamaan, tanggung jawab moral, dan tujuan pelayanan. Oleh karena itu, hubungan antara dukungan rekan sepelayanan dan *psychological well-being* perlu diteliti secara lebih spesifik pada pengurus Persekutuan Naposobulung HKBP Distrik X Medan–Aceh. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman empiris mengenai sejauh mana dukungan yang diberikan oleh rekan sepelayanan berkontribusi terhadap kesejahteraan psikologis pengurus.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan menganalisis pengaruh dukungan rekan sepelayanan terhadap *psychological well-being* pada pengurus Persekutuan Naposobulung HKBP Distrik X Medan–Aceh. Penelitian ini mengajukan hipotesis bahwa terdapat pengaruh positif dan signifikan dukungan rekan sepelayanan terhadap *psychological well-being* pada pengurus Persekutuan Naposobulung HKBP Distrik X Medan–Aceh. Dengan demikian, semakin tinggi dukungan yang diterima dari rekan sepelayanan, semakin tinggi pula *psychological well-being* yang dimiliki oleh pengurus. Rumusan hipotesis tersebut sesuai dengan kerangka konseptual penelitian yang menempatkan dukungan rekan sepelayanan sebagai variabel bebas dan *psychological well-being* sebagai variabel terikat.

2. Metode

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan tujuan untuk mengetahui dan menganalisis pengaruh dukungan rekan sepelayanan terhadap *psychological well-being* pada pengurus Persekutuan Naposobulung HKBP Distrik X Medan-Aceh. Penelitian menempatkan dukungan rekan sepelayanan sebagai variabel independen (X) dan *psychological well-being* sebagai variabel dependen (Y).

Subjek penelitian adalah pengurus Persekutuan Naposobulung HKBP Distrik X Medan-Aceh. Pengumpulan data dilakukan menggunakan skala penelitian yang disusun berdasarkan indikator masing-masing variabel. Dukungan rekan sepelayanan diukur berdasarkan empat bentuk dukungan sosial, yaitu dukungan emosional, instrumental, informasional, dan penilaian (appraisal support) yang mengacu pada House (1981). Sementara itu, *psychological well-being* diukur berdasarkan enam dimensi Ryff (1989), yaitu self-acceptance, positive relations with others, autonomy, environmental mastery, purpose in life, dan personal growth. Instrumen disesuaikan dengan karakteristik pengurus Persekutuan Naposobulung.

Penelitian ini dilakukan terhadap pengurus aktif persekutuan naposobulung HKBP Distrik X Medan Aceh. Penelitian ini diselenggarakan pada periode 2 Juli hingga 20 Agustus 2026 dengan menerapkan metode pengumpulan data melalui instrumen kuesioner secara daring. Skala pengukuran tersebut didistribusikan kepada 70

responden pengurus yang telah memenuhi kriteria yang ditetapkan. Setelah proses pengumpulan data selesai, peneliti selanjutnya melakukan prosedur analisis data. Namun, sebelum analisis dilakukan, peneliti terlebih dahulu mengidentifikasi karakteristik subjek berdasarkan usia dan jenis kelamin.

Data penelitian dianalisis secara kuantitatif menggunakan analisis statistik. Analisis dilakukan untuk mengetahui hubungan dan pengaruh variabel dukungan rekan sepeleayanan terhadap *psychological well-being*. Pengujian hipotesis dilakukan dengan analisis regresi linear sederhana dan uji t. Hipotesis penelitian menyatakan bahwa terdapat pengaruh positif dan signifikan dukungan rekan sepeleayanan terhadap *psychological well-being* pada pengurus Persekutuan Naposobulung HKBP Distrik X Medan-Aceh.

3. Hasil dan Pembahasan

Populasi melibatkan pengurus aktif Persekutuan Naposobulung HKBP Distrik X Medan Aceh. Data mengenai karakteristik demografis partisipan, yang mencakup usia dan jenis kelamin, dikumpulkan melalui instrumen skala yang didistribusikan secara daring. Tahapan analisis data selanjutnya meliputi pengujian asumsi dasar, yakni uji normalitas dan uji linearitas, serta pengujian hipotesis terkait variabel dukungan rekan sepeleayanan dan kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*).

Tabel 1. Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Usia

Kategori Usia	Frekuensi	Persentase
≤ 20 tahun	13	18.6%
21 – 25 tahun	38	54.3%
26 – 30 tahun	18	25.7%
> 30 tahun	1	1.4%
Total	70	100.0%
Usia Minimum	16	
Usia Maksimum	33	
Rata-rata Usia	23.51428571	

Berdasarkan karakteristik demografi usia, distribusi responden didominasi oleh kelompok usia 21–25 tahun (54,3%), diikuti oleh rentang usia 26–30 tahun (25,7%), serta kelompok usia termuda yakni ≤20 tahun (18,6%) sementara hanya satu responden (1,4%) yang berusia di atas 30 tahun. Dominasi kelompok usia 21–25 tahun ini sejalan dengan karakteristik populasi naposobulung yang secara umum diperuntukkan bagi kalangan remaja akhir hingga dewasa muda, sehingga temuan yang mengindikasikan bahwa mayoritas responden (73%) berada pada rentang usia 21–30 tahun merepresentasikan keselarasan antara sampel penelitian dengan populasi sasaran. Rentang usia ini juga relevan dengan variabel penelitian, mengingat usia dewasa muda umumnya berada pada tahap perkembangan psikososial yang menekankan pentingnya relasi dan dukungan sosial bermakna, termasuk dari rekan-rekan dalam lingkungan pelayanan.

Tabel 2. Gambaran Subjek Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase
Laki-laki	33	47.1%
Perempuan	37	52.9%
Total	70	100.0%

Berdasarkan hasil olah data karakteristik responden, ditemukan bahwa komposisi jenis kelamin pengurus Persekutuan Naposobulung Distrik X Medan Aceh relatif berimbang, dengan responden perempuan sedikit lebih banyak (52,9%) dibandingkan laki-laki (47,1%), sehingga selisihnya tidak terlalu signifikan dan menunjukkan bahwa keterlibatan dalam kepengurusan tidak didominasi oleh salah satu jenis kelamin tertentu. Kondisi ini penting karena berarti hasil penelitian mengenai dukungan rekan sepelayanan dan *psychological well-being* cukup representatif untuk menggambarkan pengurus secara umum, bukan hanya mencerminkan perspektif satu kelompok gender.

Uji Normalitas

Pengujian normalitas diaplikasikan guna memverifikasi apakah data residual dari model regresi terdistribusi secara normal, dengan mengadopsi metode One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test. Kriteria penerimaan distribusi normal mensyaratkan bahwa data harus memiliki probabilitas signifikansi (p-value) yang melampaui ambang batas 0,05.

Tabel 3. Uji Normalitas

Statistik	Nilai
N	70
Mean Residual	0,000
Std. Deviation Residual	6,427
Statistik D (Kolmogorov-Smirnov)	0,115
Asymp. Sig. (2-tailed)	0,293

Berdasarkan pemaparan pada Tabel 3, hasil pengujian menunjukkan nilai statistik sebesar 0,115 dengan probabilitas signifikansi mencapai 0,293. Mengingat nilai signifikansi tersebut lebih besar dari batas kritis 0,05 ($0,293 > 0,05$), maka dapat ditarik kesimpulan bahwa data residual dalam penelitian ini berdistribusi normal. Kondisi ini mengindikasikan bahwa prasyarat asumsi normalitas yang diperlukan untuk pelaksanaan analisis regresi telah terpenuhi secara memadai.

Uji Linearitas

Tabel 4. Uji Linearitas (ANOVA Table)

Sumber Varians	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Antar Kelompok (Combined)	10475,438	38	-	-	-
Linearity	9226,029	1	9226,029	178,628	0,000
Deviation from Linearity	1249,409	37	33,768	0,654	0,892
Dalam Kelompok (Residual)	1601,133	31	51,649	-	-
Total	12076,571	69	-	-	-

Merujuk pada data yang disajikan dalam Tabel 4, hasil pengujian memperlihatkan bahwa indikator Deviation from Linearity memiliki nilai signifikansi sebesar 0,892 ($F = 0,654$). Oleh karena perolehan nilai signifikansi tersebut berada di atas ambang batas standar yaitu 0,05 ($0,892 > 0,05$), dapat disimpulkan bahwa hubungan antara variabel Dukungan Rekan Sepelayanan dan *psychological well-being* bersifat linier. Temuan ini secara langsung mengonfirmasi bahwa prasyarat asumsi linearitas yang diperlukan untuk analisis regresi telah terpenuhi dengan baik. Lebih lanjut, indikator Linearity memperoleh nilai signifikansi sebesar 0,000 ($< 0,05$), yang memberikan penegasan secara empiris bahwa komponen linier dalam hubungan kedua variabel tersebut adalah signifikan.

Uji Hipotesis

Proses pengujian hipotesis menggunakan prosedur analisis regresi linier sederhana. Pendekatan statistik tersebut diterapkan untuk mengidentifikasi sekaligus mengukur tingkat signifikansi pengaruh variabel Dukungan Rekan Sepelayanan (X) terhadap *psychological well-being* (Y) di kalangan pengurus Persekutuan Naposobulung Distrik X Medan Aceh.

Tabel 5. Hasil Analisis Regresi Linier Sederhana

Variabel	Koefisien (B)	Std. Error	t hitung	Sig.
Konstanta	15,729	3,928	4,005	0,000
Dukungan Rekan Sepelayanan (X)	0,714	0,048	14,835	0,000

Berdasarkan Tabel 5, diperoleh persamaan garis regresi sebagai berikut:

$$Y = 15,729 + 0,714X$$

Hasil pembentukan persamaan regresi menunjukkan nilai konstanta sebesar 15,729. Nilai ini merepresentasikan estimasi skor *psychological well-being* apabila variabel Dukungan Rekan Sepelayanan dikondisikan pada nilai nol. Lebih lanjut, koefisien arah regresi untuk variabel independen (X) bernilai positif, yakni sebesar 0,714. Interpretasi dari koefisien tersebut adalah bahwa setiap penambahan satu unit pada variabel Dukungan Rekan Sepelayanan akan berimplikasi pada eskalasi skor *psychological well-being* sebesar 0,714 unit, dengan postulat bahwa variabel-variabel lain diasumsikan tetap (*ceteris paribus*).

Guna mengevaluasi signifikansi dari pengaruh tersebut, pengujian secara parsial (uji t) diaplikasikan dengan formulasi hipotesis statistik sebagai berikut: H_0 mengasumsikan ketiadaan pengaruh yang signifikan dari Dukungan Rekan Sepelayanan terhadap *psychological well-being*; sementara H_a mengasumsikan eksistensi pengaruh yang signifikan dari Dukungan Rekan Sepelayanan terhadap *psychological well-being*. Berpijak pada luaran analisis yang tersaji pada Tabel 4.9, tercatat nilai t-hitung sebesar 14,835. Nilai empiris ini selanjutnya dikomparasikan terhadap nilai t-tabel yang berada pada angka 1,995 (dengan derajat kebebasan/df = 68 dan taraf signifikansi/ $\alpha = 5\%$), disertai dengan perolehan nilai signifikansi (p-value) sebesar 0,000. Dikarenakan nilai t-hitung secara statistik terbukti melampaui t-tabel ($14,835 > 1,995$) serta nilai probabilitas signifikansi berada di bawah batas toleransi kesalahan ($0,000 < 0,05$), maka landasan keputusan yang diambil adalah menolak H_0 dan menerima H_a . Secara empiris, hal ini mengonfirmasi simpulan bahwa variabel Dukungan Rekan Sepelayanan memiliki pengaruh yang positif

dan signifikan secara statistik terhadap *psychological well-being* pada populasi pengurus Persekutuan Naposobulung Distrik X Medan Aceh.

Tabel 6. Hasil Uji F (ANOVA Regresi)

Sumber	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Regresi	9226,029	1	9226,029	220,088	0,000
Residual	2850,542	68	41,920	-	-
Total	12076,571	69	-	-	-

Merujuk pada Tabel 6, hasil pengujian statistik menunjukkan nilai F hitung sebesar 220,088 dan nilai F tabel ($df_1 = 1$, $df_2 = 68$, $\alpha = 5\%$) sebesar 3,982, dengan tingkat signifikansi sebesar 0,000. Dikarenakan nilai F hitung lebih besar daripada F tabel ($220,088 > 3,982$) serta tingkat signifikansi lebih kecil dari 0,05, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa model regresi yang diaplikasikan telah memenuhi kriteria kelayakan (goodness of fit) sehingga tepat digunakan untuk memprediksi variabel *psychological well-being*.

Tabel 7. Hasil Uji Koefisien Determinasi

R	R Square	Adjusted R Square
0,874	0,764	0,760

Merujuk pada data dalam Tabel 7, diperoleh koefisien korelasi (R) sebesar 0,874, yang mengindikasikan adanya korelasi yang sangat kuat antara variabel Dukungan Rekan Sepelayanan dan *psychological well-being*. Lebih lanjut, nilai koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,764 merepresentasikan bahwa 76,4% varians pada *psychological well-being* dapat dijelaskan oleh variabel Dukungan Rekan Sepelayanan. Sementara itu, sisa varians sebesar 23,6% merupakan kontribusi dari faktor-faktor eksternal yang tidak diakomodasi dalam model penelitian ini, seperti tingkat spiritualitas, dukungan keluarga, intensitas beban pelayanan, maupun karakteristik kepribadian.

Berpijak pada akumulasi hasil pengujian hipotesis tersebut, dapat ditarik kesimpulan bahwa hipotesis penelitian ini diterima. Secara empiris, hal ini membuktikan bahwa terdapat pengaruh yang positif dan signifikan dari Dukungan Rekan Sepelayanan terhadap *psychological well-being* pada pengurus Persekutuan Naposobulung Distrik X Medan Aceh.

PEMBAHASAN

Penelitian ini diselenggarakan dengan tujuan untuk menginvestigasi dampak dukungan rekan sepelayanan terhadap *psychological well-being* para pengurus Persekutuan Naposobulung HKBP Distrik X Medan-Aceh. Berdasarkan hasil analisis data, teridentifikasi bahwa dukungan rekan sepelayanan memberikan pengaruh yang positif dan signifikan terhadap *psychological well-being*. Temuan ini mengimplikasikan bahwa peningkatan kualitas dukungan yang diperoleh dari rekan sepelayanan berbanding lurus dengan peningkatan kesejahteraan psikologis pengurus, baik dalam menjalankan kehidupan sehari-hari maupun dalam mengemban tanggung jawab pelayanan.

Lebih lanjut, temuan tersebut merepresentasikan bahwa eksistensi rekan sepelayanan melampaui fungsi pragmatis sebagai instrumen penyelesai tugas-tugas

organisasional, melainkan juga bertindak sebagai sumber dukungan psikologis yang krusial bagi pengurus. Dalam dinamika pelayanan, pengurus kerap kali dihadapkan pada beragam tuntutan, meliputi pendelegasian tugas, perancangan program, pengambilan keputusan, resolusi konflik, hingga upaya harmonisasi antara komitmen pelayanan dengan kewajiban akademik, profesional, dan personal. Kehadiran rekan yang memberikan atensi, asistensi, arahan, serta apresiasi terbukti esensial dalam memfasilitasi pengurus untuk mengelola berbagai tuntutan tersebut secara lebih adaptif dan optimal.

Secara statistik, pengujian hipotesis mengonfirmasi pengaruh positif dan signifikan dari dukungan rekan sepelayanan terhadap *psychological well-being* pengurus Persekutuan Naposobulung Distrik X Medan–Aceh. Hal ini dibuktikan melalui perolehan nilai t hitung sebesar 14,835 (lebih besar dari t tabel = 1,995) dan nilai signifikansi 0,000 ($p < 0,05$), dengan model persamaan regresi linier $Y = 15,729 + 0,714X$. Koefisien regresi bernilai positif tersebut menegaskan bahwa eskalasi dukungan yang dipersepsikan dari rekan sepelayanan secara langsung memprediksi peningkatan *psychological well-being* yang dimiliki individu. Selain itu, uji koefisien determinasi (R^2) menghasilkan nilai 0,764, yang bermakna bahwa variabel dukungan rekan sepelayanan memiliki kapasitas untuk menjelaskan 76,4% varians dari *psychological well-being* pengurus—sebuah kontribusi prediktif yang diklasifikasikan sangat substansial untuk model penelitian dengan prediktor tunggal. Proporsi varians residual sebesar 23,6% dipengaruhi oleh variabel-variabel eksternal di luar batasan model penelitian ini, seperti tingkat spiritualitas personal, kapasitas dukungan keluarga, beban akademik atau pekerjaan, serta disposisi kepribadian individu yang tidak turut dieksplorasi. Temuan kuantitatif dalam penelitian ini sejalan dengan teori dukungan sosial yang dikemukakan oleh House (1981), di mana individu yang secara konsisten menerima dukungan sosial dari lingkungannya cenderung memiliki kapasitas psikologis yang lebih mumpuni dalam mengelola tekanan serta tuntutan peran. Lebih lanjut, hasil ini turut mengafirmasi perspektif Ryff (1995) yang menempatkan relasi sosial yang positif sebagai salah satu dimensi fundamental penyusun kesejahteraan psikologis, berdampingan dengan penerimaan diri, otonomi, penguasaan lingkungan, tujuan hidup, serta pertumbuhan pribadi. Dengan demikian, studi ini mengonfirmasi bahwa dukungan sosial dari rekan sepelayanan berkedudukan sebagai determinan krusial, bukan sekadar elemen suplemen, dalam memfasilitasi dan meningkatkan kesejahteraan psikologis para pengurus organisasi kepemudaan.

Eksplorasi lebih lanjut terhadap hasil penelitian mengindikasikan bahwa dukungan rekan sepelayanan bermanifestasi ke dalam beberapa dimensi utama. Pertama, dukungan emosional yang memfasilitasi terciptanya rasa aman, afeksi, dan penerimaan, sekaligus menyediakan ruang bagi pengurus untuk mengekspresikan kondisi psikis maupun problematika yang tengah dihadapi. Kedua, dukungan instrumental yang berimplikasi pada pemberian bantuan praktis dan nyata dalam penyelesaian tugas-tugas pelayanan. Ketiga, dukungan informasional yang berwujud pemberian arahan, saran, serta transfer pengetahuan guna mengeskalisasi kapasitas pengurus dalam menganalisis dan meresolusi tantangan pelayanan. Keempat, dukungan penilaian yang berkontribusi signifikan terhadap peningkatan afirmasi diri, rasa dihargai, serta efikasi diri individu.

Di samping itu, temuan kualitatif berbasis wawancara turut mengelaborasi signifikansi dukungan emosional dari rekan sepelayanan—sebagai representasi dimensi dukungan emosional pada variabel X—dalam praksis kehidupan sehari-hari partisipan. Data tersebut menunjukkan korelasi yang nyata antara penerimaan dukungan dengan eskalasi kepercayaan diri, yang merupakan manifestasi dari dimensi kemandirian atau otonomi pada variabel Y. Afirmasi serupa juga teridentifikasi pada partisipan kedua yang secara eksplisit mendeskripsikan wujud dukungan instrumental dan penilaian pada variabel X, yakni melalui pemberian bantuan penyelesaian tugas secara langsung serta umpan balik yang konstruktif. Lebih jauh, partisipan mendeskripsikan lingkungan naposobulung layaknya rumah kedua, sebuah perumpamaan yang secara substansial merefleksikan tingginya kualitas dimensi hubungan positif dengan orang lain pada variabel Y. Hasil penelitian ini berkesesuaian dengan berbagai literatur terdahulu yang mengkaji korelasi antara dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis. Studi yang dilakukan oleh Alza, Armalita, dan Puspasari mengindikasikan bahwa dukungan sosial memiliki keterkaitan dengan *psychological well-being* pada populasi mahasiswa. Temuan tersebut mengonfirmasi bahwa individu yang menerima dukungan memadai dari lingkungan sosialnya cenderung menunjukkan resiliensi yang lebih tinggi dalam mengelola tekanan serta mampu mempertahankan stabilitas psikologis yang positif.

Lebih lanjut, temuan ini juga diperkuat oleh riset Guo dkk. yang mengelaborasi bahwa dukungan sosial berkorelasi dengan *psychological well-being* mahasiswa dan berkontribusi secara esensial dalam pembentukan kondisi psikologis yang lebih prima. Meskipun studi tersebut bertumpu pada konteks institusi pendidikan, prinsip dasar yang dihasilkan tetap memiliki relevansi yang kuat apabila diaplikasikan pada ranah pelayanan gerejawi. Hal ini menegaskan bahwa dukungan interpersonal merupakan instrumen krusial yang memfasilitasi individu dalam merespons berbagai tuntutan guna mencapai keberfungsian psikologis yang lebih optimal.

Selain itu, relevansi temuan ini dapat ditinjau melalui komparasinya dengan studi Fadillah mengenai dukungan sosial dan kesejahteraan subjektif pada mahasiswa tingkat akhir. Riset tersebut memaparkan bahwa dukungan sosial berfungsi sebagai sumber daya esensial dalam membantu individu menghadapi tekanan akademik serta menyelesaikan tugas perkembangan. Titik singgung antara studi tersebut dengan penelitian ini terletak pada pemaknaan dukungan sosial sebagai sebuah sumber daya psikologis. Adapun distingsi utamanya adalah penelitian ini mengontekstualisasikan dukungan dari rekan sepelayanan di dalam wadah organisasi pemuda gereja, serta secara spesifik mengadopsi konstruk *psychological well-being* berdasarkan dimensi yang dirumuskan oleh Ryff.

Selaras dengan hal tersebut, investigasi Rusli terkait dukungan sosial dan kesejahteraan subjektif pada siswa turut membuktikan bahwa dukungan dari ekosistem sosial berkontribusi pada peningkatan kesejahteraan individu. Temuan ini semakin mengokohkan postulat bahwa dukungan sosial dari figur-figur terdekat yang berinteraksi secara intensif mampu mentransmisikan rasa aman, penerimaan, dan afirmasi bagi individu. Dalam konteks penelitian ini, manifestasi dari fungsi tersebut terefleksikan secara nyata melalui dinamika relasional dan interaksi antar pengurus Persekutuan Naposobulung. Temuan ini sejalan dengan studi yang dilakukan oleh Nugraheni dan

Prastiti terkait hubungan antara dukungan sosial dan *psychological well-being* pada guru honorer. Walaupun terdapat perbedaan konteks pekerjaan, studi tersebut mengonfirmasi adanya korelasi positif antara dukungan sosial dan kesejahteraan psikologis. Keselarasan hasil ini mengindikasikan bahwa dukungan sosial mampu berperan sebagai faktor protektif lintas konteks kehidupan, mencakup ranah pendidikan, profesional, hingga pelayanan keagamaan.

Nilai kebaruan dari penelitian ini terletak pada fokus kajian mengenai dukungan rekan sepelayanan di lingkungan Persekutuan Naposobulung HKBP Distrik X Medan–Aceh. Berbeda dengan literatur terdahulu yang mayoritas berfokus pada demografi mahasiswa, siswa, pendidik, maupun pekerja, riset ini secara spesifik menyoroti pengurus pemuda gereja yang melaksanakan tugas pelayanan di tengah dinamika sosial, budaya, dan religius yang khas. Implikasinya, penelitian ini memperkaya literatur dengan memberikan pemahaman bahwa dukungan sosial di dalam komunitas keagamaan melampaui sekadar bantuan instrumental, melainkan turut terintegrasi dengan pemaknaan akan panggilan, ikatan spiritualitas, identitas kolektif, dan esensi dari pelayanan itu sendiri.

Secara komprehensif, temuan riset ini mengafirmasi dan memperkuat postulat dalam teori dukungan sosial serta teori *psychological well-being*. Dukungan dari rekan sepelayanan dapat dikonseptualisasikan sebagai sumber daya sosial yang memfasilitasi pengurus dalam memitigasi tekanan, mengkonstruksi relasi interpersonal yang sehat, meningkatkan efikasi diri, mengaktualisasikan potensi, serta memaknai pelayanan secara lebih konstruktif. Dengan demikian, iklim pelayanan yang inklusif dan suportif merupakan prakondisi fundamental guna mewujudkan kesejahteraan psikologis yang optimal bagi para pengurus Persekutuan Naposobulung.

4. Kesimpulan

Berdasarkan pemaparan hasil analisis data dan pembahasan pada Bab IV, simpulan yang dapat ditarik dari penelitian mengenai Dukungan Rekan Sepelayanan terhadap *psychological well-being* Individu pada Pengurus Persekutuan Naposobulung Distrik X Medan Aceh adalah sebagai berikut:

- a. Secara keseluruhan, tingkat dukungan rekan sepelayanan di kalangan pengurus Persekutuan Naposobulung HKBP Distrik X Medan-Aceh berada pada kategori tinggi (50,0%) dan sedang (48,6%). Dukungan emosional teridentifikasi sebagai aspek yang paling dominan, sedangkan dukungan penilaian (*appraisal support*) menunjukkan indikator capaian yang relatif paling rendah.
- b. Tingkat kesejahteraan psikologis (*psychological well-being*) pengurus secara mayoritas tergolong dalam kategori sedang (52,9%) dan tinggi (45,7%). Dimensi penerimaan diri dan pertumbuhan pribadi mencatatkan capaian tertinggi, berbanding terbalik dengan dimensi otonomi yang berada pada tingkat capaian terendah.
- c. Dukungan rekan sepelayanan terbukti menjadi determinan krusial yang berkorelasi erat dengan tingkat *psychological well-being* pada pengurus Persekutuan Naposobulung HKBP Distrik X Medan-Aceh.

- d. Pengurus yang memperoleh afirmasi berupa penerimaan, atensi, asistensi, arahan, serta apresiasi dari rekan sepeleayanan menunjukkan kecenderungan memiliki kondisi kesejahteraan psikologis yang lebih optimal.
- e. Hipotesis penelitian yang mengemukakan bahwa terdapat pengaruh positif dan signifikan dari dukungan rekan sepeleayanan terhadap *psychological well-being* pengurus Persekutuan Naposobulung terkonfirmasi dan dapat diterima secara empiris.
- f. Temuan kuantitatif tersebut diperkuat oleh hasil wawancara terhadap sebagian responden. Data kualitatif menunjukkan bahwa dukungan emosional, instrumental, informasional, maupun penilaian dari rekan sepeleayanan secara nyata dimanifestasikan dalam bentuk perolehan rasa aman, penerimaan, bimbingan, serta peningkatan kepercayaan diri selama menjalankan tugas pelayanan.
- g. Penelitian ini memberikan kontribusi akademis yang spesifik dengan membuktikan bahwa dalam lanskap pelayanan pemuda gereja, dukungan rekan sepeleayanan tidak sekadar berwujud bantuan sosial, melainkan terinternalisasi sebagai elemen fundamental dalam membangun kebersamaan, mengkonstruksi makna pelayanan, meneguhkan spiritualitas, serta menjadi katalisator bagi perkembangan individu.

Daftar Pustaka

- Alza, N., Armalita, R., & Puspasari, D. (2021). The relationship between social support and *psychological well-being* of college students during Covid-19 pandemic. *International Journal of Research in Counseling and Education*, 5(1), 79–84.
- Azwar, S. (2012). *Penyusunan Skala Psikologi* (2nd ed.). Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Bonelli, R. M., & Koenig, H. G. (2013). Mental disorders, religion and spirituality 1990–2010: A systematic evidence-based review. *Journal of Religion and Health*, 52(2), 657–673.
- Erikson, E. H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. New York: W. W. Norton & Company.
- Fadillah, N. (2019). *Pengaruh prokrastinasi akademik dan dukungan sosial terhadap subjective well-being pada mahasiswa tingkat akhir di Universitas Pendidikan Indonesia* [Skripsi S1, Universitas Pendidikan Indonesia]. Repository UPI.
- Feriananto, I. A., Mustami'ah, D., & Aquarisnawati, P. (2021). Dukungan sosial teman sebaya dan religiusitas: Studi *psychological well-being*. *Jurnal Psikologi Poseidon*, 3(1), 1–12.
- Ginting, D.C.E. (2015). Dukungan sosial orangtua, pengasuh panti, dan teman sebaya sebagai prediktor terhadap kesejahteraan psikologis pada remaja yang tinggal di Panti Asuhan di Boyolali. *Skripsi*. Fakultas Psikologi. Universitas Kristen Satya Wacana Salatiga.
- Guo, H., Kitcharoen, P., Phukao, D., & Poopan, S. (2022). The causal relationship between social support and *psychological well-being* among undergraduate students in North China. *Journal of Education and Health Promotion*, 11, 308.
- Hermanoes, S. E., Lette, A. R., & Benu, J. M. Y. (2025). *psychological well-being* of female pastors: The role of self-compassion and social support. *Bulletin of Counseling and Psychotherapy*, 7(1), 45–58.
- House, J. S. (1981). *Work stress and social support*. Addison-Wesley.

- Huria Kristen Batak Protestan. (2024). *Buku Saku Pelayanan Naposobulung HKBP*. Pearaja, Tarutung: Kantor Pusat HKBP Departemen Koinonia Biro Kategorial Sekolah Minggu, Remaja, Naposobulung - SMIRNA HKBP.
- Kasingku, J. D., & Woy, J. T. L. (2024). Dukungan pendidikan agama Kristen dan gereja dalam menjaga kesehatan mental remaja. *Jurnal Educatio*, 10(2), 233–245
- Nugraheni, A. S., & Prastiti, W. D. (2016). *Hubungan antara dukungan sosial dengan psychological well-being pada guru honorer daerah* [Naskah publikasi S1, Universitas Muhammadiyah Surakarta].
- Oktaviani, E. (2020). *Hubungan antara Dukungan Sosial dengan psychological well-being pada Karyawan PT. X*. Skripsi. Fakultas Psikologi, Universitas Mercu Buana Yogyakarta
- Rusli, I. M. (2022). *Pengaruh dukungan sosial dan harga diri terhadap subjective well-being siswa SMA di Kota Bandung* [Skripsi S1, Universitas Pendidikan Indonesia]. Repository UPI.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of *psychological well-being*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069–1081.
- Ryff, C. D. (1995). *psychological well-being* in adult life. *Current Directions in Psychological Science*, 4(4), 99–104.
- Ryff, C. D. (2014). *psychological well-being* revisited: Advances in the science and practice of eudaimonia. *Psychotherapy and Psychosomatics*, 83(1), 10–28.
- Sarafino, E. P., & Smith, T. W. (2011). *Health Psychology: Biopsychosocial Interactions* (7th ed.). Hoboken, NJ: Wiley.
- Sekaran, U., & Bougie, R. (2016/2017). *Research Methods for Business: A Skill-Building Approach* (7th ed.). Chichester: Wiley.
- Sembiring, Y. G. (2024). *Hubungan Dukungan Sosial dengan psychological well-being pada Mahasiswa Psikologi Angkatan 2019 Universitas Medan Area*. Skripsi. Fakultas Psikologi, Universitas Medan Area.
- Setyono, V. S., et al. (2025). Persekutuan dewasa muda kontekstual yang peduli isu kesehatan mental di Gereja Kristen Indonesia (GKI) Bromo. *Phronesis: Jurnal Teologi dan Misi*, 8(1), 77–92.
- Smet, B. (1994). *Psikologi Kesehatan*. Jakarta: Grasindo.
- Springer, S. R., et al. (2025). Church participation and mental health recovery empowerment: A social support perspective. *Journal of Religion and Health*.
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Traformosa Publisher. (2025). Peer group mentoring approach as an effort to shape the spirituality of Christian adolescents. *International Journal of Christian Education and Theology*, 3(1), 15–27.
- White, R. G., et al. (2022). Peer support interventions for mental health: A systematic review. *BMJ Open*, 12(8), e061336.

Widhiarso, W. (2016): *"Estimasi Reliabilitas Pengukuran dalam Pendekatan Model Persamaan Struktural"*, Buletin Psikologi