

**ANALISIS DAN CARA MENGATASI DISTRES  
GEMBALA SIDANG YANG BERHUBUNGAN DENGAN  
EFEKTIVITAS PELAYANANNYA**

**(Suatu Penelitian Deskriptif Terhadap Para Gembala Sidang Gereja Injili  
Berbahasa Mandarin di Jakarta)**

11194

**TESIS DIAJUKAN KEPADA SEKOLAH TINGGI TEOLOGI “AMANAT  
AGUNG” UNTUK MEMENUHI SEBAGIAN PERSYARATAN GUNA  
MEMPEROLEH GELAR “MAGISTER OF DIVINITY”**

**OLEH :**

**PHIONG CHRISTINE YUNITA**

**2019712009**



029957

**SEKOLAH TINGGI TEOLOGI “AMANAT AGUNG”  
JAKARTA  
Agustus 1999**



**Puji syukur pada-Mu TUHAN**  
**atas semangat dan kekuatan yang telah Engkau**  
**karuniakan kepada hamba-Mu**

————— Amin —————



# SEKOLAH TINGGI TEOLOGI AMANAT AGUNG

Ketua STT Amanat Agung menyatakan bahwa tesis berjudul :

**ANALISIS DAN CARA MENGATASI DISTRES GEMBALA SIDANG  
YANG BERHUBUNGAN DENGAN EFEKTIVITAS PELAYANANNYA  
(Suatu Studi Deskriptif Terhadap Gembala Sidang Gereja-Gereja Injili  
Berbahasa Mandarin di Jakarta)**

dinyatakan *Lulus* setelah diuji oleh Team Penguji pada tanggal 10  
September 1999.

Dosen Pembimbing / Penguji :

1. Pdt. Hanafi Yahya Ph.D
2. Pdt. Lotnatigor Sihombing M.Th
3. Pdt. Paulus Daun M.Th

Tanda Tangan,

Jakarta, 10 September 1999



Pdt. Dr. Freddy Lay  
Ketua

## ABSTRACT

Stress is a condition which someone make a perception of disharmony between state and system of biological, psychological and social resources within himself according to his outside. The body therefore make a certain respon. The impact of stress is not only negative, but can also positive. In longterm and intens stress tend to negative effect, which we called distress. Whereas the term of effectiveness mean is a characteristic or condition, which is gives the satisfying result or effect, means of proper and usefull of time and method.

The thesis is a combination of literature and field study approach which have description of problem: Is senior pastor having experience stress and distress in relation with his responsibility as a shepherd, leader and preacher? Senior pastor who distress confronting is not a propriate approach in order to solve problem and falling them into more distress? Is the pastoral's distress will reduce the effectivity of their ministry? These problem would be answer by survey's data.

The sample of thesis is 30 senior pastors within Chinese Evangelical Churches of Jakarta which have been take "accidental". The amount is 50 % out of population. The questionnaire are make up by the writter which is based on the third area of five pastor stressor of Antony G. Pappas ( 1995) within Pastoral Role Stress. The concentration of pastoral role is a shepherd, leader and preacher.

Data collected as general opinion of sample. Conclusion made up based on survey and literatur study. Based on survey, we concluded that senior pastor tend to has stress even distress is low in conducting his role as a shepherd, leader and preacher. The circumstances could be understood because the mayority of pastors have faith that God has calling them clearly in order to do His will. It seem that seniors pastor could solve their stress and distress. In case of unsolve stress, it will reduce effectiveness of the pastor role. Thesis might be follow up by other research.

## KATA PENGANTAR

Segala puji syukur kepada Allah Tritunggal atas kasih dan anugerah-Nya yang besar sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan tesis ini. Adapun penulisan tesis adalah guna memenuhi persyaratan ujian akhir “Magister of Divinity”. Topik yang dibahas dalam tesis ini adalah mengenai distres gembala sidang dan bagaimana mereka mengatasinya selama ini yang kesemuanya itu berhubungan dengan efektivitas pelayanan gembala sidang. Populasi responden dalam tesis ini adalah gembala sidang gereja Injili berbahasa Mandarin di Jakarta. Tesis ini dipersembahkan untuk memperkembangkan pekerjaan Tuhan di dunia melalui hamba-hamba yang telah dipanggil secara khusus oleh-Nya.

Pada kesempatan ini, penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah banyak membantu dalam penyelesaian penulisan tesis ini baik secara langsung maupun tidak langsung. Pertama-tama, kepada Pdt. Hanafi Yahya, Ph.D. selaku pembimbing utama, Pdt. Lotnatigor Sihombing, M.Th. selaku pembimbing kedua, dan Pdt. Paulus Daun selaku penguji. Dengan ucapan terima kasih dan penuh penghargaan kepada bapak bertiga yang telah membimbing penulis dengan penuh kesabaran dan ketekunan. Juga kepada pihak sekolah, dosen-dosen,

dan teman-teman mahasiswa STT “Amanat Agung” yang telah membantu dan mendukung penulis dalam doa.

Ucapan terima kasih dan penghargaan juga penulis tujukan kepada para gembala sidang gereja Injili berbahasa Mandarin di Jakarta yang telah meluangkan waktunya untuk mengisi angket dan diwawancarai. Partisipasi anda semua sangat besar artinya bagi penulisan tesis ini secara khusus, dan bagi pengembangan pelayanan pastoral secara umum. Terima kasih juga kepada para dosen, staf perpustakaan dan teman-teman yang telah meminjamkan buku-buku yang banyak memberikan kontribusi dalam penulisan tesis ini, antara lain kepada: Pdt. Lotnatigor Sihombing, M.Th., Pdt. Hanafi Yahya, Ph.D., Ev. Dedy Sutendi, M.Div., Ev. Djefry Hidayat, S.Th., dan Sdri. Ester Gunawan, M.K, dan berbagai pihak yang tidak dapat disebutkan namanya satu persatu.

Secara khusus penulis ingin menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada papa (alm.), mama, dan adik-adik terkasih yang telah memberikan dukungan, dorongan dan doa dalam penulisan tesis ini. Kasih surgawi yang Tuhan nyatakan melalui papa dan mama telah mendorong penulis menyelesaikan penulisan tesis ini. Penulis yakin saat ini papa di surga juga turut bersuka cita bersama penulis. Juga kepada seorang kekasih yang dengan setia mendoakan dan memberi dorongan semangat pada penulis untuk menyelesaikan tesis ini. Kiranya Allah sumber berkat memberkati saudara sekalian.

Akhir kata, penulis menunggu kritik dan saran membangun demi perbaikan tesis ini, karena pada dasarnya tesis ini masih jauh dari sempurna dan memberikan kesempatan kepada yang berminat untuk mengembangkan karya tulis ini. Namun penulis berharap semoga tesis ini dapat bermanfaat bagi berbagai pihak yang bersangkutan dan berkepentingan.

Jakarta, Agustus 1999  
Phiong Christine Yunita



# DAFTAR ISI

Bab	Halaman
HALAMAN PENGESAHAN .....	i.
KATA PENGANTAR .....	ii
DAFTAR ISI .....	v
DAFTAR GRAFIK .....	ix
PENDAHULUAN .....	1
I. HAMBAN TUHAN DAN PANGGILANNYA .....	14
A. DEFINISI HAMBAN TUHAN .....	14
B. HAMBAN TUHAN SEBAGAI SEORANG MANUSIA .....	17
1. Manusia Sebagai 'Human Being' Menurut Pandangan Teologia .....	17
a. Manusia yang diciptakan oleh Allah .....	18
b. Manusia yang telah jatuh ke dalam dosa .....	19
c. Manusia yang telah ditebus dari dosa .....	21
2. Manusia Sebagai 'Person' Yang Utuh .....	25
C. PANGGILAN SEORANG HAMBAN TUHAN .....	26
1. Bukti Pemanggilan Seorang Hamba Tuhan .....	28
2. Tugas Seorang Hamba Tuhan .....	32

II. DISTRES DAN EFEKTIVITAS PELAYANAN GEMBALA SIDANG ....	34
A. STRES PADA GEMBALA SIDANG .....	34
1. Batasan Stres dan Distres .....	34
2. Sebab-sebab Stres Pada Gembala Sidang .....	37
3. Akibat Stres Pada Gembala Sidang .....	50
B. STRES DAN EFEKTIVITAS PELAYANAN GEMBALA SIDANG ...	57
1. Batasan Efektivitas Pelayanan Gembala Sidang .....	57
2. Pengertian Efektivitas Pelayanan Secara Teologis .....	58
3. Aspek-aspek Yang Terkait Dengan Efektivitas Pelayanan Gembala Sidang .....	59
4. Stres Dan Efektivitas Pelayanan Gembala Sidang .....	61
III. ANALISIS DAN INTEPRETASI DATA LAPANGAN .....	63
A. DESKRIPSI DATA .....	63
1. Deskripsi Data Sampel Berdasarkan Pengalaman Pelayanan .....	63
2. Deskripsi Data Sampel Berdasarkan Lamanya Pelayanan Di Gereja Yang Ssaat Ini Dilayaninya .....	64
3. Deskripsi Data Sampel Berdasarkan Rekan Kerja Sesama Hamba Tuhan .....	65
4. Deskripsi Data Sampel Berdasarkan Jumlah Anggota Jemaat Yang Dilayani .....	67

B. HASIL PENELITIAN .....	68
1. Deskripsi Kadar Stres dan Distres Gembala Sidang Dalam Menjalankan Fungsi Pelayanan Sebagai Pemelihara, Pemimpin dan Pengkhotbah.....	68
2. Deskripsi Tugas Yang Telah Dilakukan Gembala Sidang Selama Ini..	69
a. Gembala sidang sebagai pemelihara .....	68
b. Gembala sidang sebagai pemimpin .....	71
c. Gembala sidang sebagai pengkhotbah .....	72
3. Deskripsi Masalah Yang Membuat Gembala Sidang Menjadi Stres...	73
a. Dalam menjalankan fungsi sebagai pemelihara .....	73
b. Dalam menjalankan fungsi sebagai pemimpin .....	78
c. Dalam menjalankan fungsi sebagai pengkhotbah .....	82
4. Deskriptif Usaha-usaha Gembala Sidang Dalam Mengatasi Stres Dan Keefektifan Dari Usaha Tersebut .....	84
a. Dalam menjalankan fungsi sebagai pemelihara .....	84
b. Dalam menjalankan fungsi sebagai pemimpin .....	87
c. Dalam menjalankan fungsi sebagai pengkhotbah .....	92
5. Deskripsi Pengaruh Stres Yang Tidak terselesaikan Dalam Pelayanan Gembala Sidang .....	96
6. Deskripsi Dari Sebab Yang Membuat Gembala Sidang Tetap Bertahan Melayani Hingga Saat Ini .....	97

C. INTEPRETASI HASIL .....	98
IV. KESIMPULAN DAN SARAN .....	105
A. KESIMPULAN .....	105
B. SARAN .....	108
DAFTAR KEPUSTAKAAN	
LAMPIRAN	

## DAFTAR GRAFIK

Halaman

Grafik III.A.1. Deskripsi Data Sampel Berdasarkan Pengalaman Pelayanan .....	63
Grafik III.A.2. Deskripsi Data Sampel Berdasarkan Lamanya Pelayanan di Gereja Yang Saat Ini Dilayaninya .....	65
Grafik III.A.3. Deskripsi Data Sampel Berdasarkan Rekan Kerja Sesama Hamba Tuhan .	66
Grafik III.A.4. Deskripsi Data Sampel Berdasarkan Jumlah Anggota Jemaat Yang Dilayani .....	67
Grafik III.B.2.a. Deskripsi Tugas Yang Telah Dilakukan Gembala Sidang Selama Ini Sebagai Pemelihara .....	70
Grafik III.B.2.b. Deskripsi Tugas Yang Telah Dilakukan Gembala Sidang Selama Ini Sebagai Pemimpin .....	71
Grafik III.B.2.c. Deskripsi Tugas Yang Telah Dilakukan Gembala Sidang Selama Ini Sebagai Pengkhotbah .....	72
Grafik III.B.5. Deskripsi Pengaruh Stres Yang Tidak terselesaikan Dalam Pelayanan Gembala .Sidang .....	96