Suksma: Jurnal Psikologi Universitas Sanata Dharma
Vol. 7, No. 2, 184-202
P-ISSN: 1412-9426 E-ISSN: 2745-4185

Menapaki Panggilan Ilahi: Dinamika Koping Proaktif Calon Pendeta

Aditya Kusumawijaya[1]
[1]*Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta*
https://doi.org/10.24071/suksma.v7i2.1910

Naskah Masuk 23 Juli 2026 Naskah Diterima 16 Oktober 2026 Naskah Dipublikasikan 31 Oktober 2026

Abstract. Pastoral ministry entails complex role demands that heighten clergy vulnerability to chronic stress, particularly during the transition from theological education into full-time service. However, prior research has predominantly examined reactive coping among ordained clergy, leaving proactive coping during pastoral formation largely unexplored. This qualitative study explored the dynamics of proactive coping among ministerial candidates across their pastoral formation. Semi-structured interviews were conducted with three ministerial candidates undergoing the pastoral preparation stage, and the data were analyzed using deductive–inductive thematic analysis. Findings revealed that proactive coping unfolded across three developmental stages: (1) Calling, (2) Theological Education, and (3) Pastoral Preparation. Across these stages, candidates demonstrated a continuous evolution of goals, stressor appraisals, and active strategies, reframing transitional threats into challenges and opportunities for personal growth through the interplay of reactive and proactive coping mechanisms. These findings extend the literature on coping among religious leaders and offer practical implications for the vocational preparation of ministerial candidates.

Keywords: proactive coping, clergy stress, ministerial candidates, pastoral formation, presbyterian-synodal

Korespondensi Penulis
(Aditya Kusumawijaya, Universitas Sanata Dharma)
Email: kusumawijaya.psi@gmail.com

Pendahuluan

Stres merupakan respons psikologis dalam kehidupan sehari-hari sebagai akibat dari berbagai tekanan atau tuntutan (Lazarus & Folkman, 1984). Individu yang bekerja di bidang sosial merupakan kelompok rentan yang berisiko mengalami stres kronis dibandingkan dengan kelompok profesi lainnya (Johnson dkk., 2005). Kondisi stres kronis ini juga cenderung dialami oleh pendeta sebagai individu yang melayani umat dalam aspek rohani dan spiritual (Darling dkk., 2004; Lewis dkk., 2007; Wells dkk., 2012). Survei Krejcir (2016) menunjukkan bahwa 43% pendeta di Amerika mengalami stres kronis. Kondisi stres kronis pada pendeta serupa dengan kondisi stres pada tenaga kesehatan mental, tetapi pendeta mengalami kesulitan dalam mendapatkan dukungan (Holaday dkk., 2001; Staley dkk., 2013).

Kondisi stres kronis dalam diri pendeta dapat menimbulkan berbagai permasalahan, misalnya, kelelahan kerja (*burnout*) (Grosch & Olsen, 2000; Olsen & Grosch, 1991), demoralisasi (Krause dkk., 1998), gangguan psikologis seperti kecemasan dan depresi (Proeschold-Bell dkk., 2013), dan potensi penanggalan atau pengunduran diri dari jabatan pendeta (Cohoon & Gullion, 2023; Hamm & Eagle, 2021; Sundoyo, 2014). Pada kasus ekstrem, stres kronis dalam diri pendeta dapat berpotensi menimbulkan ide hingga tindakan bunuh diri, seperti yang terjadi pada JW (30). JW merupakan pendeta pembantu di Harvest Christian Fellowship California yang mengakhiri hidupnya padahal diketahui sering menyuarakan pentingnya kesehatan mental dan melayani umat dengan kondisi depresi (Kansiewicz dkk., 2022).

Kondisi stres kronis ini dapat mengalami eskalasi sejak periode transisi dari lingkungan akademis ke lingkungan pelayanan penuh waktu. Dalam konteks gereja beraliran presbiterial-sinodal, periode transisi ini terjadi pada tahap proses kependetaan. Tahap ini ditujukan bagi calon pendeta yang sudah menyelesaikan pendidikan teologi. Pada tahap ini calon pendeta akan menghadapi berbagai tuntutan, transisi peran, dan adaptasi terhadap lingkungan pelayanan penuh waktu. Oleh karena itu, pemahaman mengenai mekanisme dalam mengelola tekanan atau tuntutan menjadi penting.

Mekanisme pengelolaan tekanan dalam psikologi disebut dengan koping. Menurut Lazarus dan Folkman (1984) koping merupakan upaya kognitif dan perilaku yang dilakukan individu untuk mengelola berbagai tekanan baik dari dalam ataupun dari luar diri yang dinilai membebani dan melebihi sumber daya individu. Secara umum, koping terbagi menjadi dua yakni *problem-focused coping* (PFC) atau koping yang berfokus pada masalah yang sedang dihadapi dan *emotion-focused coping* (EFC) atau koping yang berfokus pada emosi yang muncul dari suatu permasalahan (Lazarus & Folkman, 1984). Upaya-upaya dalam PFC dan EFC merupakan upaya reaktif untuk mengatasi situasi menekan yang telah terjadi atau sedang terjadi (Folkman & Moskowitz, 2004).

Seiring dengan berkembangnya studi mengenai koping, beberapa ahli mengidentifikasi dan mengembangkan bentuk-bentuk koping yang lebih beragam, misalnya *religious coping* (Pargament, 1997), *dyadic coping* (Bodenmann, 1997), *proactive coping* (Aspinwall & Taylor, 1997; Schwarzer &

@2026 Kusumawijaya

Taubert, 2002), dan *collective coping* (Heppner dkk., 2006). Secara khusus, Folkman dan Moskowitz (2004) dalam tulisan yang berjudul "*Coping: Pitfalls and Promise*" menyoroti penggunaan koping proaktif (*proactive coping*) yang merupakan upaya individu untuk mengurangi dampak negatif dari peristiwa mendatang dan memaksimalkan peluang untuk memperoleh keuntungan.

Koping proaktif memperluas batasan penggunaan koping dengan membangun sumber daya pribadi (Aspinwall & Taylor, 1997), belajar dari kesalahan, menetapkan tujuan jangka panjang (Schwarzer & Taubert, 2002), dan menyeimbangkan stresor dengan kemungkinan adanya stresor (Tian dkk., 2023; Tian & Heppner, 2018). Selain itu, koping proaktif membantu dalam mengidentifikasi risiko, tuntutan, dan peluang di masa yang akan datang sebagai tantangan pribadi yang memberikan manfaat (Schwarzer & Taubert, 2002). Koping proaktif juga berperan dalam mencegah stresor berkembang menjadi stres dengan meningkatkan kapasitas individu dalam menghadapi situasi menekan (Aspinwall & Taylor, 1997). Sumber daya cenderung relatif berlimpah sebelum timbulnya situasi stres dan menjadi relatif lebih terbatas begitu stresor berkembang (Aspinwall & Taylor, 1997).

Terdapat dua model yang menjelaskan dinamika koping proaktif. Pertama, model Aspinwall dan Taylor (1997) yang dikenal dengan *Five-stage Proactive Coping Model*. Model ini menunjukkan proses koping proaktif dari waktu ke waktu yang melibatkan evaluasi dan penyesuaian berkelanjutan. Proses tersebut meliputi (a) akumulasi sumber daya, (b) identifikasi stresor potensial, (c) penilaian awal stresor potensial, (d) upaya awal, dan (e) penerapan umpan balik. Kedua, model Schwarzer dan Taubert (2002) yang merupakan pengembangan model transaksional stres-koping. Model ini membagi koping menjadi empat, yakni koping reaktif (*reactive coping*), koping antisipatif (*anticipatory coping*), koping preventif (*preventive coping*), dan koping proaktif (*proactive coping*).

Penelitian terkait koping pada pendeta selama ini cenderung berfokus dari sudut pandang reaktif (lih: Frederick dkk., 2021; Heck dkk., 2018; Visker dkk., 2017). Sudut pandang reaktif yang dimaksud merujuk pada pendekatan koping tradisional Lazarus dan Folkman (1984), di mana strategi koping, baik yang berfokus pada masalah (*problem-focused coping*) maupun emosi (*emotion-focused coping*), baru dilakukan setelah pendeta mengalami stres, konflik pelayanan, atau kejenuhan kerja yang telah terjadi. Pendekatan reaktif ini berorientasi pada kompensasi atau penanganan dampak negatif setelah stresor muncul. Padahal, berbagai penelitian dalam konteks pekerjaan telah menunjukkan bahwa koping proaktif terbukti dapat mengurangi kelelahan kerja, meningkatkan rasa tantangan, mengurangi ancaman, dan meningkatkan kesejahteraan (Greenglass, 2005; Schwarzer & Taubert, 2002; Stiglbauer & Batinic, 2015).

Selain keterbatasan pada perspektif koping yang didominasi pendekatan reaktif, literatur koping pendeta sebelumnya juga memiliki keterbatasan dalam hal sasaran tahapan pelayanan. Studi koping terdahulu hampir seluruhnya menyasar pendeta yang telah ditahbiskan dan melayani jemaat secara penuh waktu (lih: Frederick dkk., 2021; Heck dkk., 2018; Jati, 2022). Fokus yang terbatas pada pendeta yang sudah ditahbiskan ini mengabaikan dinamika calon pendeta yang berada pada fase pembentukan dan persiapan kependetaan. Fase kependetaan ini merupakan masa transisi kritis dengan tingkat

@2026 Kusumawijaya

ketidakpastian, ambiguitas peran, dan tuntutan adaptasi yang sangat tinggi, yang memerlukan kesiapan koping proaktif sejak awal.

Berdasarkan kesenjangan teoretis dan empiris tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi secara mendalam dan komprehensif mengenai dinamika koping proaktif calon pendeta di beberapa tahapan proses kependetaan. Secara spesifik, penelitian ini berfokus mengungkap bagaimana calon pendeta mengenali potensi stresor, mengakumulasi serta memobilisasi sumber daya pribadi dan sosial, serta menerapkan strategi koping proaktif untuk mengubah ancaman menjadi sarana pertumbuhan panggilan dan pelayanan.

Metode

Penelitian ini bertujuan untuk mengungkap dinamika koping proaktif calon pendeta. Oleh karena itu, penelitian ini merupakan penelitian dengan pendekatan kualitatif. Penelitian kualitatif merupakan penelitian yang digunakan untuk mengeksplorasi atau memahami makna suatu permasalahan individu atau kelompok (Creswell & Creswell, 2018) dalam latar alami dengan menggunakan berbagai data seperti catatan lapangan, wawancara, percakapan, foto, rekaman, catatan diri, dan berbagai media komunikasi lainnya (Denzin dkk., 2023). Oleh karena itu, penelitian kualitatif dapat digunakan untuk mengungkap dinamika koping proaktif pada calon pendeta dalam menghadapi tantangan selama proses kependetaan.

Informan dalam penelitian ini berjumlah 3 (tiga) orang calon pendeta yang sedang menjalani tahap proses kependetaan. Informan dalam penelitian ini dipilih dengan metode *purposefully select*. Metode ini merupakan metode penetapan informan secara ketat dengan penuh perencanaan sesuai dengan berbagai pertimbangan yang ditentukan oleh peneliti (Creswell, 2013). Kriteria informan dalam penelitian ini yakni informan merupakan calon pendeta yang sedang menjalani tahap proses kependetaan. Keterlibatan informan dalam penelitian ini telah melalui persetujuan etis dan administratif dari otoritas gereja sesuai dengan surat tertanggal 28 Oktober 2024.

Panduan wawancara dalam penelitian ini merujuk pada indikator koping proaktif yang disampaikan oleh Greenglass dkk. (1999) yang meliputi kemampuan untuk (a) merencanakan dan menerapkan strategi perencanaan secara aktif, (b) mengenali dan memanfaatkan dukungan sosial yang tersedia, dan (c) mengelola diri secara efektif demi mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Indikator ini digunakan karena mencakup model Aspinwall dan Taylor (1997) maupun model Schwarzer dan Taubert (2002).

Metode analisis data yang digunakan adalah analisis tematik mengacu pada kerangka yang disampaikan oleh Braun dan Clarke (2006). Analisis tematik dapat digunakan untuk mengidentifikasi tema-tema yang dibentuk dari pola-pola yang penting. Metode analisis tematik dipilih karena merupakan dasar yang digunakan dalam berbagai jenis analisis kualitatif lainnya (Braun & Clarke, 2006). Tahap-tahap analisis tematik yang disampaikan oleh Braun dan Clarke (2006) yakni pengenalan

@2026 Kusumawijaya

data (*familiarizing data*), pengembangan kode awal (*generating initial code*), pencarian tema (*searching for theme*), peninjauan ulang tema (*reviewing theme*), pemberian nama pada tema (*defining and naming theme*), dan penulisan laporan (*producing the report*).

Contoh proses pengolahan data mentah dari kutipan wawancara informan (verbatim), pembentukan kode awal, pengelompokan subtema hingga penetapan tema diilustrasikan pada Tabel 1.

Tabel 1.

Proses Analisis Tematik

Contoh Kutipan	Kode Awal	Subtema	Tema
"Waktu awal masuk gitu, gue langsung sadar wah karena gue introvert gue harus lebih banyak untuk keluar, menjangkau orang... gue harus berkoneksi sama orang banyak terus." (W-I1, 189–192)	Menjangkau dan membuka relasi di tengah keterbatasan.	Membangun Koneksi dengan Orang Lain	Langkah Persiapan Awal
"Dan karena gue tahu zero preparation jadinya gue push baca buku-buku teologi semua dan kebawa terus... Jadi ya gue demen baca sampai hari ini dan doa." (W-I1, 192–194)	Mendorong diri mempelajari bacaan teologi.	Membaca Buku Teologi	
"Ya langkah-langkah selanjutnya ya kembali berkomunikasi dengan orang-orang yang memang sudah terjun lebih lama dalam dunia teologi... Ooo dikasih tahu nanti kamu beli buku-buku ini, coba pelajari dulu, baca-baca dulu." (W-I3, 262–267)	Berkonsultasi dengan figur yang berpengalaman di teologi.	Bertanya dengan Figur Teologis	
"Akhirnya di situ aku menghadapinya dengan... aku harus bertanggung jawab dengan keputusan yang telah aku ambil... Aku mulai coba latihan pelayanan sebelum masuk sekolah teologi... Itu caraku untuk mengakrabkan diri dengan dunia yang baru." (W-I2, 297–303)	Melatih diri dalam pelayan gerejawi.	Mencoba Berlatih Pelayanan	

@2026 Kusumawijaya

Hasil

Tahap Panggilan dan Seleksi

Tema 1 : Menemukan Panggilan

Informan 1 (I1) merupakan calon pendeta yang berusia 22 tahun. Laki-laki kelahiran Tangerang ini merupakan anak bungsu dari dua bersaudara. I1 lahir dan tumbuh di keluarga besar yang notabenenya non-Kristen. Namun, Papa I1 berharap bahwa salah satu anaknya ada yang terpanggil untuk menjadi seorang pendeta. Awalnya, keluarga I1 sempat berharap bahwa Koko (kakak laki–laki) I1 yang terpanggil menjadi seorang pendeta. Hal tersebut dikarenakan Koko I1 aktif dalam pelayanan. Namun, dalam perkenaan Tuhan justru I1 yang merasa terpanggil menjadi seorang pendeta. Hingga proses pengambilan data dilakukan, I1 tidak pernah mengetahui secara persis kapan terpanggil menjadi seorang pendeta, tetapi I1 ingin membantu sesama dan berguna bagi orang lain seperti yang pernah dirasakan dari pendetanya.

Informan 2 (I2) merupakan calon pendeta yang berusia 25 tahun. Laki-laki kelahiran Dili, Timor Leste ini merupakan anak ketiga dari tiga bersaudara. I2 lahir di keluarga yang kurang berfungsi dengan baik, sehingga semasa kecil I2 dirawat dan dibesarkan oleh seorang pendeta yang tidak memiliki anak. Didikan tersebutlah yang banyak mempengaruhi motivasi I2 untuk menjadi seorang pendeta. Sebenarnya, I2 sudah pernah menempuh pendidikan lain yang disukai, tetapi dalam prosesnya I2 mengalami berbagai guncangan. Pada saat I2 mengalami guncangan tersebut, pendeta yang merawatnya semasa kecil membantunya untuk menemukan panggilannya kembali.

Informan 3 (I3) merupakan calon pendeta yang berusia 23 tahun. Laki-laki kelahiran Jakarta ini merupakan anak ketiga dari tiga bersaudara. I3 merupakan individu yang aktif dalam pelayanan sejak bangku SMP. Di masa-masa itu, I3 juga kerap mendiskusikan topik-topik teologi bersama dengan mahasiswa-mahasiswa teologi yang sedang menjalani praktik pelayanan di gereja asalnya. Hal tersebut yang menjadi faktor pendorong I3 terpanggil untuk menjadi seorang pendeta. Pada saat SMA, I3 kembali merefleksikan kembali panggilannya bersama figur-figur teologis yang ia kenal. Selain itu, Oma I3 juga ingin agar cucunya ada yang menjadi seorang pendeta.

Tema 2 : Menemui Tantangan

Subtema 2.1 : Mendapatkan Penolakan

Ketika informan mulai menapaki panggilan pelayanan penuh waktu, terdapat tantangan-tantangan yang dirasakan oleh informan. Narasi informan menunjukkan bahwa tantangan pertama yang dihadapi adalah munculnya penolakan. Penolakan tersebut muncul ketika informan menyampaikan keinginannya untuk menjadi seorang pendeta. Penolakan tersebut dikarenakan penampilan informan serta kebiasaan informan. Secara khusus, I2 menyampaikan bahwa penolakan tidak menjadi halangan justru menumbuhkan motivasi untuk mempelajari ilmu teologi lebih dalam.

Subtema 2.2 : Rasa Tidak Percaya Diri

Selain dihadapkan pada penolakan dari lingkungan pertemanan dan gereja, I2 juga menunjukkan

@2026 Kusumawijaya

perasaan tidak layak dan rasa tidak percaya diri. Perasaan-perasaan tersebut muncul akibat dari ingatan mengenai kondisi keluarganya yang dianggap kurang baik.

Subtema 2.3 : Kurangnya Pengetahuan Teologi

Ketiga informan memiliki latar belakang yang berbeda terkait dengan pelayanan. Meskipun demikian, ketiganya menyampaikan bahwa tantangan ketika mulai memasuki pelayanan penuh waktu adalah kurangnya pengetahuan terkait teologi. I3 menyampaikan bahwa dirinya merupakan seorang yang aktif dalam pelayanan, tetapi memiliki keraguan mengenai pemahaman Alkitab. Senada, I1 ataupun I2 merasa bahwa tantangan dalam proses awal adalah kurangnya pengetahuan terkait teologi. I1 menyikapinya dengan berdoa dan membaca buku Sejarah Suci, sedangkan I2 yang memiliki kebiasaan membaca menyikapinya dengan mulai membaca buku-buku teologi.

Tema 3 : Langkah Persiapan Awal

Subtema 3.1 : Membangun Koneksi dengan Orang Lain

Narasi informan menunjukkan bahwa kesadaran akan keterbatasan merupakan faktor kunci dalam menentukan langkah-langkah selanjutnya. I1 menyadari bahwa dirinya adalah individu yang memiliki kepribadian *introvert*. Oleh karena itu, I1 merasa bahwa dirinya perlu untuk secara aktif membangun koneksi dengan orang lain.

Subtema 3.2 : Membaca Buku-buku Teologi

Selain menyadari bahwa dirinya memiliki kepribadian *introvert*, I1 juga menyadari bahwa dirinya memiliki persiapan yang kurang. Oleh karena itu, I1 secara aktif membaca buku-buku teologi. I1 juga menyampaikan bahwa kebiasaannya terbawa hingga tahap-tahap selanjutnya.

Subtema 3.3 : Bertanya dengan Figur Teologis

Informan juga melakukan akumulasi sumber daya dengan terlebih dahulu bertanya pada figur-figur teologis. Dengan bertanya kepada figur teologis, misalnya pendeta jemaat ataupun kenalan yang bergelut di bidang teologi, I2 dan I3 terbantu dalam menjalani proses calonisasi dan pendidikan teologi. Hal tersebut juga didukung oleh kebiasaan informan dalam membaca, sehingga bacaan-bacaan teologi dapat dengan mudah dimengerti.

Subtema 3.4 : Mencoba Berlatih Pelayanan

Sebelum pada akhirnya memasuki Pendidikan teologi, I2 mencoba mengikuti berbagai pelayanan dalam mendukungnya mempersiapkan dan mengakrabkan diri dengan dunia pelayanan misalnya dalam pelayanan anak.

Tahap Pendidikan Teologi

Tema 4 : Rekonseptualisasi Tantangan

Subtema 4.1 : Kekambuhan *Anxiety*

Pada tahap pendidikan teologi, tantangan berupa kekambuhan kecemasan (*anxiety*) dialami oleh 1 orang informan, yaitu Informan 2 (I2). Pada saat menjalani Pendidikan teologi, I2 mulai menyadari

@2026 Kusumawijaya

dan merefleksikan kembali tantangan-tantangan pada tahap panggilan awal. I2 merasa bahwa masalah atau tantangan yang sebenarnya bukanlah kurangnya persiapan terkhusus terkait pengetahuan teologi, tetapi berkaitan dengan kekambuhan kecemasan yang pernah diderita semasa kecil.

Subtema 4.2 : Mencari Bantuan Tenaga Profesional

Ketika menghadapi kondisi psikologis yang menekan pada tahap Pendidikan teologi, I2 kemudian melakukan berbagai strategi koping. Respons yang pertama dilakukan adalah mencari bantuan psikolog dan psikiater. Selain itu, I2 juga mencari dukungan dari teolog dan pendeta.

Subtema 4.3 : Menumbuhkan Visi Pribadi

Di samping merespons kekambuhan kondisi psikologis secara reaktif, I2 juga menjadikan peristiwa tersebut untuk menumbuhkan tujuan pribadi dalam dirinya agar kelak dirinya dapat menjadi pendeta yang memiliki kepedulian terhadap isu kesehatan mental.

Tahap Pendidikan Persiapan Kependetaan

Tema 5 : Tantangan dalam Transisi Pelayanan Penuh Waktu

Subtema 5.1 : Kompleksitas Peran

Pada tahap proses kependetaan, calon pendeta akan mendapatkan pengalaman dan pembelajaran mendalam. Narasi menunjukkan bahwa calon pendeta mendapatkan peran yang kompleks dalam pelayanan. Berbagai pelayanan yang dilakukan berbeda dengan pelayanan-pelayanan yang sudah dilakukan baik pada fase panggilan kependetaan atau fase Pendidikan teologi. Secara khusus, I3 merangkum keseluruhan tanggung jawab menjadi tiga, yakni (1) hidup untuk melayani umat, (2) membagi waktu pribadi, dan (3) memahami umat. Menurut I1 dan I2 kompleksitas peran tersebut tercermin dari berbagai kegiatan dan tugas yang diberikan oleh pendeta mentor. Selain itu, I3 mengungkapkan bahwa terdapat tanggung jawab khusus untuk menjaga dan menerapkan nilai-nilai khusus yang dimiliki oleh gereja.

Subtema 5.2 : Ekspektasi Peran

Ketika memasuki pelayanan penuh waktu, informan juga menyadari akan harapan-harapan yang kurang realistis dan tidak sesuai dengan kapasitas yang dimiliki. Harapan ini merupakan sekumpulan keyakinan yang diberikan oleh umat. I1 menggambarkan bahwa calon pendeta diharapkan serba bisa layaknya sebuah minimarket atau supermarket. Meskipun demikian, I1 merasa senang menjalani tanggung jawab yang dimiliki, sedangkan I2 merasa takut dan mengalami pikiran berlebih (*overthinking*) dalam menghadapi ekspektasi yang didapatkan dari gereja tempatnya praktik. Keduanya merasakan bahwa harapan yang diberikan merupakan bagian dari proses dan pembelajaran dalam proses kependetaan.

Subtema 5.3 : Kendala Personal

Secara khusus, I1 menyampaikan bahwa dirinya memiliki keterbatasan dalam mengendarai mobil dan bermain alat musik. Kemampuan untuk mengendarai mobil dan bermain alat musik dapat digunakan untuk mendukung pelayanan. Misalnya, pada pendeta-pendeta di kota besar, kebutuhan

@2026 Kusumawijaya

mobilitas untuk berpindah dari gereja ke tempat jemaat dan tempat-tempat lain sangat dipermudah bila pendeta memiliki kemampuan dalam mengendarai mobil.

Tema 6 : Langkah Persiapan menjadi Pendeta

Subtema 6.1 : Membangun dan Mempertahankan Relasi

Berbagai macam sumber daya yang telah dimiliki dan dikumpulkan pada tahap panggilan awal dan tahap pendidikan teologi terus diperlengkapi pada tahap proses kependetaan. Narasi informan menyampaikan bahwa pengembangan sumber daya sosial dengan membangun dan mempertahankan relasi merupakan sumber daya utama yang perlu dikuatkan dalam tahap ini.

Subtema 6.2 : Pencarian Pengetahuan-pengetahuan Baru

Selain membangun dan mempertahankan relasi, narasi informan juga menegaskan pencarian pengetahuan-pengetahuan di luar ilmu teologi dalam mendukung pelayanan. Hal tersebut tidak dapat terlepas dari peran pendeta sebagai seorang layanan utama krisis umat dalam hampir seluruh aspek kehidupan. Pencarian pengetahuan baru dapat digunakan untuk mendukung pelayanan.

Subtema 6.3 : Pengembangan Respons Adaptif

Narasi informan menunjukkan sikap adaptif berarti menetapkan langkah bila tantangan sudah terlihat dengan jelas dan gamblang. Hal ini dapat dilihat sebagai langkah reaktif individu terhadap situasi. Namun, langkah ini juga merupakan langkah proaktif. Informan menunjukkan bahwa karakteristik pribadi, misalnya terstruktur, terencana, dan sistematis dapat digunakan untuk menyesuaikan strategi dalam menghadapi berbagai tantangan.

Subtema 6.4 : Merefleksikan Panggilan dalam Pengalaman

Panggilan merupakan sesuatu yang samar. Informan merasa perlu untuk merefleksikan panggilannya hari lepas hari. Selain merefleksikan secara pribadi, informan menyoroti pentingnya untuk mendengar masukan atau pendapat orang lain sebagai sesuatu yang membangun. Dengan demikian, masukan atau pendapat tersebut dapat menyongsong panggilan informan ke depannya.

Selain itu, narasi informan juga menunjukkan bahwa pengalaman serta pembelajaran selama tahap Panggilan dan Seleksi dipadukan dengan pengalaman pada tahap Pendidikan Persiapan Kependetaan berperan sebagai proses pembentukan dan pematangan diri calon pendeta dalam menghadapi berbagai tantangan pada tahapan-tahapan kependetaan selanjutnya.

Subtema 6.5 : Mendekatkan Diri kepada Tuhan

Informan menunjukkan kemunculan strategi koping yang bersifat reaktif. I1 dan I2 menyampaikan bahwa berdoa membantu mereka dalam meringankan hambatan yang dialami. Terdapat suatu kepercayaan bahwa Tuhan yang mengutus, Tuhan juga yang akan memimpin. Dengan mendekatkan diri kepada Tuhan, I1 dan I2 merasa mendapatkan kembali semangat dalam menjalani pelayanan.

Subtema 6.6 : Melakukan Hobi dan Aktivitas Menyenangkan

Selain melakukan koping dengan mendekatkan diri kepada Tuhan, semua informan

@2026 Kusumawijaya

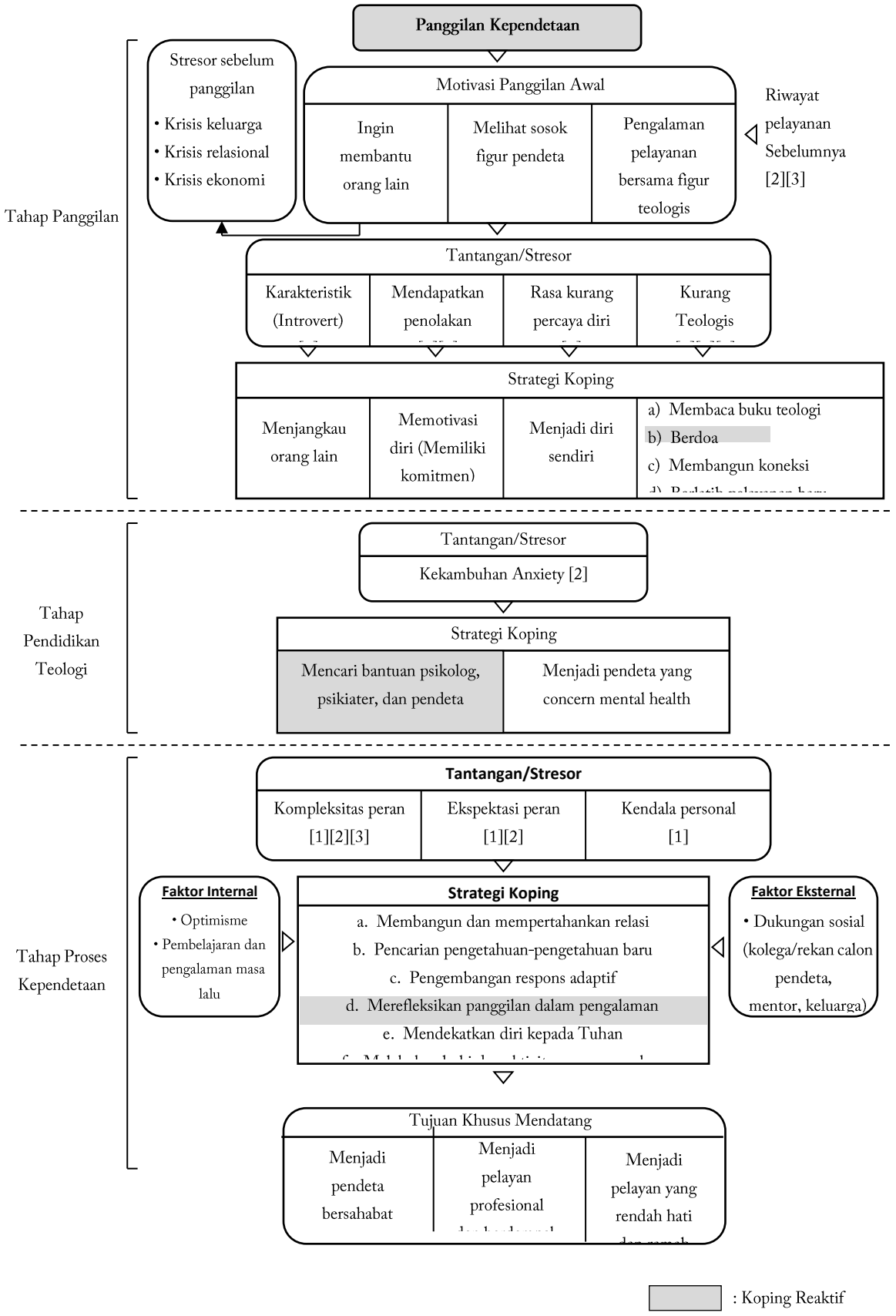
menyampaikan bahwa mereka melakukan pengalihan sementara dari kesulitan yang dihadapi. Langkah-langkah yang dilakukan oleh ketiga informan antara lain melakukan hal-hal sederhana, hobi mencoba hal baru yang belum pernah dilakukan, dan berkumpul dengan teman.

Tema 7 : Penetapan Tujuan Khusus

Panggilan pelayanan penuh waktu yang terus berjalan menjadikan masing-masing informan memiliki tujuan khusus baik tujuan jangka pendek ataupun tujuan jangka panjang. Narasi informan menunjukkan tujuan khusus yang ditetapkan meliputi: (1) menjadi pendeta yang bersahabat; (2) menjadi pelayan yang profesional dan berdampak; serta (3) menjadi pelayan yang rendah hati dan ramah.

@2026 Kusumawijaya

Bagan 1. *Dinamika Koping Proaktif Calon Pendeta*



@2026 Kusumawijaya

Diskusi

Temuan pada tahap Panggilan dan Seleksi menunjukkan bahwa panggilan kependetaan muncul dari pertemuan antara pengalaman transenden, krisis personal, dan peneguhan komunal. Konsep panggilan sebagai intervensi ilahi yang dialami oleh calon merupakan manifestasi dari *religious sensemaking*, yaitu proses ketika individu menginterpretasikan sebuah pengalaman subjektif sebagai arahan langsung dari Tuhan (Scheitle & Adamczyk, 2016). Proses pemaknaan tersebut diperkuat ketika calon mengalami berbagai krisis dalam kehidupan. Hal tersebut sejalan dengan teori *post-traumatic growth* yang mengungkapkan bahwa penderitaan justru dapat memicu lahirnya makna dan tujuan hidup yang baru (Tedeschi & Calhoun, 2004).

Pengalaman transenden dan krisis personal tersebut semakin diteguhkan melalui kehadiran komunitas, baik keluarga maupun gereja. Peran pendeta jemaat dan figur rohani terbukti menjadi titik balik penting dalam mengonfirmasi panggilan di tengah pergumulan krisis yang dihadapi calon. Temuan ini menyoroti pentingnya *mentorship* dalam proses peneguhan panggilan personal, sebagaimana diungkapkan oleh Olawoyin dan Kayode (2024). Secara keseluruhan, temuan ini menunjukkan bahwa pemahaman terkait panggilan kependetaan melampaui doktrin semata, yaitu bertumbuh secara relasional melalui pengalaman hidup, pergumulan krisis, dan keterlibatan sosial dalam meneguhkan komitmen pelayanan.

Temuan selanjutnya pada tahap panggilan kependetaan mengungkap sejumlah tantangan yang dihadapi calon pendeta. Pengalaman menghadapi penolakan dari jemaat memperlihatkan bahwa penerimaan umat turut memengaruhi dinamika psikologis calon dalam proses seleksi. Perasaan tidak layak yang sempat muncul juga menandakan adanya proses perbandingan sosial di antara sesama calon pendeta. Selain itu, kesadaran akan keterbatasan pengetahuan teologi awal mengindikasikan tingginya standar yang harus dipenuhi. Temuan ini sejalan dengan penelitian Proeschold-Bell dkk. (2011) bahwa dinamika seleksi kependetaan dapat memicu keraguan diri dan tekanan evaluatif akibat perbandingan sosial maupun spiritual.

Meskipun demikian, berbagai tantangan seleksi tersebut tidak menyurutkan langkah calon, melainkan mendorong munculnya strategi koping proaktif sejak awal. Dalam kerangka model empat kuadran Schwarzer dan Taubert (2002), calon membingkai keterbatasan diri bukan sebagai ancaman yang merugikan (*threat appraisal*), melainkan sebagai tantangan yang memotivasi pengembangan kapasitas (*challenge appraisal*). Menyadari keterbatasan tersebut, para calon secara aktif mengumpulkan sumber daya (*resource accumulation*) yang sejalan dengan tahap pertama model Aspinwall dan Taylor (1997), seperti membangun jejaring, membaca literatur teologi, berkonsultasi dengan pendeta senior, dan melatih keterampilan pelayanan baru.

Memasuki tahap pendidikan teologi, tantangan yang dihadapi beralih pada tekanan akademis dan emosional yang dapat memicu krisis kesehatan mental seperti kekambuhan *anxiety*. Dalam model Schwarzer dan Taubert (2002), krisis akut semacam ini menuntut penggunaan koping reaktif, yakni

@2026 Kusumawijaya

tindakan yang bertujuan mengatasi distres yang telah terjadi dan mengompensasi kerugian psikologis (*compensation of harm or loss*). Langkah mencari pertolongan profesional dari psikolog dan psikiater, serta meminta dukungan spiritual dari dosen teologi dan pendeta merupakan respons darurat yang krusial untuk mencegah eskalasi stres berkelanjutan.

Menariknya, dinamika koping yang berkembang dalam proses pembentukan ini tidak berhenti pada pemulihan reaktif semata. Pengalaman bergulat dengan kecemasan justru ditransformasikan menjadi komitmen pertumbuhan pribadi (*striving toward personal growth*) dan penetapan tujuan hidup yang bermakna (Schwarzer & Taubert, 2002). Pengalaman krisis tersebut diintegrasikan ke dalam pembentukan visi pelayanan pastoral, yakni tekad untuk menjadi pendeta yang memiliki kepedulian dan kepekaan nyata terhadap isu kesehatan mental jemaat. Dengan demikian, kerentanan psikologis masa lalu tidak melemahkan panggilan, melainkan secara aktif diubah menjadi modalitas koping proaktif untuk memperkaya kapasitas pelayanan di masa depan.

Pada tahap kependetaan, tuntutan pelayanan menjadi semakin kompleks dan nyata di lapangan. Temuan penelitian menunjukkan bahwa para calon pendeta menghadapi tantangan berupa kompleksitas peran dan ambiguitas peran. Hal ini konsisten dengan temuan Faucett dkk. (2013) dan Palmer (1998) yang mengungkapkan bahwa pendeta kerap mengalami ambiguitas peran akibat kurangnya batasan tegas terkait tugas yang diemban. Di sisi lain, keharusan menjaga nilai-nilai gereja sejalan dengan pandangan Borrong (2015), yang mana pemahaman aturan gerejawi berfungsi sebagai koridor agar pelayanan dapat berjalan tertib tanpa membebani calon secara berlebihan.

Lebih lanjut, calon pendeta juga berhadapan dengan ekspektasi peran yang sangat tinggi dari jemaat. Tuntutan bahwa calon diharapkan serba bisa layaknya sebuah "*supermarket*" mendukung pandangan Palmer (1998) mengenai ekspektasi jemaat yang kerap melampaui kapasitas pendeta. Bila tidak dikelola dengan baik, ekspektasi eksternal ini dapat membentuk standar diri perfeksionis yang menjadi faktor risiko stres kronis (Grosch & Olsen, 2000; Jackson-Jordan, 2013). Melalui koping proaktif, calon mengenali potensi stresor ini (*recognition*) dan mengubahnya menjadi tantangan (*challenge appraisal*) untuk memperjelas batas kapasitas diri dalam pelayanan (Aspinwall & Taylor, 1997; Schwarzer & Taubert, 2002).

Di tengah tingginya ritme pelayanan pada tahap awal kependetaan, temuan penelitian memperlihatkan bahwa calon tetap membutuhkan koping reaktif pada situasi-situasi tertentu. Koping reaktif diwujudkan melalui doa penyerahan diri kepada Tuhan serta pengambilan jeda melalui hobi atau istirahat sejenak. Mengambil jeda terbukti menjadi strategi efektif untuk meredakan kepenatan emosional, memulihkan fokus kerja, dan menenangkan pikiran sebelum memecahkan masalah pelayanan yang rumit. Temuan ini mendukung hasil penelitian Langerak dkk. (2022) bahwa koping reaktif berperan penting dalam meringankan beban kenyamanan kerja jangka pendek.

Kehadiran koping reaktif tersebut mendukung gagasan Folkman dan Moskowitz (2004) bahwa fleksibilitas strategi koping sangat bergantung pada kesesuaian konteks stresor. Ketika calon pendeta mengalami penipisan energi emosional mendadak akibat himpitan pelayanan, koping reaktif berfungsi

@2026 Kusumawijaya

sebagai mekanisme pemulihan. Menurut Schwarzer dan Taubert (2002), koping reaktif memfasilitasi kompensasi atas keletihan sesaat guna memulihkan kestabilan afektif. Begitu keseimbangan emosional tercapai, kapasitas kognitif calon kembali pulih untuk menjalankan strategi koping proaktif secara optimal (Aspinwall & Taylor, 1997), sehingga kedua mekanisme koping ini bekerja secara sinergis dan saling menopang.

Dinamika utama yang menopang ketahanan calon pendeta pada tahap kependetaan secara terstruktur beroperasi mengikuti *Five-stage Proactive Coping Model* dari Aspinwall dan Taylor (1997). Tahap pertama, akumulasi sumber daya (*resource accumulation*), tercermin dari inisiatif aktif calon pendeta dalam membangun relasi sosial dan mencari pengetahuan di luar teologi. Aspinwall dan Taylor (1997) menegaskan bahwa penghimpunan sumber daya ini sengaja dilakukan sebelum stresor spesifik muncul. Selanjutnya, pada tahap pengenalan (*recognition*) dan penilaian awal (*initial appraisal*), calon pendeta mencermati potensi benturan tugas serta membingkainya sebagai tantangan pertumbuhan kapasitas diri (*challenge appraisal*), bukan ancaman (*threat appraisal*) (Schwarzer & Taubert, 2002).

Pada tahap keempat model Aspinwall dan Taylor (1997), yakni upaya penanganan awal (*preliminary coping efforts*), calon pendeta mengimplementasikan pola kerja yang sistematis, terencana, serta menetapkan batas pelayanan yang sehat guna menyeimbangkan tuntutan gereja dan kebutuhan pribadi. Terakhir, pada tahap kelima yaitu pengumpulan dan penggunaan umpan balik (*elicitation and use of feedback*), calon secara berkala melakukan refleksi diri atas praksis pelayanan dan terbuka terhadap evaluasi dari jemaat maupun mentor. Proses refleksi berkelanjutan ini memungkinkan calon memodifikasi langkah pelayanan secara adaptif demi mengantisipasi tuntutan kependetaan di masa mendatang.

Dinamika koping proaktif calon pendeta semakin dikukuhkan melalui penetapan tujuan khusus masa depan, yakni kerinduan menjadi pendeta yang bersahabat, profesional, berdampak, serta rendah hati dan ramah. Schwarzer dan Taubert (2002) menegaskan bahwa koping proaktif bukan sekadar manajemen risiko preventif terhadap potensi stresor, melainkan suatu regulasi diri positif yang digerakkan oleh pengejaran tujuan-tujuan bermakna (*tenacious goal pursuits*). Penetapan visi pelayanan ini berfungsi sebagai kompas internal yang membimbing pengambilan keputusan harian dan memelihara daya tahan panggilan para calon pendeta.

Secara keseluruhan, temuan penelitian ini menjawab pertanyaan penelitian dengan menegaskan bahwa koping yang dilakukan oleh para calon pendeta merupakan dinamika integratif yang berpusat pada koping proaktif. Koping reaktif hadir secara komplementer untuk meredakan ketegangan emosional jangka pendek, sementara koping proaktif secara berkesinambungan mengarahkan akumulasi sumber daya, pembingkaian tantangan, dan realisasi visi kependetaan jangka panjang (Aspinwall & Taylor, 1997; Schwarzer & Taubert, 2002). Dengan demikian, proses formasi kependetaan membuktikan bahwa ketahanan psikologis dan spiritual calon tidak terbentuk secara pasif, melainkan melalui proses regulasi diri yang aktif, adaptif, dan berorientasi masa depan.

@2026 Kusumawijaya

Kesimpulan dan Saran

Penelitian ini memberikan gambaran dinamika koping proaktif pada calon pendeta yang berkembang secara dinamis melalui tahapan pembentukan pelayanan mulai tahap panggilan, tahap pendidikan teologi, dan tahap proses kependetaan. Penelitian ini menyoroti dinamika koping proaktif calon pendeta yang melibatkan evolusi tujuan, tantangan, dan strategi aktif yang berkelanjutan, mengubah ancaman menjadi tantangan dan peluang pertumbuhan melalui interaksi mekanisme koping reaktif dan proaktif. Penelitian ini berkontribusi pada pemahaman koping terkhusus pada pemimpin agama dan implikasi bagi pembinaan calon pendeta.

Terdapat beberapa keterbatasan dalam penelitian ini. Pertama, data yang digunakan dalam tahap panggilan serta tahap pendidikan teologi bersifat retrospektif. Hal tersebut mengandalkan ingatan informan di masa lampau. Kedua, informan dalam penelitian dipilihkan oleh gereja. Terdapat kemungkinan informan merasa tidak bebas karena peran pihak otoritas. Ketiga, penggunaan dua model koping proaktif yakni model Aspinwall dan Taylor (1997) serta model Schwarzer dan Taubert (2002) yang awalnya ditujukan untuk saling melengkapi dalam memahami fenomena secara komprehensif, tetapi dalam proses analisis penulis lebih condong pada perspektif proses.

Berdasarkan keterbatasan tersebut, penelitian selanjutnya dapat menggunakan jenis penelitian longitudinal untuk mengungkap tantangan dan koping yang digunakan dari waktu ke waktu, misalnya dengan menggunakan catatan harian di setiap tahap kependetaan. Selain itu, penelitian selanjutnya dapat menggunakan salah satu kerangka teori koping proaktif baik mengacu perspektif proses (Aspinwall & Taylor, 1997) atau mengacu perspektif waktu, kepastian, dan penilaian mengenai stresor (Schwarzer & Taubert, 2002). Terakhir, penelitian selanjutnya dapat menggunakan metode *snowball sampling* untuk menetapkan informan agar lebih selektif dan sesuai konteks.

Berdasarkan temuan penelitian, peneliti menyarankan agar calon pendeta menyadari titik-titik rentan yang berpotensi menjadi sumber stres. Kesadaran akan keterbatasan diri membuka ruang bagi pertumbuhan spiritual serta kepekaan terhadap intervensi Ilahi dalam proses kependetaan. Kemudian, secara khusus gereja dapat menyediakan program pembinaan terkait koping proaktif, misalnya: pengenalan stres, pengelolaan konflik, penetapan batasan yang sehat, dan lain sebagainya. Terakhir, jemaat dapat ikut serta untuk memahami tantangan calon pendeta dalam proses kependetaan. Hal tersebut ditujukan agar calon pendeta dapat berproses dengan baik dan tanpa tekanan, tetapi juga tetap tanggung jawab.

Deklarasi

Ucapan Terima Kasih. Penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada Dr. Aquilina Tanti Arini atas bimbingan dan dukungan selama proses penelitian dan penyusunan naskah ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada pihak-pihak yang telah berkontribusi dalam pelaksanaan penelitian ini:

@2026 Kusumawijaya

(1) Gereja dan ketiga informan penelitian, (2) Fakultas Psikologi Universitas Sanata Dharma.

Pendanaan. Pendanaan penelitian ini seluruhnya ditanggung oleh penulis.

Kontribusi Penulis. Penelitian ini merupakan bagian dari tugas akhir penulis untuk memperoleh gelar sarjana psikologi di Fakultas Psikologi, Universitas Sanata Dharma, Yogyakarta. Seluruh bagian dari penulisan ini merupakan tanggung jawab dari penulis.

Konflik Kepentingan. Penulis menyatakan tidak terdapat konflik kepentingan dalam proses penelitian, penulisan, maupun publikasi hasil penelitian ini.

Penggunaan Kecerdasan Buatan. Penulis menyatakan tidak menggunakan kecerdasan buatan dalam artikel ini.

Orchid ID : https://orcid.org/0009-0007-1020-038X

Daftar Acuan

Aspinwall, L. G., & Taylor, S. E. (1997). A stitch in time: Self-regulation and proactive coping. *Psychological Bulletin*, *121*(3), 417–436. https://doi.org/10.1037/0033-2909.121.3.417

Bodenmann, G. (1997). Dyadic coping: A systemic-transactional view of stress and coping among couples: Theory and empirical findings. *European Review of Applied Psychology*, *47*, 137–140.

Borrong, R. P. (2015). Signifikansi kode etik pendeta. *Gema Teologi*, *39*(1), 73–96.

Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology*, *3*(2), 77–101. https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa

Cohoon, W. D., & Gullion, J. S. (2023). "Maybe I'm just too damaged": Revisiting clergy reasons for leaving the profession. *Discernment: Theology and the Practice of Ministry*, *9*(1), 38–60.

Creswell, J. W. (2013). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches* (3rd ed.). SAGE Publications.

Creswell, J. W., & Creswell, J. D. (2018). *Research design: Qualitative, quantitative, and mixed methods approaches* (5th ed.). SAGE Publications.

Darling, C. A., Hill, E. W., & McWey, L. M. (2004). Understanding stress and quality of life for clergy and clergy spouses. *Stress and Health*, *20*(5), 261–277. https://doi.org/10.1002/smi.1031

Denzin, N. K., Lincoln, Y. S., Giardina, M. D., & Cannella, G. S. (Eds.). (2023). *The SAGE handbook of qualitative research* (6th ed.). SAGE Publications.

Faucett, J. M., Corwyn, R. F., & Poling, T. H. (2013). Clergy role stress: Interactive effects of role ambiguity and role conflict on intrinsic job satisfaction. *Pastoral Psychology*, *62*(3), 291–304. https://doi.org/10.1007/s11089-012-0490-8

Folkman, S., & Moskowitz, J. T. (2004). Coping: Pitfalls and promise. *Annual Review of Psychology*,

@2026 Kusumawijaya

55(1), 745–774. https://doi.org/10.1146/annurev.psych.55.090902.141456

Frederick, T. V., Thai, Y., & Dunbar, S. (2021). Coping with pastoral burnout using Christian contemplative practices. *Religions*, *12*(6), 378. https://doi.org/10.3390/rel12060378

Greenglass, E. R. (2005). Proactive coping, resources and burnout: Implications for occupational stress. In A.-S. G. Antoniou & C. L. Cooper (Eds.), *Research Companion to Organizational Health Psychology* (pp. 503–515). Edward Elgar Publishing. https://doi.org/10.4337/9781845423308.00043

Greenglass, E., Schwarzer, R., Jakubiec, D., Fiksenbaum, L., & Taubert, S. (1999). *The Proactive Coping Inventory (PCI): A multidimensional research instrument*. Paper presented at the 20th international conference of the stress and anxiety research society (STAR), Cracow, Poland.

Grosch, W. N., & Olsen, D. C. (2000). Clergy burnout: An integrative approach. *Journal of Clinical Psychology*, *56*(5), 619–632. https://doi.org/10.1002/(SICI)1097-4679(200005)56:5<619::AID-JCLP4>3.0.CO;2-2

Hamm, A. K., & Eagle, D. E. (2021). Clergy who leave congregational ministry: A review of the literature. *Journal of Psychology and Theology*, *49*(4), 291–307. https://doi.org/10.1177/00916471211011597

Heck, A., Drumm, R., McBride, D., & Sedlacek, D. (2018). Seventh-day Adventist clergy: Understanding stressors and coping mechanisms. *Review of Religious Research*, *60*(1), 115–132. https://doi.org/10.1007/s13644-017-0312-7

Heppner, P. P., Heppner, M. J., Lee, D., Wang, Y.-W., Park, H., & Wang, L. (2006). Development and validation of a collectivist coping styles inventory. *Journal of Counseling Psychology*, *53*(1), 107–125. https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.1.107

Holaday, M., Lackey, T., Boucher, M., & Glidewell, R. (2001). Secondary stress, burnout, and the clergy. *American Journal of Pastoral Counseling*, *4*(1), 53–72. https://doi.org/10.1300/J062v04n01_05

Jackson-Jordan, E. A. (2013). Clergy burnout and resilience: A review of the literature. *Journal of Pastoral Care & Counseling: Advancing Theory and Professional Practice Through Scholarly and Reflective Publications*, *67*(1), 1–5. https://doi.org/10.1177/154230501306700103

Jati, H. (2022). *Strategi coping pendeta Gereja Kristen Jawa* [Unpublished undergraduate thesis]. Universitas Sanata Dharma.

Johnson, S., Cooper, C., Cartwright, S., Donald, I., Taylor, P., & Millet, C. (2005). The experience of work-related stress across occupations. *Journal of Managerial Psychology*, *20*(2), 178–187. https://doi.org/10.1108/02683940510579803

Kansiewicz, K. M., Sells, J. N., Holland, D., Lichi, D., & Newmeyer, M. (2022). Well-being and help-seeking among Assemblies of God ministers in the USA. *Journal of Religion and Health*, *61*(2), 1242–1260. https://doi.org/10.1007/s10943-021-01488-z

Krause, N., Ellison, C. G., & Wulff, K. M. (1998). Church-based emotional support, negative

@2026 Kusumawijaya

interaction, and psychological well-being: Findings from a national sample of presbyterians. *Journal for the Scientific Study of Religion*, *37*(4), 725–741. https://doi.org/10.2307/1388153

Krejcir, R. (2016). *Statistics on pastors: 2016 update research on the happenings in pastors' personal and church lives*. Francis A. Schaeffer Institute of Church Leadership Development. https://files.stablerack.com/webfiles/71795/pastorsstatWP2016.pdf

Langerak, J. B., Koen, J., & Van Hooft, E. A. J. (2022). How to minimize job insecurity: The role of proactive and reactive coping over time. *Journal of Vocational Behavior*, *136*, 103729. https://doi.org/10.1016/j.jvb.2022.103729

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer.

Lewis, C. A., Turton, D. W., & Francis, L. J. (2007). Clergy work-related psychological health, stress, and burnout: An introduction to this special issue of mental health, religion and culture. *Mental Health, Religion & Culture*, *10*(1), 1–8. https://doi.org/10.1080/13674670601070541

Olawoyin, O. N., & Kayode, E. O. (2024). The Importance of mentorship for education in Nigeria: A case study of theological education. *International Journal of Research and Innovation in Social Science*, *VIII*(IIIS), 3831–3839. https://doi.org/10.47772/ijriss.2024.803278s

Olsen, D. C., & Grosch, W. N. (1991). Clergy burnout: A self psychology and systems perspective. *Journal of Pastoral Care*, *45*(3), 297–304. https://doi.org/10.1177/002234099104500310

Palmer, A. G. (1998). Clergy stress, causes and suggested coping strategies. *The Churchman Journal*, *112*(2), 163–172.

Pargament, K. I. (1997). *The psychology of religion and coping: Theory, research, practice*. The Guilford Press.

Proeschold-Bell, R. J., LeGrand, S., James, J., Wallace, A., Adams, C., & Toole, D. (2011). A theoretical model of the holistic health of United Methodist clergy. *Journal of Religion and Health*, *50*(3), 700–720. https://doi.org/10.1007/s10943-009-9250-1

Proeschold-Bell, R. J., Miles, A., Toth, M., Adams, C., Smith, B. W., & Toole, D. (2013). Using effort-reward imbalance theory to understand high rates of depression and anxiety among clergy. *The Journal of Primary Prevention*, *34*(6), 439–453. https://doi.org/10.1007/s10935-013-0321-4

Scheitle, C. P., & Adamczyk, A. (2016). Divine callings: Religious sensemaking in the organizational founding process. *Journal of Management, Spirituality & Religion*, *13*(2), 94–116. https://doi.org/10.1080/14766086.2015.1086668

Schwarzer, R., & Taubert, S. (2002). Tenacious goal pursuits and striving toward personal growth: Proactive coping. In E. Frydenberg (Ed.), *Beyond coping: Meeting goals, visions and challenges* (pp. 19–36). Oxford University Press.

Staley, R. C., McMinn, M. R., Gathercoal, K., & Free, K. (2013). Strategies employed by clergy to prevent and cope with interpersonal isolation. *Pastoral Psychology*, *62*(6), 843–857. https://doi.org/10.1007/s11089-012-0473-9

@2026 Kusumawijaya

Stiglbauer, B., & Batinic, B. (2015). Proactive coping with job insecurity: Is it always beneficial to well-being? *Work & Stress*, *29*(3), 264–285. https://doi.org/10.1080/02678373.2015.1074956

Sundoyo. (2014). *Analisis penyebab dan proses penanggalan (peletakan) jabatan pendeta di Gereja-gereja Kristen Jawa* [Unpublished thesis]. Universitas Gajah Mada.

Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundations and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, *15*(1), 1–18. https://doi.org/10.1207/s15327965pli1501_01

Tian, L., & Heppner, P. P. (2018). The development and validation of a Chinese proactive coping inventory among Chinese college students. *International Perspectives in Psychology*, *7*(1), 19–34. https://doi.org/10.1037/ipp0000081

Tian, L., Tsai, C., Khalsa, G., Condie, M., Kopystynsky, N., Ohde, K., & Zhao, A. (2023). A proactive coping scale for U.S. college students: Initial evidence and implications. *Journal of Psychoeducational Assessment*, *41*(4), 395–415. https://doi.org/10.1177/07342829221151005

Visker, J. D., Rider, T., & Humphers-Ginther, A. (2017). Ministry-related burnout and stress coping mechanisms among assemblies of God-ordained clergy in Minnesota. *Journal of Religion and Health*, *56*(3), 951–961. https://doi.org/10.1007/s10943-016-0295-7

Wells, C. R., Probst, J., McKeown, R., Mitchem, S., & Whiejong, H. (2012). The relationship between work-related stress and boundary-related stress within the clerical profession. *Journal of Religion and Health*, *51*(1), 215–230. https://doi.org/10.1007/s10943-011-9501-9

@2026 Kusumawijaya