



## Pengaruh Adversity Quotient dan Dukungan Sosial Terhadap Kesehatan Mental Melalui Pendidikan Agama Kristen Penyintas Bunuh Diri di Kota Manado

Novri Naftali Noya<sup>1</sup>, Wolter Weol<sup>2</sup>, Benny Binilang<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Mahasiswa Pascasarjana IAKN Manado<sup>2</sup>Dosen Pascasarjana IAKN Manado<sup>3</sup>Dosen Pascasarjana IAKN Manado

Received: 04 Agustus 2024  
Revised: 11 Agustus 2024  
Accepted: 18 Agustus 2024

### Abstract

This study aims to determine the direct and significant influence of Adversity Quotient (X1) on the mental health of suicide survivors in Manado City (Y), the direct and significant influence of social support (X2) on the mental health of suicide survivors in Manado City (Y), the direct and significant influence of Christian religious education (Z) on the mental health of suicide survivors in Manado City (Y), the direct and significant influence of Adversity Quotient (X1) on Christian religious education (Z), the direct and significant influence of social support (X2) on Christian religious education (Z), the indirect and significant influence of Adversity Quotient (X1) through Christian religious education (Z) on the mental health of suicide survivors in Manado City (Y), and the indirect and significant influence of social support (X2) through Christian religious education (Z) on the mental health of suicide survivors in Manado City (Y). This study uses a quantitative research method. The research sample consists of 45 suicide survivors in Manado City. The analysis technique used is SPSS 29.

**Keywords:** adversity quotient, social support, Christian religious education, mental health.

(\*) Corresponding Author: novrinaftalinoya@gmail.com

**How to Cite:** Noya, N. N., Weol, W., & Binilang, B. (2024). Pengaruh Adversity Quotient dan Dukungan Sosial Terhadap Kesehatan Mental Melalui Pendidikan Agama Kristen Penyintas Bunuh Diri di Kota Manado. <https://doi.org/10.5281/zenodo.13764707>

## PENDAHULUAN

Kesehatan Mental tidak terlepas dari kesehatan secara menyeluruh pada manusia, yang artinya kesehatan mental sama pentingnya dengan kesehatan fisik. Pertama kesehatan mental dalam arti sempit ialah kesehatan batin, jiwa yang nanti akan saling mempengaruhi dengan kesehatan fisik. Manusia tanpa kesehatan fisik pada hakikatnya tidak bisa berbuat apa apa begitu juga sebaliknya. Yang kedua ialah bagaimana konsep pemahaman diri sendiri dan lingkungan. Situasi ini menunjukkan bahwa Dimana ketika manusia memiliki kesehatan yang baik lingkungan juga akan mengikuti untuk menjadi tempat yang sehat dan kondusif. Disini dapat dilihat bahwa ada pengaruh antara manusia, kesehatan dan lingkungan. Dengan sehatnya mental seseorang maka aspek kehidupan yang lain dalam dirinya akan bekerja secara lebih maksimal.

Bagi Penulis isue kesehatan mental menjadi hal yang menarik dan membuat dunia bertanya kenapa fenomena tersebut terjadi kepada setiap golongan, usia, dan pada lapisan masyarakat. Dari pernyataan peneliti kita dapat melihat bahwa kesehatan mental sama pentingnya dengan kesehatan fisik dan jika terjadi gangguan pada kesehatan mental seseorang dan tidak didampingi serta ditangani dengan baik dan tepat dari diri sendiri maupun lingkungan, maka kemungkinan seseorang

dengan gangguan kesehatan mental dapat mengakhiri hidupnya jika individu tersebut tidak dapat mengelolah stress serta tekanan hidup yang di alami. Menurut Kartikasari, kesehatan mental merujuk kepada seluruh aspek perkembangan individu, yang mampu terhindar dari gangguan mental, mampu mewujudkan keselarasan dalam fungsi jiwa dan batin, dan mampu menghadapi masalah serta merasakan kebahagian atas kemampuan diri sendiri dalam menyesuaikan diri sesama manusia dan dirinya dengan lingkungan (Kartikasari D, 2022:15).

Ide untuk melukai diri sendiri kerap kali munjul di pikiran ketika seseorang individu tersebut sudah tidak mampu lagi bertahan bahkan menghadapi permasalahan yang dimilikinya. Penyintas Bunuh Diri, Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), Penyintas adalah seseorang yang mampu bertahan hidup. Artinya orang tersebut dianggap berhasil dari kata “sintai” yang artinya, bertahan hidup atau mampu mempertahankan keberadaannya. Maka Penyintas bunuh diri merupakan individu yang pernah mencoba, mengalami dan melakukan tindakan bunuh diri. Di Indonesia, meski bunuh diri bukan suatu hal yang baru untuk diketahui, namun perilaku bunuh diri masih saja sering dianggap tabu untuk dibahas.

Menurut WHO (*World Health Organization*) diperkirakan Setiap 40 detik satu orang meninggal dunia karena bunuh diri dan diperkirakan 1.000 orang bunuh diri dan 24.000 usaha bunuh diri dilakukan setiap tahunnya dikalangan usia 18-31 tahun (Green B, 2022:318). Di Indonesia ada 287 kasus bunuh diri yang terjadi, dari bulan January sampai dengan 15 Maret 2024 artinya ada 3-4 orang meninggal karena bunuh diri perharinya kira kira ada 1 orang kehilangan nyawanya karena bunuh diri setiap 6 jam. Melihat situasi ini kata kata memang tidak cukup menjadi obat penyembuh, tetapi satu hal yang perlu disadari, kita tidak bisa mengontrol semua hal yang terjadi. Akan tetapi kita bisa memulai dari mendengar dan memberikan stigma stigma positif bagi sesama dalam menjalani kehidupan sehari hari. karena siapa pun anda, anda tidak sendiri, ada dicintai. Siapapun anda, kami peduli, kami memperhatikan.

Di kutip dari berita online kanal metro Manado, pada bulan Desember tahun 2023 Dinas kesehatan manado berdialog dengan KCBD (Komunitas Cegah Bunuh Diri) mengenai kasus bunuh diri yang terjadi. Bunuh diri seperti fenomena gunung es atau *iceberg*, Nampak sedikit di permukaan tetapi ternyata dibawahnya banyak, sehingga harus mendapat perhatian yang khusus. Menurut kepala Dinas kesehatan kota Manado, Bapak Steven Dandel, *Sucide* Seperti fenomena *iceberg* karena kasus ini bukan hanya yang terlihat menggantung diri saja, tetapi ada banyak lainnya seperti melukai diri sendiri, menabrakan diri ke kendaraan yang melaju, atau sengaja tidak mau makan bisa disebut upaya bunuh diri. Dia mengakui itu masalah yang tidak kasat mata, karena berkaitan dengan kesehatan mental, tetapi harus diseriusi, karena sangat berbahaya, dan untuk mencegah maka harus ada suatu komunitas sosial sehingga menjadi *support system* bagi siapapun. peneliti ini merupakan anggota dari KCBD (komunitas cegah bunuh diri) tersebut yang tergabung sebagai anggota volunteer bidang Devisi Komunitas Berbasis Masyarakat. Hal inilah yang membuat peneliti mengangkat masalah penyintas bunuh diri ini menjadi tugas akhir dalam penyelesaian pendidikan program magister pendidikan.

Kasus bunuh diri yang terjadi di kota Manado meningkat setiap tahunnya, dari data yang didapatkan dari tahun 2022 sampai dengan bulan february 2024 terjadi

kasus bunuh diri di kota Manado berjumlah 29 kasus dan penyintas bunuh diri berjumlah 45 orang. Pelaku pelaku dari bunuh diri tersebut didominasi oleh orang yang mengaku dan percaya kepada Yesus Kristus secara pribadi dan acaranya. Fenomena yang terjadi di kota Manado ini menjadi cikal bakal pemikiran peneliti untuk melihat sejauh mana pengaruh pendidikan agama Kristen di pahami dan dilakukan dalam kehidupan. Penyintas bunuh diri menjadi objek dalam penelitian ini, dimana penulis akan mengelolah dan mendapatkan informasi dari para penyintas tersebut dengan melihat sejauh mana pengaruh adversity quotient dan dukungan sosial terhadap kesehatan mental mereka. Selain itu lewat pendidikan agama Kristen yang berpangkal pada bertumbuhan spiritualitas dalam memberi pengharapan hidup bagi para penyintas ketika mengalami pergumulan dan permasalah dalam kehidupan untuk tetap sehat dan bertahan dalam kehidupan. karena kehidupan adalah Anugerah dari Allah dan manusia tidak ada hak mengakhiri kehidupan dengan cara bunuh diri.

Melalui Pendidikan Agama Kristen diletakkan menjadi penghubung utama untuk Adversity Qoutien, dukungan komunitas sosial terhadap kesehatan mental baik hubungan secara langsung maupun tidak langsung kepada penyintas bunuh diri yang ada di kota Manado. Tolak ukur dari Pendidikan Agama Kristen dilihat bagaimana spiritualitas itu ada dalam pengharapan untuk tetap hidup dan bertahan hidup ketika menerima dan mengalami permasalahan bagi para penyintas bunuh diri yang ada dalam bingkai mental sehat dan baik.

*Adveritas Quotient*, pertama kali dikemukakan oleh Paul G. Stoltz, Ph.D, penemu dari PEAKLearning.Inc.Tahun 1987, yang menemukan Adveristy Quotient sebagai salah satu tolak ukur untuk menentukan sejauh mana seseorang itu bisa menghadapi kesulitan dan kemampuan untuk mengatasinya. Dengan teori yang di sampaikan oleh Stoltz penulis mengambil Adveristy Quotient untuk dijadikan salah satu variable dalam penulisa karya ilmia ini. Sebagaimana di paparkan oleh Stoltz AQ akan melihat dan mengukur sejauh mana seseorang untuk bisa meghadapi, bertahan bahkan keluar dari permasalah yang di hadapi, baik permasalahan yang bersifat pribadi dan umum dalam lingkungan sosial.

Adversity quotient harus dipupuk dan bertumbuh kapada setiap pribadi, dimana kemampuan ini mengukur respon terhadap kesulitan. Selain itu adversity quotient in memiliki fungsi (1) memberitahu seberapa jauh anda mampu bertahan menghadapi kesulitan dan kemampuan anda untuk mengatasinya, (2) Meramalkan siapa yang akan bertahan dan siapa yang akan hancur, (3) Meramalkan siapa yang akan menyerah dan siapa yang akan bertahan dan (4) adversity quotient dimulai dengan individu. (Stoltz P, 2000: 14-15). Stoltz juga mengatakan Konsep tentang kecerdasan adversitas dibangun berdasarkan studi empirik. Kecerdasan adversitas memasukan dua komponen penting dari konsep praktis, yakni teori ilmiah dan aplikasinya di dunia nyata. Melihat pentingnya kecerdasan ini, maka diharapakan semua pihak memiliki pemahaman yang baik dan tepat ketika menghadapi tantangan, kesesaraan dan permasalah dalam kehidupan.

Hidup merupakan anugerah yang diberikan Tuhan Allah kepada setiap manusia, para penyintas bunuh diri yang ada di kota Manado harus memiliki pemahaman yang jelas mengenai arti hidup berserta tantangan hidup yang akan dihadapi. Bertumbuhan pengharapan dan spiritualitas yang benar harus bisa di rasakan secara baik dan tepat bagi setiap individu. Pendidikan Agama Kristen menjadi pangkal

utama dalam menumbuhkan iman yang sehat dan benar. Ketika berada bersama-sama dengan para penyintas peneliti mendengar ungkapan pengalaman disaat mereka melakukan tindakan atau aksi percobaan bunuh diri. Bagi para penyintas tindakan yang mereka lakukan dilatarbelakangi oleh ketidakmampuan menerima masalah yang dihadapi dalam hidup serta kurangnya pemahaman dari diri sendiri terhadap diri sendiri dan dengan lingkungan sekitarnya. Hilangnya pengharapan dalam hidup dan rendahnya pemahaman spiritualitas dalam pendidikan kristiani menjadi salah satu penyebab tindakan percobaan bunuh diri dari para penyintas yang ada di kota Manado.

Untuk penulis akan mengangkat bagaimana kesehatan mental menjadi bagian penting untuk mencegah terjadinya prilaku bunuh diri yang setiap 40 detik satu orang meninggal karena tindakan mengakhiri diri sendiri (Beverly G, 2023:317). Bunuh diri merupakan fenomena yang menarik untuk dikaji, hal ini dikarenakan bunuh diri merupakan fenomena yang sampai saat ini belum bisa ditentukan akar pemasalahannya secara spesifik. Dari beberapa penelitian ditemukan bawahsanya disebabkan oleh kombinasi faktor dan motivasi pelaku yang saling berkaitan satu sama lain, baik faktor motivasi intrisik ataupun ekstrisik. Faktor dan motivasi intrisik berarti penyebab ataupun dorongan dari dalam diri pelaku percobaan bunuh diri, misalnya keadaan psikologis yang sedang tidak seimbang atau ingin lari dari rasa sakit yang dirasakan, sedangkan faktor dan motivasi ekstrisik yaitu penyebab ataupun dorongan dari luar yang berkaitan dengan pelaku percobaan bunuh diri, misalnya keadaan ekonomi yang sulit, permasalahan yang dihadapi atau bunuh diri dikarenakan berharap bahwa mereka dirindukan atau dikenang setelah kematian mereka. (Luluk, Fathul, 2018:31).

## METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian kuantitatif. Menurut V. Wiratna Sujarwani (2014:39) penelitian kuantitatif adalah jenis penelitian yang menghasilkan penemuan-penemuan yang dapat dicapai (diperoleh) dengan menggunakan prosedur-prosedur statistik atau cara lain dari kuantifikasi (pengukuran). Sedangkan pengertian Metode Penelitian Kuantitatif, menurut Sugiyono (2017:8) adalah Metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrumen penelitian, analisis data bersifat kuantitatif atau statistik, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang ditetapkan.

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan Pendekataan kuantitatif teknik ini Analisis jalur, teknik ini untuk menganalisi hubungan sebab akibat yang terjadi pada regresi berganda jika variable bebasnya mempengaruhi variable terikat, tidak hanya secara langsung, tetapi juga secara tidak langsung langsung (Rutherford R, 1993). Hal yang sama juga dikemukakan oleh Paul Webley (1997), bahwa : Analisis Jalur merupakan pengembangan langsung bentuk regresi berganda dengan tujuan untuk memberikan etimasi tingkat kepentingan (magnitude) dan signifikansi hubungan sebab akibat hipotetikal dalam seperangkat variable.

Dalam penelitian ini, terdapat variabel intervening yang adalah variabel antara. Variabel ini digunakan untuk memperkuat pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikat (Sugiyono, 2016:76). Artinya, semakin tinggi pengaruh variabel

bebas semakin tinggi pula pengaruhnya terhadap variabel intervening. Dengan tingginya variabel intervening, maka akan berpengaruh terhadap variabel terikat.

## HASIL & PEMBAHASAN

### Hasil

#### Uji F Variabel X<sub>1</sub>, X<sub>2</sub> dan Y

**ANOVA<sup>a</sup>**

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	2569,347	2	1284,673	17,274	<.001 <sup>b</sup>
	Residual	3123,631	42	74,372		
	Total	5692,978	44			

a. Dependent Variable: Kesehatan Mental

b. Predictors: (Constant), Dukungan Sosial , Adversity Quotient

Berdasarkan hasil tabel 3.20 dapat dilihat nilai F-hitung  $17,274 \geq 2,83$  (nilai F-Tabel), yang artinya menunjukkan adanya pengaruh. Berdasarkan hasil uji F di atas juga di atas juga diketahui bahwa nilai signifikansi  $0,001 \leq 0,05$  artinya  $H_0$  di tolak dan  $H_1$  diterima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel *Adversity Quotient* ( $X_1$ ) dan Dukungan sosial ( $X_2$ ) secara bersama sama berpengaruh signifikan terhadap variabel Kesehatan Mental (Y).

#### Uji T

#### Pengaruh tidak langsung variabel X<sub>1</sub> – Z – Y

$H_0: \beta_{X1ZY} = 0,05$  Tidak ada pengaruh signifikan secara tidak langsung dari *Adversity Quotient* terhadap kesehatan mental melalui pendidikan agama Kristen penyintas bunuh diri kota Manado.

$H_1: \beta_{X1ZY} \neq 0,05$  Terdapat pengaruh signifikan secara tidak langsung dari *Adversity Quotient* terhadap kesehatan mental melalui pendidikan agama Kristen penyintas bunuh diri Kota Manado.

**Coefficients<sup>a</sup>**

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients Beta	t	Sig.
	B	Std. Error			
1	(Constant)	31,742	12,882	2,464	,018
	Adversity Quotient	,701	,205	,463	,001

a. Dependent Variable: Kesehatan Mental

**Coefficients<sup>a</sup>**

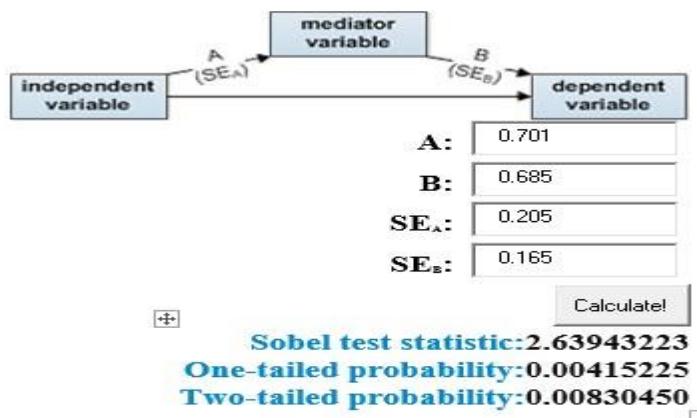
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients Beta	t	Sig.
	B	Std. Error			
1	(Constant)	1,273	13,223	,096	,924
	Adversity Quotient	,397	,189	,263	,042
	PAK	,685	,165	,518	<,001

a. Dependent Variable: Kesehatan Mental

Dari hasil uji hipotesi menunjukkan terdapat pengaruh signifikan secara tidak langsung dari *Adversity Quotient* terhadap kesehatan mental melalui pendidikan agama Kristen penyintas bunuh diri dengan nilai koefisien regresi *Adversity Quotient* terhadap kesehatan mental sebesar 0,701 dengan standar error 0,205. Kemudian untuk pendidikan Agama Kristen nilai koefisien 0,685 dengan standar error 0,165. Nilai signifikansi 0,001 yang lebih besar dari nilai alpha yang ditetapkan yaitu  $\beta = 0,05$  ( $\beta = 0,001 \leq 0,05$ ) hal ini berarti  $H_1$  diterima dan  $H_0$  ditolak karena ternyata terdapat pengaruh yang signifikan secara tidak langsung *Adversity*

*Quotient* ( $X_1$ ) terhadap kesehatan mental (Y) melalui Pendidikan Agama Kristen (Z) penyintas bunuh diri Kota Manado.

### Sobel tes untuk pengaruh tidak langsung variabel $X_1 - Z - Y$



Dasar pengambilan keputusan :

1. Apabila nilai  $Z < 1,98$  maka dinyatakan **tidak mampu** untuk memediasi hubungan pengaruh variabel independent terhadap variabel dependent. Begitu juga sebaliknya.
2. Apabila nilai  $Z > 1,98$  maka dinyatakan **mampu** untuk memediasi hubungan pengaruh variabel independent terhadap variabel dependent.

Dari hasil perhitungan sobel test mendapatkan nilai z sebesar 2,639, karena nilai Z di peroleh sebesar  $2,639 > 1,98$  dengan tingkat singnifikan 0,05 maka membuktikan bahwa Pendidikan Agama Kristen (Z) **mampu** memediasi hubungan *Adversity Quotient* ( $X_1$ ) terhadap kesehatan mental (Y).

### Pengaruh Tidak Langsung *Adversity Quotient* Melalui Pendidikan Agama Kristen Terhadap Kesehatan Mental

Berdasarkan hasil analisi menunjukkan nilai koefisien regresi *Adversity Quotient* terhadap kesehatan mental sebesar 0,701 dengan standar error 0,205. Nilai signifikasi 0,001. Kemudian untuk Pendidikan Agama Kristen nilai koefisien 0,685 dengan standar error 0,165 dan nilai signifikasi  $\leq 0,001$  sehingga *Adversity Quotient* ( $X_1$ ) Signifikan terdapat pengaruh tidak langsung Terhadap Kesehatan Mental (Y) demikian juga pendidikan Agama Kristen (Z) terdapat pengaruh tidak langsung terhadap kesehatan Mental (Y). melalui uji mediasi dengan memakai perhitungan sobel test mendapatkan nilai Z sebesar  $2,639 > 1,98$  dengan tingkat singifikasi 0,05 maka membuktikan bahwa pendidikan Agama Kristen (Z) Mampu memediasi hubungan *Adversity Quotient* ( $X_1$ ) terhadap kesehatan Mental (Y).

AQ (*adversity quotient*) ialah Kemampuan untuk bertahan ketika menghadapi kesulitan dan mampu untuk mencari jalan keluar dan mampu atau solusi sebagai alternatif penyelesaian. Dengan kata lain, AQ dapat disebut sebagai kecerdasan dalam menghadapi tantangan. Empat manfaat AQ Bagi kehidupan, yang pertama AQ Memberi tahu Anda seberapa jauh anda mampu bertahan menghadapi kesulitan dan kemampuan anda untuk mengatasinya. Yang kedua AQ meramalkan siapa yang mampu mengatasi kesulitan dan siapa yang akan hancur. Yang ketiga AQ meramalkan siapa yang akan melampaui harapan – harapan atas kinerja dan potensi

mereka serta siapa yang akan gagal dan yang terakhir AQ meramalkan siapa yang akan menyerah dan siapa yang akan bertahan. (Stoltz P, 2020:8-9).

Pendidikan Agama Kristen memiliki pengaruh baik kepada *Adversity Quotient* maupun terhadap kesehatan mental, ini pendapat yang disampaikan oleh Suhaimi (Yasipin Silvia, 2017:30). Kesehatan mental merupakan suatu kondisi yang memungkinkan perkembangan fisik (*Biologic*), intelektual (*Cognitive*), emosional (*affective*) dan spiritual (agama) yang seseorang dan berkembangan itu berjalan selaras dengan keadaan orang lain. Dan menurut Clinebell, “*mental health is desired and cherished by most people, for themselves and their loves ones*” dimana Clinebell mendefinisikan kesehatan mental adalah keadaan dimana seseorang diinginkan dan dihargai oleh orang lain, baik bagi diri sendiri, dan orang yang mereka cintai.

## PEMBAHASAN.

*Adversity Quotient* adalah konsep yang merujuk pada kemampuan seseorang untuk menghadapi dan mengatasi kesulitan atau tantangan hidup. Dalam konteks pendidikan dan pembelajaran khususnya pendidikan Agama Kristen, konsep ini dikaitkan dengan perkembangan keterampilan dan kualitas spiritual yang ada pada individu baik di masyarakat dan gereja. Untuk itu dalam pandangan dari Paul Stoltz *adversity quotient* memiliki tiga tipe untuk dapat bertahan ketika mengalami kesulitan, diantaranya : (1) *Quitter* (orang yang berhenti). Tipe ini adalah orang yang merasa takut dengan pendakian sehingga memilih untuk berhenti dan tidak melakukan pendakian. *Quitter* ini adalah gambaran dari mereka yang tidak berani untuk berbuat, orientasi mereka hanya sekedar bagaimana bertahan hidup. (2) *Camper* (orang yang berkemah). Mereka ini adalah orang-orang yang berani melakukan pendakian. Tetapi pendakian mereka tidak sampai puncak. Setelah sampai di tengah pendakian puncak, ia merasa puas dan berkemah di situ. Dan ketika di tengah perjalanan dan melihat ada resiko dan bahaya yang besar, maka mereka memilih untuk mencari aman dan berkemah dan tidak melanjutkan pendakian hingga puncak. Mereka dibaratkan dengan seseorang yang telah berani melakukan perjalanan yang cukup berisiko, namun resiko yang aman dan terukur. Cepat puas dengan hasil yang diperoleh sehingga berhenti di tengah Jalan.

(3) *Climber* (pendaki yang mencapai puncak). Mereka berani menghadapi resiko dan kesulitan dalam mendaki. Dengan kecerdasan dan kemampuan yang mereka miliki, mereka berjuang hingga sampai menuju puncak gunung pendakian. Mereka adalah para pejuang yang tidak perna berhenti apalgi putus asa dan menyerah dalam menghadapi segala cobaan dan kesulitan. (Stoltz P, 2000:18-19). Dengan hal ini menyatakan bahwa kesulitan dan ujian yang di hadapi selama hidup di dunia ini akan selalu terjadi karena kehidupan adalah pembelajaran dalam hidup. Pandangan ini seiring dengan hakekat Pendidikan Agama Kristen, bekajar dan pembelajaran.

Disini dapat dilihat bahwa Pendidikan Agama Kristen tidak hanya terletak dalam pemahaman akan mengenal dan memahami acaran acaran Kristiani tetapi juga hubungan kesehatan mental yang baik didalam diri yang sehat, karena iman akan bertumbuh dengan baik jika berada dalam jiwa dan mental yang sehat

Pendidikan Agama Kristen juga memiliki pengaruh terhadap kesehatan mental. Pengaruh ini dapat dilihat konsep kesehatan mental menurut Suhaimi (Silvia Y,

2017:30). Kesehatan mental merupakan suatu kondisi yang memungkinkan perkembangan fisik (*Biologic*), Intelektual (*Cognitive*), emosional (*affective*) dan spiritual (agama) yang seseorang dan berkembangan itu berjalan selaras dengan keadaan orang lain. Dan menurut Clinebell, “*mental health is desired and cherished by most people, for themselves and their loved ones*”. Dimana Clinebell mendefinisikan kesehatan mental adalah keadaan dimana seseorang diinginkan dan dihargai oleh orang lain, baik bagi diri mereka sendiri, dan orang yang mereka cintai.

*Adversity Quotient* berpengaruh positif terhadap kesehatan mental bagi penyintas bunuh diri di kota Manado. Hal ini menunjukkan bahwa jika seorang penyintas memiliki kemampuan untuk dapat bertahan serta berjuang untuk tetap tegar dan kuat menghadapi kesulitan hidupnya, maka dapat dipastikan seseorang memiliki kesehatan mental yang baik dan sehat. Dalam penelitian ini menggambarkan adanya pengaruh yang positif serta signifikan *Adversity Quotient* terhadap kesehatan mental. Kecerdasan ini dapat meramalkan siapa yang akan bertahan dan yang tidak. Sebab kecerdasan ini mengukur tingkat kemampuan mengeloh masalah, menghadapi kesulitan dan berjuang untuk keluar dari permasalahan yang dihadapi. Penyintas bunuh diri yang ada di kota Manado cukup memiliki kemampuan *Adversity Quotient* yang baik hal ini dapat dilihat dari kemampuan bertahan dalam menghadapi kesulitan hidup.

Pendidikan Agama Kristen dalam spiritualitas memiliki pengaruh positif terhadap kesehatan mental. Sangat jelas terlihat bahwa seseorang yang sehat secara spiritual juga sehat secara mental. Bagi penyintas bunuh diri sehat secara iman dan sehat secara fisik harus menjadi perhatian untuk mengurangi perilaku yang kurang berkenan. Sehat secara mental dan iman harus diwujudkan dalam respon dan tindakan yang harus dilakukan dalam kehidupan. Pribadi yang sehat merupakan pribadi yang memiliki kemampuan untuk memahami pentingnya keseimbangan yang tepat antara spiritualitas dalam pendidikan agama Kristen dan kesehatan mental, dengan pemahaman tersebut para penyintas bunuh diri akan lebih menghargai hidup, sebab hidup adalah anugerah terbesar yang Tuhan berikan.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis, ditemukan bahwa terdapat pengaruh *Adversity Quotient* terhadap Kesehatan Mental Penyintas bunuh diri. Hal ini terlihat dari hasil uji t (parsial) yang mana menyatakan nilai t-hitung sebesar  $2,464 \geq 2,020$  (Nilai T-tabel), hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan. Berdasarkan hasil uji t juga, diketahui bahwa nilai signifikansi  $0,001 \leq 0,05$  yang artinya  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima, sehingga terdapat pengaruh variabel *Adversity Quotient* ( $X_1$ ) Terhadap variabel Kesehatan Mental ( $Y$ ).

Pengaruh langsung *Adversity Quotient* melalui Pendidikan Agama Kristen terhadap Kesehatan mental penyintas bunuh diri di Kota Manado, dikatakan memiliki pengaruh dan signifikan, karena nilai signifikansi  $0,001 \leq 0,05$  nilai p ini dibawah taraf signifikan yang ditetapkan dalam perhitungan statistic. Serta dari hasil perhitungan sobel test memiliki pengaruh tidak langsung dimana nilai Variabel Z sebesar  $2,639 \geq 1,98$  dengan tingkat singnifikasi 0,05. Berdasarkan hasil ini. Maka Pendidikan Agama Kristen (Z) mampu menjadi varibel mediasi bagi *Adversity Quotient* untuk kesehatan mental penyintas bunuh diri di Kota Manado.

## REFERENSI

- Andar Ismail. (2011). *Ajarlah Mereka Melakukan Kumpulan Karangan Seputar Pendidikan Agama Kristen*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Antone. Hope. (2019). *Pendidikan Kristiani Kontekstual*. Jakarta: BPK. Gunung Mulia.
- Al. Husain. (2005). *Mengapa Harus Bunuh Diri*. Jakarta: Qisthi Press.
- Al-Noor, Z., Selai, C., Al Ansari, R., Alhadi, A., El Hilo, B., & Scior, K. (2018). The impact of culture on anxiety related cognitions: an exploration with Saudi-Arabian individuals. *Mental Health, Religion and Culture*, 21(5), 515–533. <https://doi.org/10.1080/13674676.2018.1505839>.
- Anshori, M. & Iswatim, S. (2017). *Metodologi penelitian kuantitatif*. Surabaya: Airlangga University Press.
- Arikunto, S. (2012). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, S. (2014). *Dasar-dasar evaluasi pendidikan*. Jakarta: Bina Aksara.
- Aulia, N., Yulastri, & Sasmita, H. (2019). Analisis Hubungan Faktor Risiko Bunuh Diri dengan Ide Bunuh Diri pada Remaja. *Jurnal Keperawatan*, 11(4), 307–314.<http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/Keperawatan/article/view/534/385>
- Beverly Greene., Jeffrey S. Nevid & Spencer A. Rathus. (2018). *Psikologi Abnormal*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Bilgi, O., Tas, Ibrahim. (2018). *Effects of Perceived Social Support and Psychologica Resilience on Social Media Addiction among University Students*. *UniversalJournalofEducationalResearch*,6(4):751-758,20018. DOI:<http://10.13189/ujer.2018.060418>
- Danarjati, D. W., Murtiadi, A. & Ekawati, A. R. (2014). *Pengantar psikologi umum*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Darmaputera, E. (1997). Agama dan spiritualitas: Suatu perspektif pengantar. *Jurnal Penuntun*, 3 (12), 1-18.
- Denny JA. (2022). *Spirituality Of Happiness, Spiritualitas Baru Abad 21 Narasi Ilmu Pengetahuan*. Jakarta: Cerah Budaya Indonesia.
- Douglas, J. D. (Ed.). (2011). *Ensiklopedia alkitab masa kini jilid I*. Jakarta: Yayasan Bina Kasih.
- Dhiya, F., Rizqi, N., & Ediati, A (2020). Dukungan Sosial Keluarga Dan Kecemasan dalam menghadapi Dunia kerja pada mahasiswa semester Akhir. Empati, 8(4),15-32.
- Eka Sri. Handayani. (2022). *Kesehatan Mental, Mental Hygine*. Banjarmasin: ROSDA.
- Emery, R, E., & Thomas F. Olthamanns. (2013). *Psikologi Abnormal*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Faizah N. Laela. (2017). *Bimbingan Konseling Sosial*. Surabaya: SAP.
- Fatimah Ibdah. (2023). Dukungan Sosial: sebagai bantuan menghadapi stress pada anak yatim di panti asuhan. *Jurnal of Education sciences and Teacher Training*, 12 (2), 153-172. Doi: <http://jurnal.ar-raniry.ac.id.21652.93037>
- Ghozali, I. (2018). *Aplikasi analisis multivariat dengan program SPSS*. Semarang: Badan Penerbitan Universitas Diponegoro.

- H. Endin Nasrudin & Ujam Jaenudin. (2021). *Psikologi Agama Dan Spritualitas Memahami Perlaku Beragam Dalam Perspektif Psikologi*. Jakarta: Lagood's Publishing.
- Hadi, S. (2009). *Analisis regresi*. Yogyakarta: Andi.
- Hadi, S. 2016. *Metodologi Riset*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Homrighausen, E.G & Enklaar, I.H. (2015). *Pendidikan Agama Kristen*. Jakarta: BPK. Gunung Mulia.
- Imron. 2018. *Aspek spiritualitas dalam kinerja*. Magelang: UNIMMA PRESS.
- Kadir. (2016). *Statistik terapan (Konsep, contoh, dan analisis data dengan program SPSS/Lisrel dalam penelitian)*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Kartono. K. (2000). *Hygiene Mental*. Bandung: Mandar Maju.
- Muri, Y. (2014). *Metode penelitian: Kuantitatif, kualitatif, dan penelitian gabungan*. Jakarta: Kencana.
- Nadia Prasetyawati. (2019). Hubungan antara spiritualitas dan adversity quotient pada mahasiswa perguruan tinggi negeri X dan Y di Surabaya. *Psychopreneur Journal*. 3 (1): 26-35. Doi: <http://journal.issn.2598-649X>.
- Nur Dewi Kartikasari., Yulia Fitria & Fransiska E. Damayanti. (2022). *Kesehatan Mental*. Padang : PT. Global Eksekutif Teknologi.
- Paul G. Stoltz. (2020). *Adversity Quotient Mengubah Hambatan Menjadi Peluang*. Jakarta: Grasindo.
- Paulus S. Widjaja. (2020). *Meretas Diri Merengkuh Liyan Berbagi Kehidupan*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Priyatno, D. (2012). *Teknik mudah dan cepat melakukan analisis data penelitian dengan SPSS*. Yogyakarta: Gava Media.
- Priyatno, D. (2012). *Cara Kilat Belajar Analisis Data dengan SPSS 20*. Edisi Kesatu. Yogyakarta: ANDI
- Parama., P.,P.,S & Pande.,L.,K.,A.,S. 2018. Hubungan Antara Dukungan Sosial dan SelfEfficacy dengan Tingkat Stress pada Perawat di Rumah Sakit Umum Pusat Sanglah.
- Jurnal Psikologi Udayana. ISSN: 2354 5607.Tarigan, M. 2018
- Royke Lepa. (2022). *Paradigma Spiritual Kristen di Era.5.0*. Yogyakarta: Andi.
- Santosa, P. B. & Ashari. (2009). *Analisis statistic dengan microsoft excel & SPSS*. Yogyakarta: Andi.
- Seila Maria. (2020). Pengaruh Dukungan Sosial dan Efikasi Diri Terhadap Penyesuaian Diri. Jurnal fakultas ilmu sosial dan ilmu politik universitas mulawarman Samarinda. 8 (2), 275-282. Doi: <http://jurnal.issn.2477-2666/E-issn>.
- Simanjuntak, J. (2016). *Psikologi pendidikan agama kristen*. Yogyakarta: Andi.
- Sugiyono. (2017) *Metodologi penelitian administrasi*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2018). *Metode penelitian pendidikan: Pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sunarto, H. & Ridwan. (2015). *Pengantar statistika untuk penelitian pendidikan, sosial, ekonomi, komunikasi, dan bisnis*. Bandung: Alfabeta.