



Burnout dan Persekutuan dalam Membangun Kualitas Pelayanan Tim Ibadah

Mailina^{1*}, Wahyu Wijati²

¹⁻²Program Studi Magister Pendidikan Agama Kristen, Universitas Kristen Immanuel, Indonesia

*Penulis Korespondensi: meylina.352@gmail.com

Abstract. *This study is motivated by the increasing phenomenon of burnout among worship team members, which negatively affects the quality of church ministry. This study aims to: (1) analyze burnout in worship ministry, (2) examine the integration of psychological and theological perspectives through the concept of fellowship (koinonia), and (3) identify the role of fellowship in improving ministry quality. This research employs a qualitative approach using a literature review method based on relevant books and scholarly journals. The findings indicate that burnout is a multidimensional phenomenon influenced by ministry demands, weak community relationships, and insufficient spiritual depth. The integration of psychological and theological perspectives reveals that fellowship functions as a recovery mechanism that reduces burnout and enhances service quality. Healthy fellowship strengthens team cohesion, communication, and ministry motivation. In conclusion, the quality of worship ministry can only be developed through the integration of psychological well-being, strong community relationships, and deep spiritual formation.*

Keywords: *Burnout; Fellowship; Koinonia; Spirituality; Worship Ministry.*

Abstrak. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh meningkatnya fenomena burnout dalam pelayanan tim ibadah yang berdampak pada menurunnya kualitas pelayanan gereja. Penelitian ini bertujuan untuk: (1) menganalisis fenomena burnout dalam pelayanan tim ibadah, (2) mengkaji integrasi perspektif psikologis dan teologis melalui konsep persekutuan (koinonia), serta (3) mengidentifikasi peran persekutuan dalam meningkatkan kualitas pelayanan. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi pustaka terhadap berbagai buku dan artikel jurnal ilmiah yang relevan dalam rentang 10–15 tahun terakhir. Hasil penelitian menunjukkan bahwa burnout merupakan fenomena multidimensional yang dipengaruhi oleh tuntutan pelayanan, lemahnya relasi komunitas, dan kurangnya kedalaman spiritualitas. Integrasi antara perspektif psikologis dan teologis menunjukkan bahwa persekutuan berfungsi sebagai bentuk mekanisme pemulihan yang mampu mengurangi burnout dan memperkuat kualitas pelayanan. Persekutuan yang sehat terbukti dapat meningkatkan kohesi tim, komunikasi, serta motivasi pelayanan. Kesimpulannya, kualitas pelayanan tim ibadah yang berkelanjutan dan efektif dapat dibangun melalui integrasi antara kesehatan psikologis, kekuatan relasi komunitas, dan kedalaman spiritualitas pelayanan.

Kata Kunci: Kelelahan Kerja; Koinonia; Pelayanan Ibadah; Persekutuan; Spiritualitas.

1. LATAR BELAKANG

Pelayanan tim ibadah merupakan bagian integral dalam kehidupan gereja yang berfungsi sebagai sarana utama membangun relasi antara manusia dengan Allah melalui pujian dan penyembahan. Dalam Roma 12:1 ditegaskan bahwa ibadah sejati adalah mempersembahkan tubuh sebagai persembahan yang hidup, kudus, dan berkenan kepada Allah. Hal ini menunjukkan bahwa pelayanan ibadah tidak hanya bersifat liturgis, tetapi mencerminkan totalitas kehidupan orang percaya. Tim ibadah bukan hanya bertugas menjalankan fungsi teknis seperti musik dan liturgi, tetapi juga menjadi saran pelayanan rohani yang membantu jemaat mengalami perjumpaan dengan Tuhan melalui ibadah. Oleh karena itu, kualitas pelayanan tim ibadah tidak hanya ditentukan oleh kemampuan teknis, tetapi juga oleh

kondisi psikologis dan spiritual para pelayan. Namun dalam realitas pelayanan tim ibadah di gereja masa kini menunjukkan adanya tantangan yang semakin kompleks. Tuntutan untuk menghadirkan pelayanan yang kreatif, konsisten, dan berkualitas seringkali menimbulkan tekanan yang tinggi bagi para pelayan. Kondisi ini berpotensi memunculkan fenomena *burnout*, yaitu kelelahan emosional, mental, dan fisik akibat stres berkepanjangan. *Burnout* dalam pelayanan gereja tidak hanya berdampak pada individu pelayan, tetapi juga mempengaruhi kualitas pelayanan dan kehidupan komunitas gereja secara keseluruhan. Sehingga kondisi tersebut berdampak pada menurunnya kualitas pelayanan.

Burnout dipahami sebagai kondisi kelelahan emosional, depersonalisasi, dan menurunnya pencapaian diri akibat tekanan berkepanjangan dalam pekerjaan atau pelayanan (Maslach & Leiter, 2016). Dalam konteks pelayanan gereja, *burnout* tidak hanya berdampak pada kondisi psikologi pelayan, tetapi juga mempengaruhi kualitas pelayanan, relasi antar pelayan, dan kehidupan spiritual komunitas gereja. Penelitian Fulmer & Sinclair (2023) menunjukkan bahwa *burnout* pada pelayan gereja berkaitan erat dengan rendahnya dukungan relasional dan meningkatnya tekanan pelayanan.

Fenomena *burnout* dalam pelayanan gereja menjadi isu yang semakin relevan karena pelayanan sering dipahami sebagai bentuk pengabdian rohani sehingga kelelahan emosional dan spiritual cenderung diabaikan. Banyak pelayan tetap melayani meskipun mengalami kelelahan fisik, kehilangan motivasi, bahkan kekosongan spiritual. Chandler (2009) menjelaskan bahwa *burnout* dalam pelayanan gereja dapat dipengaruhi oleh minimnya pembaruan spiritual, kurangnya waktu istirahat, serta lemahnya sistem dukungan komunitas.

Di sisi lain, Alkitab menempatkan persekutuan sebagai bagian penting dalam kehidupan orang percaya. Konsep koinonia menggambarkan kehidupan bersama yang saling mendukung, membangun, dan memperhatikan satu sama lain dalam kasih Kristus (Kisah Para Rasul 2:42-47). Bonhoeffer (1954) menegaskan bahwa kehidupan komunitas Kristen merupakan sarana pemulihan spiritual dan pembentukan iman. Oleh karena itu, persekutuan tidak hanya memiliki dimensi teologis, tetapi juga memiliki peran psikologis dalam membangun ketahanan pelayan. Kajian dan penelitian sebelumnya cenderung membahas *burnout* dan persekutuan secara terpisah. Kajian psikologis berfokus pada individu, sedangkan kajian teologis menekankan aspek spiritual dan komunitas. Selain itu, sebagian besar penelitian lebih berfokus pada pendeta atau pemimpin gereja, sedangkan kajian mengenai tim ibadah sebagai subjek pelayanan masih relatif terbatas belum banyak dieksplorasi. Berdasarkan hal tersebut, terdapat kesenjangan penelitian yang menunjukkan perlunya pendekatan integratif antara perspektif psikologis dan teologis dalam memahami kualitas pelayanan tim ibadah.

Adapun keunikan (*novelty*) penelitian ini terletak pada upaya mengintegrasikan konsep perspektif psikologis (*burnout*) dengan teologis (*koinonia*) dalam satu kerangka analisis yang komprehensif holistik, serta fokus spesifik pada konteks pelayanan tim ibadah yang memiliki dinamika tersendiri dalam kehidupan gereja. Urgensi penelitian ini terletak pada kebutuhan gereja masa kini yang semakin relevan mengingat meningkatnya tuntutan pelayanan gereja di era modern yang berpotensi mengabaikan aspek kesehatan mental dan relasi komunitas. Tanpa pemahaman yang komprehensif, pelayanan dapat bergeser dari panggilan spiritual menjadi beban psikologis. Sehingga dengan penelitian ini dapat mengetahui perspektif untuk mengembangkan pelayanan yang tidak hanya efektif secara fungsional, tetapi juga sehat secara psikologis dan relasional.

Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis fenomena *burnout* dalam pelayanan tim ibadah, mengintegrasikan konsep *burnout* dengan persekutuan (*koinonia*), serta mengidentifikasi peran persekutuan pelayan dalam meningkatkan kualitas pelayanan tim ibadah. Guna membangun model pelayanan yang holistik, sehat, dan berkelanjutan dalam kehidupan gereja.

2. KAJIAN TEORITIS

***Burnout* dalam Pelayanan**

Burnout merupakan konsep psikologis yang pertama kali dikembangkan oleh Christina Maslach untuk menggambarkan kondisi kelelahan emosional akibat tekanan pekerjaan yang berlangsung secara terus menerus. Menurut Maslach dan Leiter (2016) mengidentifikasi *burnout* sebagai sindrom multidimensional yang mencakup tiga dimensi utama yaitu *emotional exhaustion* (kelelahan emosional), *depersonalization* (depersionalisasi), dan *personal accomplishment* (penurunan pencapaian diri). Adapun dalam konteks pelayanan gereja, *burnout* memiliki karakteristik yang unik karena pelayanan tidak hanya berkaitan dengan aktivitas organisasi, tetapi juga menyangkut aspek spiritual dan panggilan iman. Chandler (2009) mengemukakan bahwa pelayan gereja rentan mengalami *burnout* karena tuntutan pelayanan yang tinggi, tekanan emosional, sehingga seringkali berkaitan dengan kelelahan spiritual akibat ketidakseimbangan antara aktivitas pelayan dan kehidupan pribadi. Selain itu, Plantae (2023) menunjukkan bahwa *burnout* pada pelayan gereja dapat berdampak pada kualitas kepemimpinan, relasi komunitas, dan keberlanjutan pelayanan. Teori Job Demands-Resources yang dikembangkan Bakker dan Demerouti (2017) menjelaskan bahwa *burnout* muncul ketika tuntutan pelayanan lebih besar dibandingkan sumber daya yang dimiliki individu. Dalam pelayanan tim ibadah, tuntutan pelayanan seperti jadwal yang padat, tekanan

performa, dan konflik relasional dapat memicu *burnout* apabila tidak diimbangi dengan dukungan komunitas dan spiritualitas yang sehat.

Konsep Persekutuan (Koinonia)

Secara teologis, konsep persekutuan berasal dari istilah Yunani ‘*koinonia*’ yang berarti kehidupan bersama, partisipasi, dan relasi yang saling berbagi dalam Kristus. Gereja dipahami sebagai tubuh Kristus yang hidup dalam persekutuan (*koinonia*) sebagaimana dengan penggambaran yang tertulis dalam kitab 1 Korintus 12:12-27. Adapun dalam Kisah Para Rasul 2:42 menggambarkan kehidupan jemaat mula-mula yang berakar pada persekutuan, pengajaran, doa, dan kebersamaan.

Bonhoeffer (1954) menegaskan bahwa komunitas Kristen dibangun bukan berdasarkan kesamaan manusiawi semata, melainkan karena persekutuan Kristen merupakan anugerah Allah yang membentuk kehidupan bersama orang percaya. Sehingga persekutuan Kristen menjadi sarana untuk saling menguatkan, menghibur, dan membangun kehidupan rohani bersama. Sesuai dengan penggambaran dari jemaat mula-mula yang hidup dalam pengajaran, persekutuan, doa, dan kepedulian sosial. Dalam konteks pelayanan gereja, persekutuan memiliki fungsi spiritual sekaligus relasional karena membantu pelayan membangun relasi yang sehat dan saling mendukung. Selain itu, Filipi 2:2 menekankan pentingnya kesatuan hati dan pikiran dalam komunitas pelayanan. Kesatuan tersebut menjadi dasar terbentuknya kohesi tim yang sehat dalam pelayanan tim ibadah.

Spiritualitas Pelayan

Spiritualitas pelayan merupakan dimensi penting dalam menjaga keberlanjutan pelayanan gereja. Nouwen (1989) menegaskan bahwa pelayanan Kristen tidak boleh berpusat pada ambisi pribadi atau pencapaian eksternal, tetapi harus berakar pada relasi yang intim dengan Kristus. Pelayan yang kehilangan kedalaman spiritual berisiko mengalami kekosongan makna pelayanan. Adapun Warren (1995) mengemukakan bahwa pelayanan gereja yang sehat harus dibangun diatas tujuan rohani yang jelas dan komunitas yang saling mendukung. Spiritualitas yang sehat membantu pelayan memiliki motivasi pelayanan yang benar dan daya tahan dalam menghadapi tekanan pelayanan. Penelitian Kim (2020) menjadi penguat dengan menunjukkan bahwa dukungan relasional dan spiritualitas komunitas memiliki pengaruh signifikan terhadap keterlibatan pelayanan dan pencegahan *burnout* pada pelayan gereja.

Kohesi Tim dan Kualitas Pelayanan

Kohesi tim merupakan tingkat keterikatan dan kesatuan antar anggota tim yang tercermin dalam relasi yang saling mendukung, komunikasi yang efektif, dan komitmen bersama untuk mencapai tujuan pelayanan. Maxwell (2022) menjelaskan bahwa keberhasilan

sebuah tim sangat dipengaruhi oleh kualitas relasi dan kesatuan visi antar anggotanya. Rodin (2010) mengemukakan bahwa kepemimpinan pelayanan yang sehat harus membangun budaya komunitas yang kolaboratif dan saling memperhatikan. Dalam konteks tim ibadah, kohesi tim dapat memperkuat motivasi pelayanan, mengurangi konflik, dan meningkatkan kualitas pelayanan kepada jemaat. Dengan demikian, kualitas pelayanan tim ibadah tidak hanya ditentukan oleh kemampuan teknis pelayan, tetapi juga dipengaruhi oleh kesehatan relasi komunitas, spiritualitas pelayan, dan kekuatan persekutuan.

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi pustaka (*library research*). Pendekatan ini dipilih karena penelitian berfokus pada tujuan untuk mengkaji secara mendalam dan menganalisis konsep *burnout* dalam perspektif psikologis serta persekutuan (*koinonia*) dalam perspektif teologis, dan mengintegrasikannya dalam konteks pelayanan tim ibadah berdasarkan berbagai sumber literatur ilmiah.

Sumber data penelitian terdiri dari buku teologi, buku psikologi, artikel jurnal nasional dan internasional, serta sumber Alkitab yang relevan dengan topik penelitian. Referensi yang digunakan diprioritaskan berasal dari jurnal ilmiah lima tahun terakhir serta sumber-sumber klasik yang memiliki relevansi teoritis kuat, seperti karya Christina Maslach, Dietrich Bonhoeffer, Henri Nouwen, dan Rick Warren. Data dikumpulkan melalui teknik dokumentasi, yaitu dengan mengidentifikasi, mengklasifikasi, dan mengkaji berbagai sumber pustaka yang relevan dengan topik penelitian yaitu mengenai *burnout*, *koinonia*, spiritualitas pelayan, dan pelayanan gereja. Instrumen utama dalam penelitian ini adalah peneliti sendiri (*human instrument*), yang berperan dalam menyeleksi sumber literatur, menginterpretasi data, dan mengkonstruksi hubungan konseptual antar variabel. Data yang telah dikumpulkan kemudian dianalisis menggunakan teknis analisis isi (*content analysis*) dengan cara mengelompokkan tema-tema utama, membandingkan pandangan para ahli, dan mengintegrasikan perspektif psikologis dan teologis.

Penelitian dilakukan selama proses penyusunan artikel akademik pada tahun 2026 dengan fokus kajian pada pelayanan tim ibadah di gereja. Analisis dilakukan secara sistematis untuk memperoleh pemahaman mendalam mengenai hubungan antara *burnout*, persekutuan, dan kualitas pelayanan.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis literatur yang komprehensif, penelitian ini menemukan bahwa fenomena *burnout* dalam pelayanan tim ibadah merupakan realitas yang kompleks dan multidimensional, yang tidak hanya berkaitan dengan beban pelayanan, tetapi juga dengan kualitas relasi dalam komunitas pelayanan serta kondisi spiritual pelayanan. Temuan ini menunjukkan bahwa *burnout* dalam konteks gereja tidak dapat dipahami secara parsial sebagai kelelahan individu, melainkan sebagai fenomena yang melibatkan dimensi psikologis, sosial, dan teologis secara simultan.

***Burnout* dalam Pelayanan Tim Ibadah**

Hasil kajian menunjukkan bahwa *burnout* dalam pelayanan tim ibadah ditandai oleh kelelahan emosional, menurunnya motivasi pelayanan, serta hilangnya makna spiritual dalam melayani. Maslach (1982) mengemukakan bahwa *burnout* merupakan konsekuensi dari keterlibatan emosional yang intens tanpa pemulihan yang memadai. Hal ini sesuai dengan konsep *burnout* yang dikemukakan oleh Maslach dan Leiter (2016) yang mendefinisikan *burnout* sebagai sindrom akibat stress berkelanjutan yang tidak terkelola, berdampak pada efektivitas individu dalam menjalankan perannya ditandai oleh kelelahan emosional, depersonalisasi, dan penurunan pencapaian diri.

Dalam konteks pelayanan gereja, *burnout* memiliki karakteristik yang lebih kompleks karena adanya dimensi spiritual yang turut terlibat. Chandler (2009) mengemukakan bahwa *burnout* pada pelayan gereja seringkali berkaitan dengan kelelahan spiritual (*spiritual exhaustion*) akibat ketidakseimbangan antara aktivitas pelayanan dan kehidupan rohani pribadi. Hal ini diperkuat oleh penelitian Fulmer dan Sinclair (2023) yang menunjukkan bahwa *burnout* berdampak langsung terhadap kualitas pelayanan dan keterlibatan jemaat dalam kehidupan gereja.

Dari perspektif psikologi organisasi, teori *Job Demands-Resources* mengemukakan bahwa *burnout* terjadi ketika tuntutan pelayanan yang tinggi tidak diimbangi dengan sumber daya yang memadai, termasuk dukungan sosial dan spiritual (Bakker & Demerouti, 2017). Temuan ini relevan dengan konteks pelayanan tim ibadah yang seringkali menghadapi tuntutan tinggi tanpa adanya sistem dukungan yang memadai. Selain itu, Salvagioni et al. (2017) menjelaskan bahwa *burnout* dapat berdampak pada kondisi fisik, psikologi, dan relasional seseorang. Secara alkitabiah, prinsip mengenai keterbatasan manusia dalam pelayanan ditegaskan dalam Markus 6:31 “Lalu Ia berkata kepada mereka: 'Marilah ke tempat yang sunyi, supaya kita sendirian, dan beristirahatlah seketika!' Sebab memang begitu banyaknya orang yang datang dan yang pergi, sehingga makan pun mereka tidak sempat.” Ayat ini menunjukkan

bahwa istirahat dan pemulihan merupakan bagian integral dari pelayanan yang sehat, sehingga *burnout* bukanlah kondisi yang seharusnya diabaikan. Dengan demikian, *burnout* dalam pelayanan tim ibadah dapat dipahami sebagai hasil dari ketidakseimbangan antara tuntutan pelayanan dan dukungan relasional serta spiritual. Dampak tersebut terlihat melalui menurunnya semangat pelayanan, meningkatnya konflik interpersonal, dan melemahnya kualitas pelayanan.

Integrasi Perspektif Psikologis dan Teologis: *Burnout* dan *Koinonia*

Hasil kajian menunjukkan bahwa *burnout* memiliki keterkaitan erat dengan kualitas persekutuan (*koinonia*). Dalam perspektif psikologis, Halbesleben (2006) menunjukkan bahwa dukungan sosial merupakan faktor protektif utama terhadap *burnout*. Hal ini diperkuat oleh Salvagioni (2017) yang mengemukakan bahwa rendahnya kualitas relasi sosial berkorelasi signifikan dengan meningkatnya *burnout*. Dalam perspektif teologis, konsep persekutuan dijelaskan secara mendalam oleh Bonhoeffer (1954) bahwa persekutuan Kristen merupakan realitas ilahi yang membentuk kehidupan bersama orang percaya. Persekutuan bukan sekadar relasi sosial, tetapi yang berakar pada Kristus. Kisah Para Rasul 2:42 menggambarkan kehidupan jemaat mula-mula yang bertekun dalam persekutuan, Adapun dalam 1 Korintus 12:12-27 menegaskan bahwa gereja adalah satu tubuh yang saling membutuhkan. Dengan demikian, Persekutuan memiliki dimensi teologis sekaligus sosial yang tidak terpisahkan.

Dalam temuan ini menunjukkan bahwa *burnout* cenderung meningkat ketika relasi dalam komunitas melemah, sedangkan Persekutuan yang sehat berfungsi sebagai ruang pemulihan bagi pelayan. Dengan demikian, Persekutuan berperan sebagai mekanisme ganda yaitu sebagai realitas teologis (tubuh Kristus) dan sebagai dukungan psikologis yang memperkuat ketahanan individu. Penelitian ini juga menemukan bahwa spiritualitas pelayan merupakan faktor penting dalam mengatasi *burnout*. Nouwen (1989) menegaskan bahwa pelayanan yang sejati berakar pada relasi dengan Kristus, bukan pada performa atau keberhasilan eksternal. Sejalan dengan Chandler (2009) yang menunjukkan bahwa praktik spiritual seperti doa, refleksi, dan pembaharuan Rohani berkontribusi signifikan terhadap kesehatan emosional dan spiritual pelayan. Dengan demikian, spiritualitas berfungsi sebagai sumber kekuatan internal yang menjaga keseimbangan dalam pelayanan.

Secara alkitabiah, dalam Yohanes 15:5 yang berbunyi “*Akulah pokok anggur dan kamulah ranting-rantingnya. Barangsiapa tinggal di dalam Aku dan Aku di dalam dia, ia berbuah banyak, sebab di luar Aku kamu tidak dapat berbuat apa-apa.*” Menegaskan bahwa tanpa tinggal di dalam Kristus, pelayan tidak dapat menghasilkan buah. Hal ini menunjukkan bahwa spiritualitas merupakan fondasi utama dalam pelayanan. Dengan demikian, pemulihan

burnout tidak cukup hanya melalui pengurangan beban pelayanan, tetapi juga melalui pembaruan spiritual dan relasi komunitas yang sehat.

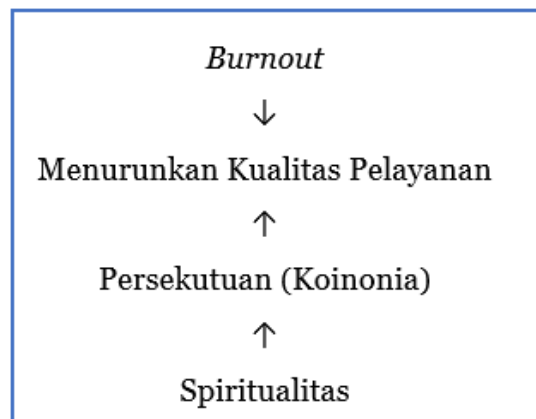
Persekutuan dan Kualitas Pelayanan Tim Ibadah

Hasil kajian menunjukkan bahwa persekutuan pelayan memiliki peran strategis dalam meningkatkan kualitas pelayanan tim ibadah. Warren (1995) menegaskan bahwa gereja yang sehat dibangun di atas komunitas yang kuat, bukan sekadar aktivitas pelayanan. Adapun Kim (2020) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa kualitas relasi dalam komunitas pelayanan berkontribusi terhadap peningkatan ketahanan pelayan dan kemampuan mereka dalam mengatasi tekanan pelayanan. Selain itu, studi mengenai efektivitas tim ibadah menunjukkan bahwa kualitas pelayanan tidak hanya ditentukan oleh kompetensi teknis, tetapi sangat dipengaruhi oleh kohesi tim (kesatuan hati tim yang tercermin dalam kerja sama dan relasi yang kuat), komunikasi interpersonal, dan kesatuan visi pelayanan. Penelitian oleh R. Scott Rodin (2010) menegaskan bahwa efektivitas pelayanan gereja sangat bergantung pada kepemimpinan yang membangun kesatuan visi dan budaya kolaboratif dalam tim. Hal tersebut sejalan dengan pernyataan John C. Maxwell (2002) bahwa keberhasilan tim sangat ditentukan oleh kualitas relasi, komunikasi, dan keselarasan tujuan di antara anggotanya.

Secara alkitabiah, prinsip ini ditegaskan dalam Galatia 6:2 yang berbunyi “*Bertolong-tolonganlah menanggung bebanmu! Demikianlah kamu memenuhi hukum Kristus*”, serta dalam 1 Tesalonika 5:11 yang berbunyi “*Karena itu nasihatilah seorang akan yang lain dan saling membangunlah kamu seperti yang memang kamu lakukan.*” ditegaskan dalam Ibrani 10:24-25 yang menekankan pentingnya saling menanggung beban dan membangun satu sama lain dalam komunitas iman. Dengan demikian, persekutuan berkontribusi kuat terhadap kualitas pelayanan melalui pemulihan emosional, penguatan relasi tim, peningkatan motivasi pelayanan, serta pemulihan makna spiritual.

Model Integratif *Burnout*, Persekutuan, dan Kualitas Pelayanan

Berdasarkan hasil analisis yang telah dipaparkan, penelitian ini menghasilkan suatu model integratif yang menggambarkan hubungan antara *burnout*, persekutuan (*koinonia*), dan kualitas pelayanan tim ibadah. Model ini menunjukkan bahwa *burnout* tidak hanya berdampak langsung terhadap kualitas pelayanan, tetapi juga dimediasi oleh kualitas persekutuan dan diperkuat oleh spiritualitas pelayan.



Gambar 1. Model Integratif *Burnout*, Persekutuan, dan Kualitas Pelayanan.

Sebagaimana terlihat di desain 1, model tersebut menunjukkan bahwa persekutuan berfungsi sebagai mediator yang mampu menahan dampak negatif *burnout* terhadap kualitas pelayanan. Sementara itu, spiritualitas berperan sebagai fondasi utama yang memperkuat ketahanan pelayan dalam menghadapi tekanan pelayanan. Dengan demikian, kualitas pelayanan tidak hanya bergantung pada aspek teknis, tetapi juga pada integrasi antara kesehatan psikologis, relasi komunitas, dan kehidupan spiritual.

Secara teoritis, penelitian ini memperluas kajian *burnout* dengan mengintegrasikan dimensi teologis dan spiritualitas. Secara praktis, gereja perlu membangun budaya persekutuan yang sehat, memperhatikan kesehatan mental pelayan, serta menekankan spiritualitas dalam pelayanan. Dengan demikian, kualitas pelayanan tim ibadah yang optimal dapat terwujud melalui integrasi antara kesehatan psikologis, kedalaman spiritualitas, dan kekuatan persekutuan dalam tubuh Kristus.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Penelitian ini menegaskan bahwa kualitas pelayanan tim ibadah merupakan hasil dari interaksi antara kondisi psikologis, relasi komunitas, dan kedalaman spiritualitas pelayan. *Burnout* terbukti sebagai fenomena multidimensional yang tidak hanya dipengaruhi oleh beban pelayanan, tetapi juga oleh lemahnya dukungan sosial dan spiritual. Integrasi perspektif psikologis dan teologis menunjukkan bahwa persekutuan (*koinonia*) memiliki peran strategis sebagai mekanisme pemulihan yang memperkuat relasi, meningkatkan motivasi, serta menjaga ketahanan pelayan. Dengan demikian, kualitas pelayanan tim ibadah dapat dibangun melalui integrasi antara kesehatan psikologis, kekuatan relasi komunitas, dan kedalaman spiritualitas pelayan. Temuan penelitian ini memberikan kontribusi teoritis dalam pengembangan kajian pelayanan gereja, sekaligus implikasi praktis bagi gereja untuk membangun budaya persekutuan yang sehat sebagai fondasi pelayanan yang efektif dan

berkelanjutan. Pembangunan kualitas pelayanan yang berkelanjutan memerlukan pendekatan integratif yang menggabungkan kesehatan psikologis, kekuatan komunitas, dan spiritualitas yang mendalam. Namun, penelitian ini masih terbatas pada pendekatan studi pustaka sehingga belum menggambarkan pengalaman empiris pelayan secara langsung. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan menggunakan pendekatan lapangan atau *mixed methods* untuk memperoleh data yang lebih komprehensif mengenai *burnout* dan kualitas pelayanan tim ibadah.

DAFTAR REFERENSI

- Bakker, A. B., & Demerouti, E. (2017). Job demands–resources theory: Taking stock and looking forward. *Journal of Applied Psychology*, 102(3), 273–285. <https://doi.org/10.1037/apl0000056>
- Bonhoeffer, D. (1954). *Life together: The classic exploration of Christian community*. Harper & Row.
- Chandler, D. J. (2009). Pastoral burnout and the impact of personal spiritual renewal, rest-taking, and support system practices. *Pastoral Psychology*, 58(3), 273–287. <https://doi.org/10.1007/s11089-008-0184-4>
- Collins, G. R. (2007). *Christian counseling: A comprehensive guide* (3rd ed.). Thomas Nelson.
- Fulmer, C. B., & Sinclair, R. R. (2023). Burnout and engagement among clergy: Implications for congregational outcomes. *Review of Religious Research*, 65(2), 215–233. <https://doi.org/10.1007/s13644-023-00520-4>
- Halbesleben, J. R. B. (2006). Sources of social support and burnout: A meta-analytic test of the conservation of resources model. *Journal of Applied Psychology*, 91(5), 1134–1145. <https://doi.org/10.1037/0021-9010.91.5.1134>
- Kim, Y. (2020). Burnout and engagement in church ministry: The role of relational support. *Christian Education Journal: Research on Educational Ministry*, 17(2), 267–284. <https://doi.org/10.1177/0739891320926512>
- Maslach, C. (1982). *Burnout: The cost of caring*. Prentice-Hall.
- Maslach, C., & Leiter, M. P. (2016). Understanding the burnout experience: Recent research and its implications for psychiatry. *World Psychiatry*, 15(2), 103–111. <https://doi.org/10.1002/wps.20311>
- Maxwell, J. C. (2002). *The 17 indisputable laws of teamwork: Embrace them and empower your team*. Thomas Nelson.
- Nouwen, H. J. M. (1989). *In the name of Jesus: Reflections on Christian leadership*. Crossroad.
- Peterson, E. H. (1987). *Working the angles: The shape of pastoral integrity*. William B. Eerdmans Publishing.
- Plante, T. G. (2023). Burnout among church professionals: Causes, consequences, and coping strategies. *Pastoral Psychology*, 72(1), 45–60. <https://doi.org/10.1007/s11089-022-01039-7>

- Rodin, R. S. (2010). *The steward leader: Transforming people, organizations, and communities*. InterVarsity Press.
- Salvagioni, D. A. J., Melanda, F. N., Mesas, A. E., González, A. D., Gabani, F. L., & Andrade, S. M. (2017). Physical, psychological and occupational consequences of job burnout: A systematic review of prospective studies. *Frontiers in Psychology*, 8, Article 1391. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01391>