

MODEL BIMBINGAN KONSELING KRISTEN BERBASIS SPIRITUALITAS DIGITAL UNTUK MENINGKATKAN KETAHANAN MENTAL PESERTA DIDIK GENERASI Z

Tiara Fridayari Lembang

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Kristen, Institut Agama Kristen Negeri Toraja
Correspondensi author email: tiarafridayari@gmail.com

Dewi Silambi'

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Kristen, Institut Agama Kristen Negeri Toraja
dewisilambi38@gmail.com

Jennifer Randa Bungan

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Kristen, Institut Agama Kristen Negeri Toraja
jenniferrandabungannn@gmail.com

Abstract

The advancement of digital technology has transformed the lifestyles of Generation Z students, impacting their psychological, social, and spiritual well-being. While technology facilitates easy access to information and communication, it also presents challenges such as anxiety, stress, identity crises, and low mental resilience. This article aims to examine the development of a Christian guidance and counseling model grounded in digital spirituality as an alternative approach to enhancing the mental resilience of Generation Z students. The study employs a qualitative method based on a literature review, analyzing relevant books and scholarly articles. The findings indicate that integrating Christian spiritual values with digital technology can yield guidance and counseling services that are contextual, adaptive, and focused on character formation, faith strengthening, emotional regulation, and the enhancement of student adaptability. Furthermore, this model fosters collaboration among schools, families, and churches to support the holistic development of students. Thus, a Christian guidance and counseling model based on digital spirituality holds the potential to be an effective service model for building student mental resilience in the digital era.

Keywords: Christian counseling, digital spirituality, mental resilience, Generation Z, students.

Abstrak

Perkembangan teknologi digital telah mengubah pola kehidupan peserta didik Generasi Z, termasuk dalam aspek psikologis, sosial, dan spiritual. Di satu sisi, teknologi memberikan kemudahan dalam mengakses informasi dan berkomunikasi, namun di sisi lain memunculkan berbagai tantangan seperti kecemasan, stres, krisis identitas, dan rendahnya ketahanan mental. Artikel ini bertujuan untuk mengkaji pengembangan model bimbingan konseling Kristen berbasis spiritualitas digital sebagai alternatif dalam meningkatkan ketahanan

mental peserta didik Generasi Z. Penelitian menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kepustakaan (library research) melalui analisis terhadap berbagai buku dan artikel ilmiah yang relevan. Hasil kajian menunjukkan bahwa integrasi nilai-nilai spiritual Kristen dengan pemanfaatan teknologi digital mampu menghasilkan layanan bimbingan konseling yang kontekstual, adaptif, dan berorientasi pada pembentukan karakter, penguatan iman, regulasi emosi, serta peningkatan kemampuan adaptasi peserta didik. Model ini juga memperkuat kolaborasi antara sekolah, keluarga, dan gereja dalam mendukung perkembangan peserta didik secara holistik. Dengan demikian, bimbingan konseling Kristen berbasis spiritualitas digital memiliki potensi menjadi model pelayanan yang efektif dalam membangun ketahanan mental peserta didik di era digital.

Kata Kunci: bimbingan konseling Kristen, spiritualitas digital, ketahanan mental, Generasi Z, peserta didik.

PENDAHULUAN

Perkembangan teknologi digital telah membawa perubahan yang sangat signifikan terhadap kehidupan peserta didik, terutama Generasi Z yang sejak lahir telah tumbuh dalam lingkungan yang dipenuhi internet, media sosial, dan berbagai perangkat digital. Kemudahan akses informasi memberikan banyak manfaat dalam proses pembelajaran, tetapi pada saat yang sama menghadirkan tantangan baru terhadap perkembangan psikologis dan spiritual peserta didik. Berbagai fenomena seperti kecemasan, kesepian, tekanan sosial, cyberbullying, hingga krisis identitas semakin sering ditemukan pada kelompok usia remaja. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa perkembangan teknologi tidak selalu diikuti dengan kematangan mental maupun spiritual. Oleh sebab itu, lembaga pendidikan dituntut untuk menghadirkan pendekatan pembinaan yang mampu menjawab kebutuhan peserta didik secara holistik melalui integrasi aspek psikologis, sosial, dan spiritual (Yusuf, 2019).

Generasi Z memiliki karakteristik yang berbeda dibandingkan generasi sebelumnya karena sangat akrab dengan teknologi digital sebagai bagian dari kehidupan sehari-hari. Aktivitas belajar, berkomunikasi, membangun relasi sosial, bahkan membentuk identitas diri banyak dilakukan melalui ruang digital. Intensitas penggunaan media digital yang tinggi sering kali memunculkan tekanan psikologis akibat budaya perbandingan sosial, kebutuhan memperoleh pengakuan, serta paparan informasi yang berlebihan. Situasi tersebut berdampak terhadap meningkatnya risiko gangguan kesehatan mental, seperti stres, kecemasan, kelelahan emosional, hingga menurunnya kemampuan mengelola masalah secara adaptif. Kondisi demikian menunjukkan bahwa peserta didik Generasi Z membutuhkan pendampingan yang tidak hanya berorientasi pada penyelesaian masalah, tetapi juga pada penguatan ketahanan mental yang berkelanjutan (Santrock, 2012; Aprilia, Sirait, & Meriyana, 2025).

Ketahanan mental merupakan kemampuan individu untuk beradaptasi, bangkit dari tekanan, serta mempertahankan keseimbangan psikologis ketika menghadapi berbagai tantangan kehidupan. Dalam konteks pendidikan, ketahanan mental menjadi salah satu faktor penting yang menentukan keberhasilan peserta didik dalam mengelola tekanan akademik, relasi sosial, maupun perkembangan dirinya. Peserta didik yang memiliki ketahanan mental yang baik cenderung mampu mengendalikan emosi, mengambil keputusan secara bijaksana, serta memiliki motivasi belajar yang lebih stabil. Sebaliknya, rendahnya ketahanan mental dapat memengaruhi prestasi belajar, hubungan interpersonal, serta perkembangan karakter peserta didik. Oleh karena itu, penguatan ketahanan mental perlu menjadi bagian integral dalam layanan bimbingan dan konseling di sekolah (Desmita, 2017; Prayitno & Amti, 2018).

Dalam perspektif pendidikan Kristen, pelayanan bimbingan dan konseling tidak hanya bertujuan membantu individu menyelesaikan persoalan psikologis, tetapi juga mengarahkan peserta didik untuk mengalami pertumbuhan spiritual yang berpusat pada Kristus. Spiritualitas Kristen memberikan dasar nilai yang mampu membentuk cara berpikir, mengelola emosi, membangun harapan, serta menemukan makna hidup di tengah berbagai tantangan. Integrasi nilai-nilai Alkitab dalam proses konseling memungkinkan peserta didik memperoleh kekuatan batin yang tidak hanya bersumber dari kemampuan diri sendiri, tetapi juga dari relasi dengan Allah. Dengan demikian, pelayanan bimbingan dan konseling Kristen memiliki posisi strategis dalam membentuk pribadi yang sehat secara mental sekaligus dewasa secara spiritual (Clinebell, 1984; Windrawanto, 2022).

Seiring berkembangnya teknologi informasi, praktik bimbingan dan konseling juga mengalami transformasi menuju layanan berbasis digital. Penggunaan media komunikasi seperti aplikasi pesan instan, konferensi video, platform pembelajaran daring, maupun media sosial membuka peluang yang lebih luas dalam menjangkau peserta didik. Pendekatan digital memungkinkan layanan konseling menjadi lebih fleksibel, mudah diakses, dan sesuai dengan karakteristik Generasi Z yang terbiasa berinteraksi melalui teknologi. Namun demikian, pemanfaatan media digital dalam layanan konseling Kristen tidak cukup hanya memindahkan proses konseling ke ruang virtual, melainkan perlu mengintegrasikan nilai-nilai spiritual sehingga teknologi menjadi sarana pembinaan iman dan pemulihan mental secara bersamaan (Afsari, 2024).

Berbagai penelitian sebelumnya telah mengkaji hubungan antara spiritualitas, kesehatan mental, dan Generasi Z, termasuk pentingnya pendidikan iman kontekstual maupun praktik spiritual dalam menghadapi tantangan era digital. Penelitian Padakari dan Korwa (2025) menunjukkan bahwa spiritualitas kontekstual menjadi pendekatan yang relevan dalam menjawab tantangan Generasi Z, sedangkan penelitian Aprilia, Sirait, dan Meriyana (2025) menegaskan bahwa praktik spiritual Kristen mampu mendukung pemulihan kesehatan mental generasi digital. Di sisi lain, penelitian

mengenai bimbingan dan konseling Kristen di era digital juga mulai berkembang dan menegaskan pentingnya pendampingan berbasis nilai-nilai kekristenan bagi remaja. Meskipun demikian, kajian yang secara khusus mengembangkan model bimbingan konseling Kristen berbasis spiritualitas digital untuk meningkatkan ketahanan mental peserta didik masih relatif terbatas sehingga memerlukan pengembangan konseptual yang lebih mendalam.

Berdasarkan uraian tersebut, pengembangan model bimbingan konseling Kristen berbasis spiritualitas digital menjadi suatu kebutuhan yang mendesak dalam dunia pendidikan. Model ini diharapkan mampu mengintegrasikan perkembangan teknologi dengan nilai-nilai spiritual Kristen sehingga menghasilkan layanan konseling yang kontekstual, adaptif, dan relevan bagi karakteristik Generasi Z. Melalui pendekatan tersebut, peserta didik tidak hanya memperoleh bantuan dalam mengatasi persoalan psikologis, tetapi juga mengalami pertumbuhan iman yang memperkuat ketahanan mental, kemampuan menghadapi tekanan hidup, serta kesiapan menjalani kehidupan yang bertanggung jawab di tengah dinamika era digital. Dengan demikian, penelitian ini bertujuan merumuskan model bimbingan konseling Kristen berbasis spiritualitas digital sebagai alternatif inovatif untuk meningkatkan ketahanan mental peserta didik Generasi Z.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam artikel ini adalah penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kepustakaan (library research). Pendekatan ini dipilih karena bertujuan mengkaji, menganalisis, dan mensintesis berbagai konsep, teori, serta hasil penelitian terdahulu yang berkaitan dengan bimbingan konseling Kristen, spiritualitas digital, ketahanan mental, dan karakteristik peserta didik Generasi Z. Data penelitian diperoleh dari sumber-sumber sekunder berupa buku-buku ilmiah, artikel jurnal nasional dan internasional bereputasi, prosiding, serta dokumen-dokumen akademik yang relevan dengan topik penelitian. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui identifikasi, seleksi, klasifikasi, dan dokumentasi berbagai literatur yang memiliki kredibilitas dan keterkaitan dengan fokus penelitian. Selanjutnya, data dianalisis menggunakan teknik analisis isi (content analysis) dengan cara mengidentifikasi tema-tema utama, membandingkan berbagai pandangan para ahli, menginterpretasikan keterkaitan antar konsep, kemudian menyusunnya menjadi suatu model konseptual bimbingan konseling Kristen berbasis spiritualitas digital yang dapat digunakan sebagai alternatif dalam meningkatkan ketahanan mental peserta didik Generasi Z. Untuk menjamin validitas kajian, peneliti menerapkan triangulasi sumber melalui perbandingan berbagai referensi yang berasal dari literatur akademik terpercaya sehingga menghasilkan sintesis yang objektif, sistematis, dan dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Konsep Bimbingan Konseling Kristen dan Ketahanan Mental Peserta Didik Generasi Z

Konsep bimbingan konseling Kristen berangkat dari pemahaman bahwa setiap manusia diciptakan menurut gambar dan rupa Allah (*Imago Dei*), sehingga memiliki nilai, martabat, dan potensi yang harus dikembangkan secara utuh. Bimbingan konseling Kristen tidak hanya berfokus pada penyelesaian masalah psikologis, tetapi juga mengarahkan individu untuk membangun relasi yang benar dengan Allah, sesama, dan dirinya sendiri. Pendekatan ini memadukan prinsip-prinsip ilmu konseling dengan nilai-nilai Alkitab sebagai landasan utama dalam proses pendampingan. Tujuan akhirnya bukan sekadar mengurangi masalah emosional, melainkan membentuk karakter Kristiani yang dewasa, bertanggung jawab, dan mampu menghadapi berbagai tantangan kehidupan. Dalam konteks pendidikan, bimbingan konseling Kristen menjadi bagian integral dari pelayanan pendidikan yang mendukung perkembangan spiritual, intelektual, sosial, dan emosional peserta didik. Pelayanan tersebut dilakukan melalui proses pendampingan, pembinaan, penguatan iman, serta pemberian solusi berdasarkan kasih, pengharapan, dan kebenaran firman Tuhan. Dengan demikian, bimbingan konseling Kristen memiliki dimensi preventif, kuratif, developmental, dan spiritual yang saling melengkapi dalam membentuk pribadi peserta didik yang utuh (Prayitno & Amti, 2018; Clinebell, 1984; Homrighausen & Enklaar, 2011).

Secara konseptual, bimbingan konseling Kristen memiliki karakteristik yang membedakannya dari pendekatan konseling umum. Perbedaan tersebut terletak pada sumber nilai, tujuan pelayanan, dan orientasi pertumbuhan individu. Jika konseling umum lebih menitikberatkan pada kesejahteraan psikologis, maka bimbingan konseling Kristen memandang kesejahteraan tersebut sebagai bagian dari pertumbuhan iman dan kedewasaan rohani. Konselor Kristen berperan sebagai pendamping yang membantu konseli menemukan solusi melalui refleksi diri, doa, penghayatan firman Tuhan, dan pengambilan keputusan yang sesuai dengan kehendak Allah. Dalam praktiknya, konselor juga dituntut memiliki kompetensi profesional sekaligus integritas spiritual agar mampu membangun hubungan konseling yang dilandasi empati, kasih, dan penerimaan tanpa syarat. Pendekatan seperti ini sangat relevan diterapkan di lingkungan pendidikan karena peserta didik tidak hanya membutuhkan bantuan akademik, tetapi juga pembinaan karakter dan spiritualitas yang berkesinambungan. Oleh sebab itu, keberadaan layanan bimbingan konseling Kristen menjadi salah satu instrumen penting dalam mewujudkan tujuan pendidikan yang holistik (Yusuf, 2019; Winkel & Hastuti, 2013).

Di sisi lain, ketahanan mental merupakan kemampuan individu untuk bertahan, menyesuaikan diri, serta bangkit kembali ketika menghadapi tekanan, kegagalan, maupun berbagai situasi sulit. Ketahanan mental tidak muncul secara instan, tetapi berkembang melalui pengalaman hidup, lingkungan yang mendukung, kemampuan mengelola emosi, serta keberadaan sistem nilai yang kuat. Peserta didik yang memiliki

ketahanan mental yang baik cenderung lebih mampu mengendalikan stres, mempertahankan motivasi belajar, membangun hubungan sosial yang sehat, dan mengambil keputusan secara rasional ketika menghadapi masalah. Sebaliknya, peserta didik dengan ketahanan mental yang rendah lebih rentan mengalami kecemasan, putus asa, kehilangan motivasi, bahkan menarik diri dari lingkungan sosial. Dalam konteks pendidikan, ketahanan mental menjadi salah satu indikator penting bagi keberhasilan perkembangan peserta didik karena berkaitan erat dengan kemampuan mereka menghadapi tuntutan akademik maupun perubahan sosial yang terus berlangsung. Oleh karena itu, penguatan ketahanan mental perlu menjadi perhatian utama dalam pelaksanaan layanan bimbingan dan konseling di sekolah (Desmita, 2017; Hidayat, 2020).

Pembahasan mengenai ketahanan mental menjadi semakin penting ketika dikaitkan dengan karakteristik Generasi Z. Generasi ini tumbuh dalam lingkungan yang telah terintegrasi dengan teknologi digital sehingga hampir seluruh aktivitas belajar, berkomunikasi, mencari informasi, dan membangun relasi dilakukan melalui internet. Kemudahan tersebut memang memberikan banyak keuntungan, namun juga menghadirkan berbagai tekanan baru seperti kecanduan media sosial, paparan informasi yang berlebihan, cyberbullying, budaya perbandingan sosial, hingga meningkatnya kecemasan akibat tuntutan untuk selalu tampil sempurna di ruang digital. Situasi tersebut menyebabkan peserta didik Generasi Z lebih rentan mengalami kelelahan emosional apabila tidak memiliki kemampuan regulasi diri yang memadai. Mereka membutuhkan pendampingan yang mampu membantu mengembangkan keterampilan adaptasi, pengendalian emosi, serta kemampuan memaknai setiap pengalaman hidup secara positif. Dengan demikian, layanan bimbingan konseling harus mampu menjawab tantangan perkembangan digital yang dihadapi oleh generasi ini secara kontekstual (Santrock, 2012; Yusuf, 2019).

Dalam perspektif Kristen, ketahanan mental tidak hanya dipahami sebagai kemampuan psikologis untuk bertahan menghadapi tekanan, tetapi juga sebagai manifestasi dari iman yang bertumbuh dalam relasi dengan Allah. Nilai-nilai seperti kasih, pengharapan, pengampunan, kesabaran, dan penguasaan diri menjadi fondasi spiritual yang memperkuat individu ketika menghadapi berbagai pergumulan hidup. Alkitab menunjukkan bahwa kekuatan manusia tidak semata-mata berasal dari kemampuan dirinya, melainkan dari penyertaan Tuhan yang memberikan hikmat, damai sejahtera, dan pengharapan. Oleh sebab itu, proses konseling Kristen menempatkan pembentukan spiritualitas sebagai bagian penting dalam membangun ketahanan mental peserta didik. Ketika peserta didik memiliki kehidupan rohani yang sehat, mereka akan lebih mampu mengelola konflik, menerima kegagalan sebagai proses pembelajaran, serta melihat tantangan sebagai kesempatan untuk bertumbuh. Pendekatan ini menjadikan bimbingan konseling Kristen memiliki kontribusi yang unik

dibandingkan pendekatan konseling yang hanya berorientasi pada aspek psikologis semata (Clinebell, 1984; Collins, 2007).

Hubungan antara bimbingan konseling Kristen dan ketahanan mental peserta didik Generasi Z menunjukkan adanya keterkaitan yang sangat erat. Melalui proses konseling yang berlandaskan kasih Kristus, peserta didik memperoleh ruang yang aman untuk mengungkapkan perasaan, mengevaluasi pengalaman hidup, serta menemukan makna di balik berbagai persoalan yang dihadapi. Konselor berperan sebagai fasilitator yang membantu peserta didik mengenali potensi diri, membangun konsep diri yang positif, mengembangkan keterampilan pemecahan masalah, serta memperkuat keyakinan bahwa setiap individu memiliki tujuan hidup yang telah dirancang Allah. Pendekatan ini juga mendorong peserta didik untuk membangun kebiasaan rohani seperti doa, pembacaan Alkitab, refleksi diri, dan persekutuan sebagai sumber kekuatan dalam menghadapi tekanan kehidupan. Dengan demikian, layanan bimbingan konseling Kristen tidak hanya menghasilkan perubahan perilaku, tetapi juga memperkuat fondasi spiritual yang menjadi sumber daya internal dalam membangun ketahanan mental jangka panjang (Homrighausen & Enklaar, 2011; Prayitno & Amti, 2018).

Berdasarkan uraian tersebut, dapat dipahami bahwa konsep bimbingan konseling Kristen dan ketahanan mental peserta didik Generasi Z merupakan dua aspek yang saling melengkapi dalam proses pendidikan. Bimbingan konseling Kristen menyediakan pendekatan yang holistik melalui integrasi dimensi psikologis, sosial, moral, dan spiritual sehingga mampu menjawab kompleksitas persoalan yang dihadapi peserta didik di era digital. Sementara itu, ketahanan mental menjadi hasil yang diharapkan dari proses pendampingan tersebut karena memungkinkan peserta didik memiliki kemampuan beradaptasi, mengelola tekanan, serta mempertahankan keseimbangan hidup di tengah perubahan yang cepat. Dengan karakteristik Generasi Z yang sangat dekat dengan teknologi, layanan bimbingan konseling Kristen perlu terus dikembangkan secara inovatif tanpa meninggalkan nilai-nilai iman sebagai fondasi utama. Integrasi antara profesionalisme konseling, pendidikan karakter, dan spiritualitas Kristen diharapkan mampu membentuk generasi yang tidak hanya cakap secara akademik dan digital, tetapi juga tangguh secara mental, dewasa secara spiritual, serta mampu menjadi terang dan garam bagi lingkungan sekitarnya (Desmita, 2017; Santrock, 2012; Yusuf, 2019).

Spiritualitas Digital sebagai Pendekatan Kontekstual dalam Pelayanan Bimbingan Konseling Kristen

Perkembangan teknologi informasi telah mengubah cara manusia berkomunikasi, belajar, bekerja, dan membangun relasi sosial. Perubahan tersebut juga memengaruhi cara individu menjalankan kehidupan spiritualnya, termasuk dalam konteks pendidikan Kristen. Kehadiran internet, media sosial, aplikasi digital, serta

berbagai platform komunikasi daring telah membuka ruang baru bagi pelaksanaan pelayanan pastoral dan bimbingan konseling Kristen. Ruang digital tidak lagi dipandang sekadar sebagai media penyampaian informasi, tetapi telah berkembang menjadi lingkungan sosial tempat peserta didik membentuk identitas, mengekspresikan diri, serta mencari makna kehidupan. Kondisi ini menuntut pelayanan bimbingan konseling Kristen untuk beradaptasi dengan perkembangan zaman tanpa mengabaikan prinsip-prinsip iman Kristen. Pendekatan yang mengintegrasikan teknologi dengan nilai-nilai spiritual dikenal sebagai spiritualitas digital, yaitu suatu bentuk penghayatan iman yang memanfaatkan media digital sebagai sarana pertumbuhan rohani, pembinaan karakter, dan pendampingan pastoral. Dengan demikian, spiritualitas digital menjadi pendekatan kontekstual yang relevan untuk menjawab kebutuhan peserta didik Generasi Z yang hidup di tengah ekosistem digital (Campbell, 2013; Padakari & Korwa, 2025).

Spiritualitas digital pada hakikatnya bukanlah upaya menggantikan persekutuan secara langsung, melainkan memperluas ruang pelayanan sehingga mampu menjangkau individu yang hidup dalam budaya digital. Konsep ini menempatkan teknologi sebagai alat yang digunakan untuk membangun relasi yang lebih dekat dengan Tuhan sekaligus memperkuat hubungan antarsesama melalui berbagai aktivitas rohani di ruang virtual. Bentuk implementasinya dapat berupa ibadah daring, kelompok pemuridan digital, renungan harian melalui media sosial, konseling berbasis video conference, doa bersama secara virtual, maupun penggunaan aplikasi Alkitab digital. Pemanfaatan media tersebut memungkinkan peserta didik memperoleh pendampingan rohani secara lebih fleksibel sesuai dengan karakteristik kehidupan mereka yang sangat bergantung pada teknologi. Dalam konteks bimbingan konseling Kristen, spiritualitas digital menjadi sarana untuk menghadirkan pelayanan yang lebih adaptif, komunikatif, dan mudah diakses tanpa mengurangi nilai-nilai kasih, empati, dan pendampingan yang menjadi inti pelayanan Kristen (Afsari, 2024; Campbell, 2013).

Karakteristik Generasi Z semakin memperkuat urgensi penerapan spiritualitas digital dalam pelayanan bimbingan konseling Kristen. Generasi ini merupakan kelompok yang tumbuh bersama perkembangan internet sehingga memiliki kebiasaan memperoleh informasi, membangun relasi, serta menyelesaikan berbagai persoalan melalui media digital. Mereka lebih terbiasa berkomunikasi melalui aplikasi pesan instan, media sosial, dan platform video dibandingkan komunikasi tatap muka. Di sisi lain, intensitas penggunaan teknologi juga meningkatkan risiko munculnya berbagai persoalan psikologis seperti kecemasan, cyberbullying, kecanduan media sosial, krisis identitas, hingga rendahnya rasa percaya diri akibat budaya perbandingan sosial. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa pelayanan konseling tidak lagi cukup dilakukan melalui pendekatan konvensional semata, melainkan perlu hadir di ruang digital yang menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari peserta didik. Kehadiran konselor Kristen

dalam ruang digital memungkinkan proses pendampingan berlangsung secara lebih dekat, responsif, dan sesuai dengan kebutuhan generasi masa kini (Santrock, 2012; Yusuf, 2019).

Dalam perspektif teologi Kristen, penggunaan teknologi digital sebagai media pelayanan tidak bertentangan dengan hakikat pemberitaan Injil selama teknologi tersebut digunakan secara bertanggung jawab dan berorientasi pada kemuliaan Allah. Sejak awal sejarah gereja, berbagai perkembangan teknologi selalu dimanfaatkan sebagai sarana memperluas pelayanan, mulai dari penggunaan media cetak, radio, televisi, hingga internet. Oleh karena itu, media digital dapat dipahami sebagai anugerah yang memungkinkan gereja dan lembaga pendidikan menghadirkan pelayanan secara lebih luas dan efektif. Bimbingan konseling Kristen yang memanfaatkan teknologi tetap harus berlandaskan prinsip kasih, kebenaran, kerahasiaan, penghargaan terhadap martabat manusia, serta tanggung jawab etis dalam penggunaan media digital. Dengan landasan tersebut, spiritualitas digital bukan sekadar inovasi teknologi, melainkan bagian dari transformasi pelayanan yang tetap berpijak pada nilai-nilai Alkitab dan misi gereja untuk melayani manusia secara utuh (Collins, 2007; Campbell, 2013).

Implementasi spiritualitas digital dalam pelayanan bimbingan konseling Kristen dapat dilakukan melalui berbagai strategi yang mendukung pertumbuhan spiritual dan kesehatan mental peserta didik. Konselor dapat memanfaatkan platform pembelajaran digital untuk menyampaikan materi penguatan karakter, membentuk kelompok refleksi daring, menyediakan layanan konseling melalui media komunikasi yang aman, serta membagikan renungan dan ayat-ayat Alkitab yang relevan dengan kebutuhan peserta didik. Selain itu, penggunaan aplikasi digital memungkinkan proses monitoring perkembangan konseli dilakukan secara lebih berkesinambungan. Peserta didik juga memperoleh kesempatan untuk mengakses materi pembinaan kapan saja sesuai kebutuhan mereka. Fleksibilitas tersebut menjadi salah satu keunggulan spiritualitas digital karena mampu menjangkau peserta didik yang mengalami keterbatasan waktu, jarak, maupun keberanian untuk mengikuti konseling secara tatap muka. Dengan demikian, teknologi berfungsi sebagai media yang memperkuat efektivitas pelayanan, bukan menggantikan relasi personal antara konselor dan konseli (Afsari, 2024; Prayitno & Amti, 2018).

Meskipun memiliki berbagai keunggulan, penerapan spiritualitas digital dalam pelayanan bimbingan konseling Kristen juga menghadapi sejumlah tantangan yang perlu diperhatikan secara serius. Salah satu tantangan utama adalah menjaga kualitas hubungan interpersonal agar tidak kehilangan dimensi empati, kehangatan, dan kehadiran yang menjadi ciri khas pelayanan konseling. Selain itu, perlindungan terhadap kerahasiaan data konseli, keamanan informasi digital, serta etika penggunaan media sosial harus menjadi perhatian utama dalam setiap proses pelayanan. Konselor juga dituntut memiliki literasi digital yang memadai agar mampu

menggunakan berbagai platform secara efektif sekaligus memahami risiko yang mungkin muncul. Di sisi lain, peserta didik perlu dibimbing untuk memiliki kemampuan menyaring informasi, menggunakan media digital secara bijaksana, serta membangun disiplin rohani yang tidak bergantung sepenuhnya pada teknologi. Oleh sebab itu, spiritualitas digital harus dikembangkan secara seimbang dengan tetap menempatkan relasi pribadi dengan Allah dan sesama sebagai inti kehidupan iman Kristen (Afsari, 2024; Collins, 2007).

Berdasarkan uraian tersebut, spiritualitas digital dapat dipahami sebagai pendekatan kontekstual yang mampu memperkuat pelayanan bimbingan konseling Kristen di era digital. Pendekatan ini mengintegrasikan kemajuan teknologi dengan nilai-nilai spiritual Kristen sehingga pelayanan konseling menjadi lebih relevan terhadap karakteristik Generasi Z tanpa kehilangan identitas teologisnya. Melalui spiritualitas digital, peserta didik memperoleh ruang untuk bertumbuh dalam iman sekaligus mengembangkan kemampuan menghadapi tekanan psikologis yang muncul akibat dinamika kehidupan digital. Kehadiran konselor di ruang digital menjadi wujud nyata pelayanan yang adaptif, inklusif, dan responsif terhadap perkembangan zaman. Dengan dukungan kompetensi profesional, etika pelayanan, serta pemanfaatan teknologi yang bertanggung jawab, spiritualitas digital dapat menjadi fondasi penting dalam pengembangan model bimbingan konseling Kristen yang berorientasi pada pembentukan karakter, penguatan iman, dan peningkatan ketahanan mental peserta didik Generasi Z. Pendekatan ini sekaligus menunjukkan bahwa transformasi digital tidak harus dipandang sebagai ancaman bagi pelayanan gereja dan pendidikan Kristen, melainkan sebagai peluang untuk menghadirkan kasih dan pengharapan Allah melalui media yang dekat dengan kehidupan generasi masa kini.

Pengembangan Model Bimbingan Konseling Kristen Berbasis Spiritualitas Digital

Perkembangan teknologi digital telah mendorong perubahan paradigma dalam penyelenggaraan layanan bimbingan dan konseling di lingkungan pendidikan. Peserta didik Generasi Z yang tumbuh bersama internet, media sosial, dan perangkat digital memiliki karakteristik belajar serta pola komunikasi yang berbeda dibandingkan generasi sebelumnya. Kondisi tersebut menuntut adanya inovasi dalam penyelenggaraan layanan bimbingan konseling Kristen agar tetap relevan dengan kebutuhan peserta didik tanpa mengurangi substansi nilai-nilai iman Kristen. Pengembangan model bimbingan konseling Kristen berbasis spiritualitas digital menjadi salah satu bentuk adaptasi terhadap perubahan tersebut dengan mengintegrasikan teknologi digital sebagai media pelayanan yang mendukung pertumbuhan spiritual, perkembangan psikologis, serta pembentukan karakter peserta didik. Model ini tidak hanya memanfaatkan teknologi sebagai alat komunikasi, tetapi juga sebagai ruang pembinaan iman, refleksi diri, dan penguatan ketahanan mental melalui pendekatan yang berpusat pada Kristus. Dengan demikian, layanan

konseling dapat berlangsung secara lebih fleksibel, mudah diakses, dan tetap mempertahankan kualitas hubungan konseling yang penuh kasih, empati, dan tanggung jawab (Prayitno & Amti, 2018; Collins, 2007; Padakari & Korwa, 2025).

Landasan utama dalam pengembangan model ini adalah pandangan bahwa manusia merupakan ciptaan Allah yang memiliki dimensi biologis, psikologis, sosial, dan spiritual yang saling berkaitan. Oleh karena itu, setiap proses konseling harus memperhatikan keutuhan pribadi peserta didik, bukan hanya menyelesaikan persoalan yang tampak di permukaan. Spiritualitas digital diposisikan sebagai media yang menghubungkan peserta didik dengan sumber-sumber pertumbuhan iman melalui teknologi yang telah menjadi bagian dari kehidupan mereka. Pendekatan ini mengintegrasikan prinsip-prinsip bimbingan konseling modern dengan ajaran Alkitab sehingga proses pendampingan tidak hanya menghasilkan perubahan perilaku, tetapi juga memperkuat relasi peserta didik dengan Allah. Pengembangan model tersebut didasarkan pada nilai kasih, pengampunan, pengharapan, tanggung jawab, dan penguasaan diri sebagai fondasi pembentukan karakter Kristen. Dengan demikian, teknologi berfungsi sebagai sarana yang mendukung proses transformasi spiritual, bukan menggantikan hakikat relasi personal antara konselor, konseli, dan Tuhan (Clinebell, 1984; Homrighausen & Enklaar, 2011).

Komponen utama model bimbingan konseling Kristen berbasis spiritualitas digital terdiri atas beberapa unsur yang saling berkaitan. Komponen pertama adalah tujuan layanan, yaitu meningkatkan ketahanan mental peserta didik melalui pertumbuhan spiritual dan penguatan kemampuan mengelola berbagai tekanan kehidupan. Komponen kedua adalah konselor Kristen yang memiliki kompetensi profesional, integritas spiritual, serta literasi digital sehingga mampu memberikan layanan secara efektif di ruang virtual maupun tatap muka. Komponen ketiga adalah peserta didik sebagai subjek utama yang aktif membangun kesadaran diri, keterampilan adaptasi, dan kedewasaan iman. Komponen keempat mencakup media digital seperti aplikasi konferensi video, platform pembelajaran, media sosial edukatif, aplikasi Alkitab digital, serta layanan pesan instan yang digunakan secara etis dan aman. Komponen berikutnya meliputi materi konseling yang berisi penguatan karakter Kristen, regulasi emosi, ketahanan mental, literasi digital, serta pembinaan spiritual yang disusun sesuai kebutuhan perkembangan peserta didik Generasi Z (Winkel & Hastuti, 2013; Yusuf, 2019).

Pelaksanaan model dilakukan melalui beberapa tahapan yang sistematis sehingga proses pendampingan berlangsung secara terarah. Tahap pertama adalah asesmen kebutuhan untuk mengidentifikasi kondisi psikologis, spiritual, sosial, serta kebiasaan digital peserta didik. Tahap kedua berupa perencanaan layanan dengan menentukan tujuan, metode, media, dan bentuk pendampingan yang sesuai dengan karakteristik konseli. Tahap ketiga merupakan pelaksanaan konseling yang mengombinasikan pertemuan langsung dengan layanan digital melalui komunikasi

daring, refleksi Alkitab, doa bersama, jurnal spiritual digital, maupun diskusi kelompok secara virtual. Tahap keempat adalah monitoring perkembangan peserta didik melalui evaluasi berkala terhadap perubahan perilaku, kondisi emosional, dan perkembangan spiritual. Tahap terakhir berupa evaluasi menyeluruh terhadap efektivitas layanan untuk menentukan tindak lanjut yang diperlukan. Tahapan tersebut memungkinkan proses konseling berlangsung secara berkesinambungan sekaligus memberikan ruang bagi peserta didik untuk tetap memperoleh pendampingan meskipun berada di luar lingkungan sekolah (Prayitno & Amti, 2018; Afsari, 2024).

Keunggulan model bimbingan konseling Kristen berbasis spiritualitas digital terletak pada kemampuannya mengintegrasikan pembinaan iman dengan perkembangan teknologi secara kontekstual. Model ini memungkinkan peserta didik memperoleh layanan yang lebih mudah dijangkau, fleksibel, serta sesuai dengan pola komunikasi Generasi Z yang cenderung menggunakan media digital. Selain meningkatkan akses terhadap layanan konseling, model ini juga mendorong terbentuknya budaya refleksi spiritual melalui pemanfaatan teknologi, seperti renungan digital, kelompok doa daring, pembelajaran Alkitab interaktif, maupun pengingat disiplin rohani melalui aplikasi digital. Penggunaan media digital juga memberikan kesempatan kepada konselor untuk melakukan pendampingan secara lebih intensif melalui komunikasi yang berlangsung secara berkelanjutan. Dengan demikian, proses konseling tidak terbatas pada jam layanan di sekolah, tetapi dapat berlangsung sesuai kebutuhan peserta didik dengan tetap memperhatikan etika profesi, kerahasiaan data, dan batasan hubungan konseling (Collins, 2007; Campbell, 2013).

Meskipun menawarkan berbagai keunggulan, pengembangan model ini tetap memerlukan perhatian terhadap berbagai tantangan yang mungkin muncul dalam implementasinya. Salah satu tantangan utama adalah menjaga kualitas hubungan interpersonal agar kehangatan, empati, dan kehadiran konselor tidak berkurang akibat penggunaan media digital. Selain itu, aspek keamanan data, perlindungan privasi konseli, serta etika komunikasi digital harus menjadi prioritas dalam setiap proses pelayanan. Konselor juga dituntut memiliki kemampuan mengelola teknologi secara profesional, memahami karakteristik media digital, serta mampu membimbing peserta didik agar menggunakan teknologi secara bertanggung jawab. Dukungan sekolah, keluarga, gereja, dan masyarakat menjadi faktor penting dalam keberhasilan penerapan model ini karena pembentukan ketahanan mental dan spiritual tidak dapat dilakukan hanya melalui layanan konseling di sekolah. Kolaborasi berbagai pihak akan menciptakan lingkungan yang kondusif bagi perkembangan peserta didik secara utuh (Yusuf, 2019; Winkel & Hastuti, 2013).

Berdasarkan uraian tersebut, pengembangan model bimbingan konseling Kristen berbasis spiritualitas digital merupakan bentuk inovasi pelayanan yang menjawab kebutuhan pendidikan pada era transformasi digital. Model ini memadukan

prinsip-prinsip bimbingan konseling, nilai-nilai spiritual Kristen, dan pemanfaatan teknologi sebagai satu kesatuan yang saling mendukung dalam membentuk ketahanan mental peserta didik Generasi Z. Keberadaan model ini diharapkan mampu meningkatkan efektivitas layanan konseling melalui pendekatan yang lebih kontekstual, adaptif, dan mudah diakses tanpa mengurangi kualitas pendampingan yang bersifat personal. Integrasi antara iman Kristen, kompetensi profesional konselor, dan pemanfaatan media digital akan menghasilkan layanan yang tidak hanya membantu peserta didik mengatasi berbagai persoalan psikologis, tetapi juga membangun karakter Kristiani yang dewasa, tangguh, serta memiliki pengharapan yang kuat dalam menghadapi tantangan kehidupan. Oleh sebab itu, model ini layak dikembangkan sebagai salah satu alternatif pelayanan bimbingan konseling Kristen yang relevan dengan dinamika pendidikan pada abad ke-21.

Implikasi Model Bimbingan Konseling Kristen Berbasis Spiritualitas Digital terhadap Peningkatan Ketahanan Mental Peserta Didik Generasi Z

Implementasi model bimbingan konseling Kristen berbasis spiritualitas digital memberikan implikasi yang signifikan terhadap upaya meningkatkan ketahanan mental peserta didik Generasi Z di tengah kompleksitas kehidupan era digital. Generasi ini menghadapi berbagai tantangan yang tidak hanya berasal dari lingkungan nyata, tetapi juga dari ruang virtual yang dipenuhi arus informasi tanpa batas, tuntutan sosial, serta perubahan yang berlangsung sangat cepat. Kondisi tersebut sering kali memunculkan tekanan psikologis berupa stres, kecemasan, krisis identitas, rendahnya kepercayaan diri, hingga kelelahan emosional. Dalam situasi demikian, layanan bimbingan konseling Kristen yang memanfaatkan media digital menjadi strategi yang relevan karena mampu menjangkau peserta didik melalui ruang yang akrab dengan kehidupan mereka. Integrasi teknologi dengan nilai-nilai spiritual Kristen memberikan kesempatan bagi peserta didik untuk memperoleh pendampingan yang lebih fleksibel, berkesinambungan, dan sesuai dengan kebutuhan perkembangan mereka. Oleh karena itu, model ini tidak hanya berfungsi sebagai sarana penyelesaian masalah, tetapi juga sebagai media pembentukan karakter, penguatan iman, dan peningkatan ketahanan mental secara menyeluruh (Prayitno & Amti, 2018; Yusuf, 2019; Padakari & Korwa, 2025).

Salah satu implikasi utama dari penerapan model ini adalah meningkatnya kemampuan peserta didik dalam mengelola emosi dan menghadapi berbagai tekanan kehidupan. Ketahanan mental tidak hanya ditandai oleh kemampuan bertahan ketika menghadapi kesulitan, tetapi juga kemampuan mengendalikan emosi, berpikir secara rasional, serta mengambil keputusan yang tepat dalam situasi yang penuh tekanan. Melalui proses bimbingan konseling Kristen berbasis spiritualitas digital, peserta didik memperoleh ruang untuk mengungkapkan pergumulan mereka secara terbuka, mendapatkan penguatan berdasarkan firman Tuhan, serta belajar mengembangkan

sikap penguasaan diri, kesabaran, dan pengharapan. Refleksi Alkitab, doa bersama secara daring, jurnal spiritual digital, maupun komunikasi intensif melalui media digital membantu peserta didik memahami bahwa setiap tantangan dapat dihadapi dengan pertolongan Tuhan. Pendekatan tersebut secara bertahap membangun kemampuan regulasi emosi yang menjadi salah satu indikator utama ketahanan mental pada remaja (Desmita, 2017; Collins, 2007).

Implikasi berikutnya terlihat pada penguatan identitas diri peserta didik di tengah budaya digital yang sering mendorong munculnya krisis identitas. Generasi Z hidup dalam lingkungan media sosial yang cenderung membentuk standar keberhasilan berdasarkan popularitas, penampilan, maupun pengakuan publik. Akibatnya, banyak peserta didik mengalami kebingungan dalam memahami jati dirinya karena lebih banyak dipengaruhi oleh penilaian orang lain daripada nilai-nilai yang bersifat mendasar. Model bimbingan konseling Kristen berbasis spiritualitas digital membantu peserta didik membangun identitas yang berakar pada pemahaman bahwa setiap manusia diciptakan menurut gambar dan rupa Allah serta memiliki tujuan hidup yang unik. Pendampingan yang dilakukan melalui media digital dipadukan dengan pembelajaran firman Tuhan memungkinkan peserta didik mengembangkan konsep diri yang positif, rasa syukur, serta penghargaan terhadap dirinya sendiri. Dengan identitas yang kuat, peserta didik akan lebih mampu menghadapi tekanan sosial tanpa kehilangan arah hidup maupun nilai-nilai yang diyakininya (Homrighausen & Enklaar, 2011; Santrock, 2012).

Selain membangun identitas diri, model ini juga memberikan implikasi terhadap peningkatan kemampuan adaptasi peserta didik dalam menghadapi perubahan yang berlangsung cepat. Era digital ditandai oleh perkembangan teknologi, informasi, dan pola interaksi sosial yang terus berubah sehingga menuntut individu memiliki kemampuan belajar dan beradaptasi secara berkelanjutan. Melalui layanan konseling yang memanfaatkan teknologi digital, peserta didik tidak hanya dibimbing untuk memahami perkembangan tersebut, tetapi juga diarahkan agar mampu menggunakan teknologi secara bijaksana dan bertanggung jawab. Konselor membantu peserta didik mengembangkan literasi digital, kemampuan berpikir kritis, serta keterampilan menyaring informasi yang diperoleh dari media sosial maupun internet. Pendekatan ini mendorong peserta didik untuk tidak mudah terpengaruh oleh informasi negatif, hoaks, maupun budaya digital yang bertentangan dengan nilai-nilai Kristen. Dengan demikian, peserta didik memiliki kesiapan yang lebih baik dalam menghadapi dinamika kehidupan tanpa kehilangan keseimbangan mental maupun spiritual (Yusuf, 2019; Campbell, 2013).

Implikasi lain yang tidak kalah penting adalah meningkatnya kualitas kehidupan spiritual peserta didik sebagai fondasi utama dalam membangun ketahanan mental. Spiritualitas yang bertumbuh akan memberikan makna, harapan, dan kekuatan ketika individu menghadapi berbagai persoalan hidup. Dalam model ini, teknologi digital

dimanfaatkan sebagai media untuk memperkuat disiplin rohani melalui renungan harian, pembelajaran Alkitab, kelompok doa virtual, refleksi iman, serta berbagai aktivitas pembinaan yang dapat diakses kapan saja. Kehadiran media digital memungkinkan peserta didik tetap terhubung dengan komunitas iman meskipun berada di luar lingkungan sekolah atau gereja. Pertumbuhan spiritual yang berlangsung secara berkesinambungan akan membentuk sikap optimis, pengharapan, rasa syukur, dan kepercayaan kepada penyertaan Tuhan dalam setiap situasi kehidupan. Nilai-nilai tersebut menjadi modal psikologis yang sangat penting dalam meningkatkan kemampuan peserta didik menghadapi tekanan hidup secara sehat dan konstruktif (Collins, 2007; Clinebell, 1984).

Penerapan model bimbingan konseling Kristen berbasis spiritualitas digital juga memberikan implikasi terhadap terciptanya kolaborasi yang lebih efektif antara sekolah, keluarga, dan gereja dalam proses pembinaan peserta didik. Media digital memungkinkan komunikasi yang lebih cepat dan berkelanjutan antara konselor, guru, orang tua, serta pembina gereja dalam memantau perkembangan peserta didik. Sinergi tersebut menciptakan lingkungan pendukung yang konsisten dalam membentuk karakter, memperkuat spiritualitas, dan menjaga kesehatan mental peserta didik. Orang tua dapat memperoleh informasi mengenai perkembangan anak, sementara guru dan konselor dapat merancang strategi pendampingan yang lebih tepat berdasarkan kondisi peserta didik. Gereja pun memiliki kesempatan untuk memperluas pelayanan pastoral melalui platform digital yang terintegrasi dengan program pembinaan sekolah. Kolaborasi yang harmonis ini memperkuat efektivitas layanan bimbingan konseling karena peserta didik memperoleh dukungan dari berbagai lingkungan yang saling melengkapi dalam proses pertumbuhan mereka (Winkel & Hastuti, 2013; Prayitno & Amti, 2018).

Berdasarkan uraian tersebut, dapat dipahami bahwa model bimbingan konseling Kristen berbasis spiritualitas digital memiliki implikasi yang luas terhadap peningkatan ketahanan mental peserta didik Generasi Z. Model ini tidak hanya membantu peserta didik mengatasi berbagai persoalan psikologis yang muncul akibat perkembangan teknologi digital, tetapi juga memperkuat identitas diri, meningkatkan kemampuan regulasi emosi, mengembangkan keterampilan adaptasi, serta membangun kehidupan spiritual yang menjadi sumber ketangguhan dalam menghadapi berbagai tantangan. Di samping itu, pemanfaatan teknologi digital memperluas jangkauan pelayanan konseling sehingga proses pendampingan dapat berlangsung secara lebih fleksibel, efektif, dan berkesinambungan. Keberhasilan implementasi model ini sangat bergantung pada kompetensi konselor, kesiapan lembaga pendidikan, dukungan keluarga, serta keterlibatan gereja dalam membangun ekosistem pembinaan yang holistik. Dengan demikian, model bimbingan konseling Kristen berbasis spiritualitas digital layak dikembangkan sebagai pendekatan inovatif yang mampu menjawab kebutuhan peserta didik Generasi Z sekaligus mendukung

terwujudnya pendidikan Kristen yang adaptif, humanis, dan berorientasi pada pembentukan pribadi yang tangguh secara mental, matang secara spiritual, serta bertanggung jawab dalam kehidupan bermasyarakat.

KESIMPULAN

Kesimpulannya, model bimbingan konseling Kristen berbasis spiritualitas digital merupakan pendekatan yang relevan dan inovatif dalam menjawab tantangan perkembangan peserta didik Generasi Z di era digital. Model ini mengintegrasikan prinsip-prinsip bimbingan konseling Kristen, nilai-nilai spiritual berdasarkan Alkitab, serta pemanfaatan teknologi digital sebagai media pelayanan yang adaptif terhadap karakteristik generasi masa kini. Melalui pendekatan tersebut, layanan konseling tidak hanya berorientasi pada penyelesaian masalah psikologis, tetapi juga berfokus pada pembentukan karakter Kristiani, penguatan identitas diri, pertumbuhan iman, serta peningkatan ketahanan mental peserta didik. Pemanfaatan media digital memungkinkan proses pendampingan berlangsung lebih fleksibel, mudah diakses, dan berkelanjutan tanpa mengurangi esensi relasi konseling yang dilandasi kasih, empati, dan tanggung jawab. Keberhasilan implementasi model ini memerlukan sinergi antara konselor, sekolah, keluarga, dan gereja dalam menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan peserta didik secara holistik. Dengan demikian, model bimbingan konseling Kristen berbasis spiritualitas digital berpotensi menjadi alternatif strategis dalam membangun generasi yang tangguh secara mental, matang secara spiritual, bijaksana dalam memanfaatkan teknologi, serta mampu menghadapi berbagai tantangan kehidupan dengan iman, pengharapan, dan karakter yang berpusat kepada Kristus.

DAFTAR PUSTAKA

- Afsari, N. H. (2024). *Interaksi sosial dalam Islamic cybercounseling pada Generasi Zilenial*. Irsyad: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Konseling, dan Psikoterapi Islam, 12(2), 161–182.
- Campbell, H. A. (2013). *Digital religion: Understanding religious practice in new media worlds*. Routledge.
- Clinebell, H. (1984). *Tipe-tipe dasar pendampingan dan konseling pastoral*. Kanisius.
- Collins, G. R. (2007). *Konseling Kristen yang efektif*. Gandum Mas.
- Desmita. (2017). *Psikologi perkembangan peserta didik*. PT Remaja Rosdakarya.
- Hidayat, D. R. (2020). *Psikologi kepribadian dalam bimbingan dan konseling*. Ghalia Indonesia.
- Homrighausen, E. G., & Enklaar, I. H. (2011). *Pendidikan Agama Kristen*. BPK Gunung Mulia.
- Padakari, S. L., & Korwa, F. (2025). Spiritualitas kontekstual: Model pendidikan iman Kristen dalam menjawab tantangan Generasi Z. *Imitatio Christo: Jurnal Teologi dan Pendidikan Agama Kristen*, 2(1).
- Prayitno, & Amti, E. (2018). *Dasar-dasar bimbingan dan konseling*. Rineka Cipta.

- Santrock, J. W. (2012). *Life span development: Perkembangan masa hidup* (Edisi Indonesia). Erlangga.
- Winkel, W. S., & Hastuti, M. M. S. (2013). *Bimbingan dan konseling di institusi pendidikan*. Media Abadi.
- Windrawanto, Y. (2022). Meneroka komponen spiritualitas dalam layanan bimbingan dan konseling di lembaga pendidikan. *Indonesian Journal of Guidance and Counseling: Theory and Application*, 11(1).
- Yusuf, S. (2019). *Psikologi perkembangan anak dan remaja*. PT Remaja Rosdakarya.