

Stigma dan Ketahanan Mental: Peran Pendidikan Agama Kristen Dalam Meningkatkan Kesehatan Mental Siswa

Fransisca Dhani Kartika^{1*}, Nova Ritonga²
Universitas Kristen Indonesia¹, Universitas Negeri Medan²
*E-mail: fransisca.dhani@gmail.com

Abstrak

Stigma, yang didefinisikan sebagai label negatif, dapat menghambat perkembangan psikologis, akademik, dan sosial siswa, serta berpotensi menyebabkan gangguan mental seperti depresi dan kecemasan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis peran Pendidikan Agama Kristen dalam meningkatkan ketahanan mental siswa di lingkungan sekolah yang rentan terhadap stigma. Studi kualitatif ini dilakukan di salah satu Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri di Kota Depok, dengan data yang diperoleh dari wawancara terhadap 10 siswa Kristen. Temuan menunjukkan bahwa siswa Kristen yang mengalami stigma mampu mempertahankan kesehatan mental dan mengembangkan resiliensi berkat pembelajaran Pendidikan Agama Kristen. Pendidikan Agama Kristen membekali siswa dengan pemahaman nilai diri di hadapan Tuhan, memperkuat identitas diri, dan menyediakan dukungan spiritual serta komunitas yang peduli. Kesimpulannya, penguatan spiritual melalui PAK berperan penting sebagai perlindungan psikologis bagi siswa, membuktikan bahwa pendidikan agama bukan hanya transfer pengetahuan, melainkan juga instrumen vital untuk pembinaan karakter dan kesehatan mental yang sehat.

Kata Kunci: Kesehatan Mental; Pendidikan Agama Kristen; Siswa Kristen; Stigma

Abstract

Stigma, defined as a negative label, can inhibit students' psychological, academic, and social development and potentially lead to mental disorders such as depression and anxiety. This study aims to analyze the role of Christian Religious Education (CRE) in enhancing the mental resilience of students in a school environment prone to stigma. This qualitative study was conducted in a state high school in Depok City, with data obtained from interviews with 10 Christian students. Findings show that Christian students who experienced stigma were able to maintain mental health and develop resilience due to Christian Religious Education. CRE equips students with an understanding of their self-worth before God, strengthens their self-identity, and provides spiritual support and a caring community. In conclusion, spiritual reinforcement through CRE plays a vital role as psychological protection for students, proving that religious education is not just a transfer of knowledge but also a vital instrument for character building and healthy mental well-being.

Keywords: *Christian Religious Education; Christian Students; Mental Health; Stigma*

PENDAHULUAN

Masalah kesehatan mental masih terus menjadi perbincangan di semua kalangan. Masalah kesehatan mental ini tidak dapat dipandang sepele/sebelah mata. Karena masalah ini menyangkut kehidupan seseorang. Menurut *World Health Organization* (WHO), kesehatan mental mencakup dua aspek penting, yaitu bebas dari gangguan mental dan memiliki kesejahteraan emosional dan psikologis yang baik, bukan hanya ketiadaan gangguan mental.¹

Berdasarkan WHO, prevalensi gangguan mental di Indonesia masih tinggi, dengan dampak yang signifikan pada kelompok usia 15 tahun ke atas. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, yang dikutip Jonathan Soebiantoro, 6% (14 juta orang) dengan kasus gangguan kesehatan mental (emosional) yang ditunjukkan melalui gejala seperti depresi dan panik/kecemasan, dan sekitar 400.000 orang dengan kasus gangguan *schizophrenia*.²

Masalah kesehatan mental di kalangan remaja, seperti depresi dan *self harm* merupakan masalah yang serius dan membutuhkan penanganan serius juga.³ Masalah mental ini sangat berpengaruh pada perkembangan biologis, kognitif dan sosial-ekonomi. Menurut data WHO, secara global satu dari tujuh remaja (10-19 tahun) mengalami gangguan mental (depresi, kecemasan, gangguan perilaku, dan melukai diri sendiri). Gangguan mental ini menjadi penyumbang utama terjadinya kecacatan dan bahkan kematian di kalangan remaja. Khodijah dkk memaparkan data WHO tahun 2021 dan data Kemenkes RI tahun 2018, sebagai berikut:

“depresi yang dialami oleh remaja diperkirakan terjadi pada 1,1% di usia 10-14 tahun, dan 2,8% remaja usia 15-19 tahun. Prevelensi gangguan depresi pada usia remaja mencapai 6,2%. Sedangkan di Jawa Tengah sendiri gangguan depresi pada usia ≥ 15 tahun sebesar 4,4%.”⁴

¹ Maria Oce Yea, Anastasia W. Stephanie Conterius, and Florensia Nei, *Kesehatan Mental: Pemahaman, Pencegahan, Dan Pengobatan* (Medan: PT Media Penerbit Indonesia, 2024).

² Jonathan Soebiantoro, “Pengaruh Edukasi Kesehatan Mental Intensif Terhadap Stigma Pada Pengguna Layanan Kesehatan Mental,” *INSAN Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental* 2, no. 1 (July 3, 2017): 1–14, <http://e-journal.unair.ac.id/index.php/JPKM/article/view/3007>.

³ Siti Khadijah et al., “Pemberdayaan Remaja: Kampanye No Stigma Dan Pencegahan Depresi Dan Self Harm Di Lingkungan Sekolah Smp Surakarta,” *Jurnal Pengabdian Komunitas* 3, no. 04 (2024): 1–8.

⁴ Khadijah et al., “Pemberdayaan Remaja: Kampanye No Stigma Dan Pencegahan Depresi Dan Self Harm Di Lingkungan Sekolah SMP Surakarta.”

Di Indonesia, sangat mudah orang memberikan stigma/label terhadap orang lain tanpa memikirkan akibat dari yang diucapkannya. Di era media sosial saat ini, stigma yang terus-menerus diterima dapat menyebabkan seseorang menginternalisasi label negatif tersebut sebagai bagian dari identitas dirinya. Jadi, stigma bukan lagi datang dari orang lain tetapi stigma dapat juga datang dari diri individu itu sendiri.⁵ Artinya, dia melabeli dirinya sendiri dan menyetujui label yang dilabelkan orang lain kepada dirinya. Kondisi ini membutuhkan perhatian dan penanganan yang serius.

Stigma merupakan salah satu masalah kesehatan mental yang paling serius di kalangan siswa. Dampak negatif stigma dapat dirasakan dalam berbagai aspek kehidupan, termasuk sosial, akademik, dan emosional. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Fox dkk, stigma dapat membuat siswa merasa malu, takut, dan tidak percaya diri untuk mengungkapkan masalah mentalnya, sehingga memperburuk kondisi mental mereka.⁶ Stigma dapat menjadi beban psikologis yang berat bagi siswa, mempengaruhi kemampuan mereka untuk berinteraksi dengan siswa lain/teman-temannya, guru, dan keluarga. Penelitian yang dilakukan oleh O'Driscoll dkk menunjukkan bahwa siswa yang mengalami stigma dapat merasa terisolasi, tidak didukung, dan tidak dihargai, sehingga memperlemah kemampuan mereka untuk menghadapi tantangan hidup.⁷

Siswa dapat menghadapi berbagai sumber stigma, seperti stigma terkait latar belakang sosial ekonomi, perbedaan fisik atau mental, pandangan atau keyakinan tertentu, atau bahkan stigma yang muncul di lingkungan sekolah. Contohnya, siswa yang berasal dari keluarga dengan latar belakang sosial ekonomi rendah mungkin menghadapi stigma terkait sosial ekonomi dan kemampuan akademik mereka. Siswa dengan perbedaan fisik atau mental memungkinkan menghadapi stigma terkait penampilan atau kemampuan mereka. Siswa menjadi kelompok yang rentan terhadap dampak negatif stigma karena beberapa faktor, di antaranya: tahap perkembangan psikologis mereka yang masih dalam proses pembentukan identitas diri, tekanan sosial di sekolah, dan

⁵ Soebiantoro, "Pengaruh Edukasi Kesehatan Mental Intensif Terhadap Stigma Pada Pengguna Layanan Kesehatan Mental."

⁶ A.B. Fox, B.N. Smith, and D. Vogt, "Mental Health Stigma and Service Use Among College Students," *Journal of American College Health* 68, no. 5 (2020): 462–469.

⁷ C. O'Driscoll, S. Connor, and L. Ewan, "Mental Health Stigma in Schools: A Systematic Review," *Journal of Adolescent Health* 64, no. 4 (2019): 459–467.

ketergantungan pada lingkungan sekitar. Ini dapat memperburuk kondisi mental siswa.

Siswa berada dalam tahap perkembangan psikologi yang kritis, yaitu remaja. Pada tahap ini, mereka sedang mencari identitas diri dan mencoba menentukan posisi mereka dalam masyarakat. Tahap perkembangan ini dapat dipengaruhi oleh stigma dan membuat mereka tidak percaya diri dan tidak pasti tentang diri mereka sendiri. Artinya, stigma dapat mengubah cara pandang mereka terhadap dirinya⁸ dari yang semula berpandangan positif berubah menjadi negatif sesuai dengan stigmatisasi yang mereka terima. Sekolah merupakan lingkungan sosial yang sangat penting bagi siswa. Lingkungan sekolah yang baik dan hubungan sosial dengan teman sebaya sangat mendukung kesehatan mental siswa.⁹ Sebaliknya, jika sekolah menjadi tempat yang buruk dan siswa mendapat tekanan stigma sosial, siswa merasa stres, tertekan dan tidak percaya diri, akan sangat berpengaruh pada kesehatan mental mereka. Ketergantungan pada lingkungan sekitar, artinya siswa masih sangat tergantung pada lingkungan sekitar, termasuk keluarga, teman-teman, dan guru. Stigma dapat mempengaruhi hubungan mereka dengan orang-orang di sekitarnya dan membuat mereka merasa tidak didukung. Dukungan dari lingkungan dapat meningkatkan kesehatan mental siswa.

Faktor-faktor ini dapat membuat siswa menjadi lebih rentan terhadap dampak negatif stigma dan mempengaruhi kesehatan mental mereka. Stigma yang terus menerus “meneror” siswa akan berujung fatal. Dengan kata lain, dampak stigma dapat digambarkan sebagai kerusakan psikologis yang progresif, karena dapat mempengaruhi kesehatan mental siswa secara bertahap dan tidak kentara/terlihat. Stigma dapat menyebabkan gangguan mental yang lebih serius, seperti depresi, kecemasan, dan bahkan percobaan bunuh diri.¹⁰ Oleh karena itu, perlu dilakukan upaya untuk mengurangi stigma dan meningkatkan kesadaran akan kesehatan mental di kalangan siswa.

Pendidikan Agama Kristen (PAK) dapat menjadi salah satu solusi untuk mengurangi stigma dan meningkatkan kesadaran akan kesehatan mental di kalangan siswa. Penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa pendidikan agama dapat

⁸ Rahmi Imelisa and Amirah Novitasari, “Stigma Bagi Residivis Dalam Proses Penyesuaian Diri Dengan Lingkungan Pasca Menjadi Narapidana,” *PIN-LITAMAS* 2, no. 1 (2020): 32–37.

⁹ Sanusi, “Pentingnya Mengutamakan Kesejahteraan Mental Siswa Bagi Puncak Pencapaian Pedagogis,” *EDUCHILD: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini* 4, no. 1 (2023): 14–31.

¹⁰ K. Wang, B.G. Link, and J.C. Phelan, “Stigma and Mental Illness: A Systematic Review of the Literature,” *Journal of Mental Health* 31, no. 1 (2022): 1–11.

membantu meningkatkan kesejahteraan mental dan mengurangi gejala depresi dan kecemasan.¹¹ Pendidikan agama Kristen dapat memainkan peran penting dalam konteks ini. Ajaran-ajaran Kristen dapat memberikan perspektif yang berbeda terhadap nilai diri, penerimaan, kasih, dan pengampunan.

Nilai diri: keristenan mengajarkan bahwa setiap orang memiliki nilai yang sama di mata Tuhan, tidak peduli latar belakang atau kemampuan mereka (Gal. 3:28). Ajaran ini dapat membantu siswa memahami bahwa mereka memiliki nilai yang sama dan tidak perlu merasa inferior atau superior karena stigma. Penerimaan: keKristenan mengajarkan tentang penerimaan dan kasih tanpa syarat, seperti yang dilakukan oleh Yesus Kristus (Mat. 9:10-13). Ajaran ini dapat membantu siswa memahami bahwa mereka diterima dan dicintai tanpa syarat, tidak peduli apa yang mereka alami. Kasih: keKristenan mengajarkan tentang kasih dan empati terhadap sesama, seperti yang dilakukan dan diajarkan Yesus Kristus (Luk. 7:21; 10:25-37, Mat. 22:37-40). Ajaran ini dapat membantu siswa memahami pentingnya kasih dan empati terhadap orang lain, termasuk mereka yang mengalami stigma. Pengampunan: keKristenan mengajarkan tentang pengampunan dan pembebasan dari kesalahan, seperti yang dilakukan oleh Yesus Kristus (Yoh. 8:1-11). Ajaran ini dapat membantu atau menolong siswa memahami bahwa mereka dapat memaafkan diri sendiri dan orang lain, serta membebaskan dari kesalahan dan stigma.

PAK berpotensi menjadi faktor pelindung psikologis bagi siswa dalam menghadapi stigma dengan membangun ketahanan mental (*resiliensi*), memperkuat identitas diri yang positif berdasarkan iman, dan memberikan dukungan spiritual dalam menghadapi tekanan stigma. Membangun ketahanan mental (*resiliensi*) artinya, PAK dapat membantu siswa mengembangkan kemampuan untuk menghadapi tantangan dan kesulitan dengan lebih baik. Memperkuat identitas diri yang positif berdasarkan iman. Artinya, PAK dapat membantu siswa memahami nilai dirinya berdasarkan iman dan memahami bahwa mereka dicintai dan diterima oleh Tuhan. Hal ini dapat membantu siswa memperkuat identitas diri yang positif dan meningkatkan kepercayaan diri mereka. Memberikan dukungan spiritual artinya, PAK dapat memberikan dukungan spiritual bagi

¹¹ Adi Sudrajat, "Kontribusi Pendidikan Agama Pada Kesehatan Mental Remaja Di Lingkungan Sekolah," *Jurnal Tinta* 5, no. 1 (2023): 83–93.

siswa dalam menghadapi tekanan stigma. Dengan demikian, Pendidikan Agama Kristen (PAK) membantu siswa membangun ketahanan mental (*resiliensi*), yaitu kemampuan untuk tetap kuat secara psikologis dan spiritual dalam menghadapi tekanan dan stigma. Resiliensi ini juga memperkuat identitas diri yang positif serta mendukung kesehatan mental siswa secara menyeluruh.

Berikut beberapa penelitian relevan yang membahas tentang stigma, kesehatan mental:

Penelitian Harefa dan Lase, “*Peran Pendidikan dalam Mengurangi Stigma dan Diskriminasi terhadap Siswa dari Kelompok Minoritas Sosial*”. Penelitian ini membahas peran pendidikan dalam mengurangi stigma dan diskriminasi terhadap siswa dari kelompok minoritas sosial dengan kesimpulan bahwa pendidikan memiliki peran penting dalam mengurangi stigma dan diskriminasi terhadap siswa dari kelompok minoritas sosial melalui penerapan pendidikan inklusif, pengembangan kurikulum yang berfokus pada keberagaman dan keadilan sosial, serta partisipasi aktif dari komunitas sekolah.¹² Dalam penelitian Wang dkk, “*Stigma dan Pengetahuan Terkait Kesehatan Mental Analisis Dampak pada Penggunaan Layanan*” mengusulkan bahwa upaya dalam mengatasi stigma adalah dengan cara kolaborasi antara lembaga pemerintah, lembaga pendidikan, dan organisasi masyarakat, di mana pemerintah memberi dukungan pada program-program anti-stigma seperti pendidikan kesehatan mental dan kampanye.¹³ Penelitian Hamatara “*Peran Pendidikan Agama Kristen dalam Karakter dan Tanggung Jawab Remaja*” menyatakan bahwa melalui Pendidikan Agama Kristen peserta didik/siswa dibantu untuk pembentukan karakter, spiritualitas siswa, dan menjadi individu beriman yang taat kepada Tuhan Yesus Kristus.¹⁴

Berdasarkan penelitian-penelitian di atas dan penelusuran penulis, belum ditemukan penelitian tentang peran Pendidikan Agama Kristen (PAK) dalam meningkatkan kesehatan mental siswa khususnya akibat stigma. Oleh karena itu, masih

¹² Anugerah Tatema Harefa and Berkat Persada Lase, “Peran Pendidikan Dalam Mengurangi Stigma Dan Diskriminasi Terhadap Siswa Dari Kelompok Minoritas Sosial,” *Journal of Education Research* 5, no. 4 (2024): 4288–4294.

¹³ Y. Wang et al., “Stigma Dan Pengetahuan Terkait Kesehatan Mental Analisis Dampak Pada Penggunaan Layanan,” *International Journal of Social Psychiatry* 28, no. 4 (2022): 112–129.

¹⁴ Matius Mangutu Hamatara and others, “PERAN PENDIDIKAN AGAMA KRISTEN DALAM KARAKTER DAN TANGGUNG JAWAB REMAJA,” *Jurnal Excelsior Pendidikan* 5, no. 2 (2024): 93–105.

perlu dilakukan penelitian tentang bidang ini untuk melihat bagaimana peran pendidikan agama Kristen dalam meningkatkan kesehatan mental siswa khususnya siswa yang mengalami stigma. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya pemahaman mengenai pembinaan kesehatan mental melalui PAK, memberikan kontribusi pada pengembangan upaya pencegahan dan intervensi yang efektif, serta menjadi rujukan bagi pendidik, orangtua, dan praktisi kesehatan mental dalam meningkatkan kesehatan mental siswa.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi lapangan (*field study*) untuk memperoleh pemahaman holistik dan mendalam mengenai pengalaman siswa Kristen dalam menghadapi stigma di lingkungan sekolah. Data penelitian dikumpulkan dari dua sumber utama: studi literatur yang relevan dan wawancara semi-terstruktur. Teknik ini memungkinkan triangulasi data guna memperkuat validitas temuan. Subjek penelitian dipilih melalui metode *purposive sampling*¹⁵ dengan kriteria spesifik: siswa Kristen yang bersekolah di salah satu SMA Negeri di Kota Depok, dan memiliki pengalaman langsung terkait praktik stigma di lingkungan tersebut. Total 10 informan, terdiri dari 5 siswa kelas XI dan 5 siswa kelas XII, berpartisipasi dalam penelitian ini. Wawancara dilakukan secara tatap muka dengan persetujuan informan, dan seluruh proses direkam untuk memastikan akurasi transkripsi. Analisis data dilakukan secara sistematis melalui empat tahapan sesuai dengan model Miles & Huberman.¹⁶ Tahapan tersebut meliputi: *data collection* (pengumpulan data), *data reduction* (reduksi dan pemilahan data sesuai fokus penelitian), *data display* (penyajian data secara terstruktur), dan *conclusion drawing/verification* (penarikan kesimpulan dan verifikasi berdasarkan landasan teoretis). Dengan metodologi ini, diharapkan penelitian dapat menyajikan temuan yang valid dan komprehensif mengenai peran Pendidikan Agama Kristen dalam meningkatkan kesehatan mental siswa

¹⁵ Steve Campbell et al., "Purposive Sampling: Complex or Simple? Research Case Examples," *Journal of Research in Nursing* 25, no. 8 (December 18, 2020): 652–661, <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1744987120927206>.

¹⁶ Matthew B. Miles, A. Michael Huberman, and Johnny Saldaña, *Qualitative Data Analysis: A Methods Sourcebook*, 3rd ed. (Thousand Oaks: SAGE Publications, 2014).

menghadapi stigma.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Stigma dan Dampaknya

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), stigma adalah “ciri negatif yang menempel pada pribadi seseorang karena pengaruh lingkungannya.”¹⁷ Sedangkan menurut Kementerian Kesehatan, “stigma merupakan tindakan memberikan label sosial yang bertujuan mencemari seseorang atau sekelompok orang dengan pandangan buruk. Stigma adalah proses devaluasi dinamis yang dengan signifikan mendiskreditkan seseorang.”¹⁸

Stigma adalah suatu label atau stereotip negatif yang dilekatkan pada individu atau kelompok tertentu, yang dapat mempengaruhi persepsi dan perilaku orang lain terhadap mereka. Stigma dapat berupa penilaian negatif, prasangka, atau diskriminasi yang dapat berdampak pada kesejahteraan psikologis dan sosial individu atau kelompok yang mengalaminya. Sederhananya, stigma adalah pandangan negatif atau merendahkan yang dilekatkan pada seseorang atau sekelompok orang berdasarkan karakteristik tertentu yang mereka miliki.

Stigmatisasi terbentuk dikarenakan delapan faktor, sebagaimana yang dirangkum oleh Suyadi dalam skripsinya, yaitu: faktor pengetahuan, persepsi, tingkat pendidikan, umur, status ekonomi, jenis kelamin, sudut pandang budaya, dan ketaatan agama. Sedangkan untuk jenis-jenis stigma, ada lima jenis yaitu: *stigma public* (stigma masyarakat), *self-stigma* (stigma diri sendiri), *felt or perceived stigma* (stigma yang dirasakan), *experienced stigma* (mengalami stigma), dan *label avoidance*.¹⁹

Stigma dapat berdampak negatif pada individu atau kelompok yang mengalaminya, baik secara psikologis maupun sosial. Beberapa dampak negatif stigma menurut Simanjuntak yang dikutip oleh Sayudi:

1. Isolasi sosial dan pengucilan

¹⁷ “Kamus Besar Bahasa Indonesia” (n.d.), <https://kbbi.web.id/stigma>.

¹⁸ Ns. Hendra, “Stigma Dalam Perspektif,” *Rumah Sakit Jiwa Daerah Provinsi Kepulauan Bangka Belitung*, last modified 2022, <https://rsj.babelprov.go.id/content/stigma-dalam-perspektif>.

¹⁹ Suyudi Suyudi, “STIGMA MASYARAKAT TENTANG PENYAKIT COVID-19 DI DESA SRIOMBO KECAMATAN LASEM KABUPATEN REMBANG” (Universitas Islam Sultan Agung Semarang, 2021), 8-12.

2. Rendahnya *self-esteem* dan *self-confidence* (menurunnya kepercayaan diri)
3. Diskriminasi dan perlakuan tidak adil
4. Kesulitan dalam mengakses layanan kesehatan, pekerjaan dan pendidikan²⁰

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Goffman, stigma dapat mempengaruhi identitas sosial individu dan kelompok, serta dapat menyebabkan mereka merasa tidak dihargai dan tidak diterima oleh masyarakat.²¹ Penelitian lain yang dilakukan oleh Link dan Phelan menunjukkan bahwa stigma dapat berdampak negatif pada kesehatan mental dan fisik individu yang mengalaminya.²²

Contoh konkret stigma di lingkungan sekolah atau masyarakat adalah:

1. Stigma terhadap siswa yang memiliki kebutuhan khusus, seperti autisme atau disabilitas intelektual, yang sering dianggap sebagai "kurang pintar" atau "tidak mampu".
2. Stigma terhadap siswa yang berasal dari keluarga miskin, yang sering dianggap sebagai "tidak berpendidikan" atau "tidak mampu bersaing".
3. Stigma terhadap individu yang memiliki penyakit mental, seperti depresi atau skizofrenia, yang sering dianggap sebagai "gila" atau "lemah".

Stigma dapat memiliki dampak yang sangat merusak, baik secara psikologis maupun sosial:

1. Dampak Psikologis:
 - a) Merasa malu dan bersalah: Individu yang distigma sering kali merasa malu dan menyalahkan diri sendiri atas kondisi atau identitas yang mereka miliki.
 - b) Menurunkan harga diri: Pandangan negatif dari orang lain dapat membuat mereka merasa tidak berharga dan kurang percaya diri.
 - c) Mengisolasi diri: Mereka mungkin menarik diri dari interaksi sosial karena takut dihakimi atau ditolak.
 - d) Meningkatkan risiko masalah kesehatan mental: Stres akibat stigma dapat memperburuk kondisi kesehatan mental yang sudah ada atau bahkan memicu

²⁰ Suyudi, "STIGMA MASYARAKAT TENTANG PENYAKIT COVID-19 DI DESA SRIOMBO KECAMATAN LASEM KABUPATEN REMBANG."

²¹ E. Goffman, *STIGMA: NOTES ON THE MANAGEMENT OF SPOILED IDENTITY* (Englewood Cliffs: N.J., Prentice-Hall, 1963).

²² Bruce G Link and Jo C Phelan, "Conceptualizing Stigma," *Annual review of Sociology* 27, no. 1 (2001): 363–385.

masalah baru seperti depresi dan kecemasan.

- e) Enggan mencari bantuan: Rasa malu dan takut akan stigma dapat menghalangi individu untuk mencari bantuan profesional, misalnya untuk masalah kesehatan mental atau kecanduan.

2. Dampak Sosial:

- a) Diskriminasi: Individu atau kelompok yang distigma sering kali mengalami perlakuan yang tidak adil dalam berbagai aspek kehidupan, seperti pendidikan, pekerjaan, perumahan, dan layanan kesehatan.
- b) Pengucilan sosial: Mereka mungkin dikucilkan dari pergaulan, tidak diundang dalam kegiatan sosial, atau bahkan ditolak oleh keluarga dan teman-teman.
- c) Kesulitan membangun hubungan: Rasa takut akan penolakan dapat membuat mereka kesulitan membangun dan mempertahankan hubungan yang sehat.
- d) Keterbatasan kesempatan: Stigma dapat membatasi akses mereka terhadap pendidikan yang berkualitas, pekerjaan yang layak, dan kesempatan untuk berkembang.

Berdasarkan wawancara dengan informan menyatakan bahwa stigma yang mereka terima atau dengar di sekolahnya seperti gendut, hitam, dan jelek,²³ si introvert, si bawel, si extrovert, si aneh, si bau, si nakal, si rajin, si pandai, si cepat tanggap,²⁴ stigma agama,²⁵ aneh, tidak normal.²⁶ Sebagian besar informan menyatakan pernah mengalami stigma. Akibat stigma tersebut siswa merasa sedih, tertekan, bahkan kehilangan kepercayaan diri. Saat menerima stigmatisasi Tr. menyatakan bahwa ia tidak nyaman, cemas dan stres,²⁷ Rs merasa sedih, minder, tidak percaya diri,²⁸ dan Mv merasa sedih dan tidak berharga, sepertinya tidak diterima di masyarakat.²⁹

Dari 10 siswa yang diwawancarai, 80% di antaranya mengaku pernah menerima stigma dalam bentuk ejekan sosial atau keagamaan. Dampak dari stigma tersebut cukup signifikan secara emosional. Beberapa siswa merasa minder, enggan tampil di depan

²³ Wawancara dengan informan T, Mei 2025

²⁴ Wawancara dengan informan A, Mei 2025

²⁵ Wawancara dengan informan E, Mei 2025

²⁶ Wawancara dengan informan J, Mei 2025

²⁷ Wawancara dengan informan Tr, Mei 2025

²⁸ Wawancara dengan informan Rs, Mei 2025

²⁹ Wawancara dengan informan Mv, Mei 2025

umum, dan cenderung menutup diri. Situasi ini menunjukkan bahwa stigma terhadap siswa, baik karena perbedaan sosial maupun keyakinan, merupakan ancaman nyata terhadap kesehatan mental siswa. Hal ini sejalan dengan temuan O'Driscoll, Connor, dan Ewan yang menyatakan bahwa stigma berkontribusi pada rasa terisolasi dan penurunan kesejahteraan emosional siswa.³⁰

Peran Pendidikan Agama Kristen dalam Mengatasi Stigma

Pendidikan Agama Kristen dapat memainkan peran penting dalam mengatasi stigma dan meningkatkan kesehatan mental siswa. Berikut adalah beberapa cara Pendidikan Agama Kristen dapat membantu mengatasi stigma dan meningkatkan kesehatan mental siswa:

1. Meningkatkan Kesadaran dan Pemahaman tentang Iman Kristen

Pendidikan Agama Kristen dapat membantu siswa memahami dan menginternalisasi nilai-nilai Kristen, sehingga mereka dapat mengembangkan kesadaran dan pemahaman yang lebih baik tentang iman Kristen. Seperti yang tertulis dalam 2 Timotius 3:16-17, "Segala tulisan yang diilhamkan Allah memang bermanfaat untuk mengajar, untuk menyatakan kesalahan, untuk memperbaiki kelakuan, dan untuk mendidik orang dalam kebenaran." Siswa dididik untuk memahami iman yang mereka yakini, yakni Allah selalu bersama umat-Nya, tidak membiarkan umat-Nya berjuang sendiri, Allah memiliki rancangan yang indah dan bukan rancangan kecelakaan, Allah penuh kasih dan tidak membedakan manusia.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Welikinsi, Pendidikan Agama Kristen dapat membantu siswa mengembangkan identitas Kristen yang kuat dan memahami nilai-nilai Kristen dalam konteks kehidupan sehari-hari.³¹ Dengan Pendidikan Agama Kristen yang mendarat dalam diri siswa, itu dapat membantu mereka dalam menghadapi kehidupan termasuk stigma.

³⁰ O'Driscoll, C., S. Connor, and L. Ewan. (2019). *Mental Health Stigma in Schools: A Systematic Review*. *Journal of Adolescent Health*, 64(4), 459–467.

³¹ Welikinsi Welikinsi, "Peran Pendidikan Kristen Dalam Membentuk Identitas Dan Tujuan Hidup Dalam Upaya Mengatasi Krisis Spiritual Di Kalangan Pelajar," in *Proceeding National Conference of Christian Education and Theology*, vol. 2, 2024, 39–50.

Berdasarkan hasil wawancara, melalui pembelajaran Pendidikan Agama Kristen membuat siswa memahami ajaran iman Kristen sehingga mereka mampu memandang dari sudut pandang iman Kristen dalam menyikapi tantangan hidup dan stigma. sebagian siswa yang menerima stigma menyatakan bahwa Pelajaran PAK membuat mereka sadar akan nilai diri di hadapan Tuhan. Seorang informan menyatakan bahwa ia tetap berharga di mata Tuhan, walau pun orang lain berkata buruk tentang dirinya. Pemahaman iman seperti ini menjadi fondasi spiritual yang membuat mereka tidak mudah terpengaruh oleh stigma apapun. Itu sebabnya penting penguatan tentang kesadaran dan nilai diri diberikan kepada siswa melalui pembelajaran Pendidikan Agama Kristen.

2. Membangun Kepercayaan Diri dan Harga Diri

Pendidikan Agama Kristen dapat membantu siswa membangun kepercayaan diri dan harga diri melalui pengajaran tentang kasih dan penerimaan Allah. Siswa diajar memahami bahwa mereka diciptakan segambar dan serupa dengan Allah (*imago dei*), mulia dan baik adanya (Kej. 1:27), berharga dalam pandangan Allah (Yes. 43:4 dan Mat. 10:30-31). Siswa juga diajar untuk tidak terpengaruh dengan opini atau pendapat orang lain. Pakiding menyatakan, Pendidikan Agama Kristen dapat membantu siswa mengembangkan kepercayaan diri dan harga diri yang positif, sehingga mereka dapat menghadapi tantangan hidup dengan lebih percaya diri.³²

Berdasarkan data wawancara, beberapa siswa mengaku lebih berani bersosialisasi setelah memahami ajaran ini. Seorang informan menyatakan bahwa tidak minder lagi, karena ia mengetahui dan menyadari bahwa Tuhan menciptakan dirinya istimewa. Dengan pengetahuan dan pemahaman itu, ia tidak lagi peduli atau memberi perhatian ada yang mengejeknya. Para siswa menyatakan bahwa PAK membantu mereka memahami nilai diri sebagai ciptaan Allah, sehingga mereka tidak lagi mendasarkan harga dirinya pada pandangan orang lain. Seorang siswa menyatakan bahwa setelah memahami bahwa dirinya segambar dengan Allah, ia merasa lebih kuat dan tidak mudah goyah oleh ejekan.³³ Hal ini menunjukkan bahwa

³² Phebe Agnes Pakiding, "Analisis Dampak Pengalaman Hidup Terhadap Percaya Diri Siswa Kelas VIII-B Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Kristen Di SMPN 3 Buntu Pepasan" (Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Toraja, 2024).

³³ Wawancara dengan informan Mv dan Lr, Mei 2025

PAK menjadi benteng identitas positif yang melindungi mental siswa dari dampak stigma.

3. Mengembangkan Keterampilan *Coping* dan *Resiliensi*

Pendidikan Agama Kristen dapat membantu siswa mengembangkan keterampilan *coping* dan *resiliensi* melalui pengajaran tentang doa, perenungan, penyerahan diri kepada Allah, Allah memberikan kekuatan, dan komunitas Kristen. Beberapa ayat Alkitab yang dapat digunakan untuk mengembangkan keterampilan *coping* dan *resiliensi*: Matius 6:34 dan Filipi 4:6-7 mengajarkan untuk tidak khawatir tentang apa pun juga dan berdoa dengan ucapan syukur; Matius 12:20 Allah memberikan kekuatan dan tidak akan meninggalkan anak-anak-Nya; 1 Korintus 10:13 pemahaman positif bahwa apa yang dialami tidak melebihi kekuatan. Selain ayat-ayat Alkitab yang bersifat motivasi dan penguatan, kisah tokoh-tokoh Alkitab tentang penderitaan termasuk kisah Tuhan Yesus Kristus juga dapat digunakan untuk meningkatkan keterampilan *coping* dan *resiliensi* siswa. Pendidikan Agama Kristen dapat membantu siswa mengembangkan keterampilan *coping* yang efektif dan meningkatkan *resiliensi* dalam menghadapi tantangan hidup. Berdasarkan hasil wawancara dengan informan, PAK dapat membantu dalam mengembangkan keterampilan *coping* dan *resiliensi* siswa. Seperti pernyataan T, Pendidikan Agama Kristen dapat membantunya mengembangkan keterampilan *coping* dan *resiliensi* dengan cara menekankan nilai-nilai spiritual menjadi landasan dalam menghadapi tantangan hidup dan juga mengajarkan nilai-nilai moral, seperti kasih.³⁴ Bagi L, Pendidikan Agama Kristen membantunya mengembangkan keterampilan *coping* dan *resiliensi* yaitu melalui PAK mengajarkannya tetap percaya pada Tuhan di saat menghadapi masalah, dengan berdoa, ia menjadi tenang.³⁵ Temuan ini menguatkan bahwa PAK tidak hanya membentuk pengetahuan Rohani, tetapi juga memberikan strategi praktis yang meningkatkan daya tahan mental siswa di tengah tekanan sosial.

Dengan demikian, Pendidikan Agama Kristen dapat memainkan peran penting dalam mengatasi stigma dan meningkatkan kesehatan mental siswa. Oleh karena itu, penting untuk memprioritaskan Pendidikan Agama Kristen dalam kurikulum sekolah

³⁴ Wawancara dengan T, Mei 2025

³⁵ Wawancara dengan informan Mv dan Lr, Mei 2025

dan memastikan bahwa Pendidikan Agama Kristen disampaikan dengan cara yang efektif dan relevan dengan kebutuhan siswa. PAK juga membekali siswa dengan keterampilan rohani untuk menghadapi tekanan melalui doa, perenungan Firman, dan keteladanan tokoh Alkitab, siswa belajar mengampuni, bersabar, dan tetap mengasihi meskipun disakiti. Sebagian siswa bahkan mengaku mereka tidak lagi membalas stigma, melainkan mendoakan orang yang menyakiti mereka.³⁶

Berdasarkan data yang diperoleh, 90% siswa menyatakan bahwa PAK sangat membantu mereka menghadapi stigma, dan 70% secara spesifik menyebut bahwa pelajaran ini membuat mereka lebih percaya diri dalam situasi sosial yang penuh tekanan. Dengan demikian, PAK bukan hanya berfungsi sebagai pembelajaran keagamaan, tetapi juga sebagai sarana pembentukan karakter dan penguatan mental.

Peran Pendidikan Agama Kristen dalam Meningkatkan Ketahanan Mental Siswa

Pendidikan Agama Kristen (PAK) memainkan peranan penting dalam membentuk ketahanan mental siswa, terutama dalam menghadapi berbagai tekanan sosial dan stigma yang kerap muncul di lingkungan sekolah. Ketahanan mental merupakan kemampuan individu untuk tetap stabil secara emosional dan psikologis dalam menghadapi tantangan hidup. Dalam konteks ini, PAK berfungsi sebagai sarana pembinaan iman dan spiritualitas yang mampu memperkuat daya tahan siswa secara menyeluruh. Menurut Sianipar, pendidikan agama Kristen tidak hanya membina iman secara pribadi, tetapi juga memberikan penguatan spiritual dan psikologis melalui pesan-pesan Alkitab, pendampingan, dan keteladanan para pendidik.

Dengan menginternalisasi nilai-nilai iman Kristen seperti kasih, pengampunan, dan pengharapan, siswa dapat mengembangkan identitas diri yang positif dan resiliensi dalam menghadapi tekanan, termasuk yang bersumber dari stigma sosial atau pengalaman diskriminasi. Penelitian Welikinsi menunjukkan bahwa internalisasi nilai-nilai tersebut membantu siswa membentuk ketahanan mental yang lebih kuat di tengah situasi sulit.

Pendidikan Agama Kristen berperan dalam membekali siswa dengan kemampuan untuk menghadapi tantangan hidup dan membangun ketahanan mental (*resiliensi*). Nilai-

³⁶ Wawancara dengan informan Mv dan Lr, Mei 2025.

nilai iman yang diajarkan melalui pendidikan ini memberikan dasar spiritual dan moral yang memperkuat ketangguhan psikologis siswa. Berikut adalah beberapa cara bagaimana Pendidikan Agama Kristen dapat mendukung penguatan mental dan emosional siswa:

1. Meningkatkan Kemampuan Menghadapi Tantangan: Pendidikan Agama Kristen dapat membantu siswa mengembangkan kemampuan untuk menghadapi tantangan hidup dan membangun ketahanan mental. Seperti yang tertulis dalam Filipi 4:13, "Segala sesuatu dapat kutanggung di dalam Dia yang memberi kekuatan kepadaku." Pelajaran Pendidikan Agama Kristen yang telah dipelajari oleh siswa khususnya tentang tantangan dan penderitaan hidup serta adanya Allah di setiap tantangan dapat membentuk siswa menjadi pribadi yang tangguh sehingga memiliki kekuatan dalam menanggung stigma-stigma yang datang.

Kesanggupan dan ketangguhan yang dimiliki para siswa dalam menghadapi stigma bukan berasal dari dirinya sendiri, tetapi ada Allah yang memberikan mereka kekuatan. Para informan menyatakan bahwa pendidikan agama Kristen menolong mereka memahami kehidupan dan tantangan yang mereka hadapi sebagai orang Kristen. Ajaran-ajaran yang mereka terima seperti penderitaan dan penghinaan yang diterima/dialami Tuhan Yesus membuat mereka memahami bahwa sebagai orang Kristen harus sabar, tetap mengasihi, dan tetap percaya pada Tuhan bahwa Tuhan akan memberikan mereka kekuatan saat menghadapi masa-masa sulit.

Seorang informan menyatakan saat diolok-olok, informan tersebut ingat pelajaran PAK tentang Yesus yang sabar menderita. Ajaran itu membuatnya dapat menahan emosi. Ini menunjukkan PAK mendorong siswa tersebut untuk tetap kuat saat menghadapi tekanan sosial.

2. Membangun Komunitas yang Mendukung: Pendidikan Agama Kristen dapat membantu membangun komunitas yang mendukung dan peduli bagi siswa. Seperti yang tertulis dalam Galatia 6:2, "Bertolong-tolonganlah menanggung bebanmu! Demikianlah kamu memenuhi hukum Kristus." Siswa Kristen yang sudah memahami pengajaran dalam pendidikan agama Kristen, memiliki kepedulian atau empati kepada sesamanya. Dengan demikian para siswa Kristen dapat saling menguatkan, menasihati dan saling mendoakan. Dengan demikian, para siswa yang mendapat stigma dapat

dikuatkan dan tidak merasa seorang diri. Dia memiliki sahabat-sahabat yang menerimanya apa adanya, yang peduli padanya, dan yang selalu ada di setiap saat (Ams. 17:17).

Inilah yang dilakukan para siswa Kristen di salah satu Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri di Kota Depok. Mereka saling mendukung dan saling menguatkan karena mereka memahami benar kalau mereka adalah saudara (Kristen) yang wajib saling mendukung dan saling menguatkan. Informan L menyatakan bahwa siswa-siswa di sekolah yang ditemui di kelas pembelajaran Pendidikan Agama Kristen (PAK) selalu menguatkannya, dan ia merasa tidak sendirian.

3. Mengembangkan Nilai-Nilai dan Prinsip-Prinsip Kristen: Pendidikan Agama Kristen dapat membantu siswa mengembangkan nilai-nilai dan prinsip-prinsip Kristen yang positif. Seperti yang tertulis dalam Matius 5:16, "Demikianlah hendaknya terangmu bercahaya di depan orang, supaya mereka melihat perbuatanmu yang baik dan memuliakan Bapamu yang di Surga."

Dengan pemahaman akan pendidikan agama Kristen, para siswa Kristen dapat mempraktikkan nilai-nilai dan prinsip Kristen dalam kehidupan sehari-hari. Para informan menyatakan bahwa ketika mereka mendapat stigma dari siswa lain, mereka tidak boleh membenci, sakit hati, marah, memukul atau membalas. Tetapi justru sebaliknya mereka harus mengampuni, mengasihi, dan tetap berteman.

Informan Mv menyatakan bahwa melalui pelajaran Pendidikan Agama Kristen (PAK) ia dapat mengampuni dan mendoakan mereka yang mengejeknya. Sikap ini menunjukkan bahwa internalisasi nilai Kristen tidak hanya meredakan emosi negatif, tetapi juga mendorong respon yang membangun terhadap stigma.

Pendidikan Agama Kristen yang diterima siswa melalui sekolah, gereja, atau keluarga, ketika dipahami secara mendalam dan dihayati dalam kehidupan sehari-hari, akan berfungsi sebagai fondasi spiritual yang kokoh dalam menghadapi berbagai bentuk stigma dari siapa pun. Pendidikan agama yang diinternalisasi tersebut membentuk ketahanan batin dan stabilitas emosi, sehingga saat siswa mengalami perlakuan diskriminatif atau penilaian negatif, mereka tidak mudah terpengaruh atau terganggu secara psikologis.

Kesadaran akan identitas diri yang berharga di hadapan Allah menjadikan mereka

lebih kuat dalam menyikapi stigma, bahkan mampu meresponsnya dengan sikap kasih dan belas kasih terhadap orang-orang yang menyakiti mereka. Para siswa Kristen dapat menganggap orang-orang yang melemparkan stigma tersebut sebagai orang yang tidak mengetahui apa-apa. Sama seperti yang dikatakan oleh Tuhan Yesus Kristus: "Ampunilah mereka, sebab mereka tidak tahu apa yang mereka perbuat" (Luk. 23:34). Dengan pendidikan agama Kristen yang tertanam dalam diri siswa Kristen akan memampukan mereka berfikir positif, tetap mengasihi, dan tidak membalas apa yang dilakukan orang lain kepada mereka. Di atas semua itu, melalui pendidikan agama Kristen mereka tahu dan sadar bahwa hidup mereka tidak ditentukan oleh apa kata orang dan mereka dengan segala keadaannya adalah orang-orang yang berharga di hadapan Allah. Seperti yang tertulis dalam Yesaya 43:4 "Oleh karena engkau berharga di mata-Ku dan mulia, dan Aku ini mengasihi engkau, maka Aku memberikan manusia sebagai gantimu, dan bangsa-bangsa sebagai ganti nyawamu." Siswa Kristen menyadari bahwa apapun keadaan mereka, mereka adalah sasaran kasih Allah yang besar. Karena itu mereka tidak perlu takut, minder, dan lain sebagainya kalau ada orang-orang yang melontarkan stigma kepada mereka.

Peran Pendidikan Agama Kristen (PAK) sangat penting dalam melindungi kondisi mental siswa dari pengaruh negatif stigma. PAK membantu membangun identitas rohani dan emosional yang kuat melalui pengajaran nilai-nilai kasih, pengampunan, dan penghargaan terhadap diri dalam terang iman Kristen. Nilai-nilai ini memperkuat ketahanan siswa dalam menghadapi penolakan, ejekan, dan tekanan sosial lainnya, sehingga mereka mampu merespons secara sehat dan penuh kasih.

Berdasarkan hasil wawancara dengan para informan diperoleh bahwa para siswa yang mengalami stigma sangat tertolong dengan adanya pembelajaran Pendidikan Agama Kristen, di mana mereka mengaku bahwa pendidikan agama Kristen sangat menolong mereka dalam menghadapi stigma. Mv menyatakan PAK memberinya solusi yang terbaik, memahami makna hidup, memperoleh penghiburan, dan belajar untuk bisa mengampuni³⁷ dan sebagian besar informan menyatakan bahwa Pendidikan Agama Kristen sangat membantu hidup mereka dalam mengurangi stres dan kecemasan.

³⁷ Wawancara dengan Mv, Mei 2025

Siswa yang menginternalisasi pelajaran PAK menunjukkan respons yang berbeda terhadap stigma. Mereka tidak hanya bertahan, tetapi juga menunjukkan empati terhadap orang lain yang distigmatisasi. Mereka mampu menjadi teman yang mendampingi, bukan menjauhi. Mereka membentuk komunitas dukungan, yang saling mendoakan dan menguatkan. Pendidikan Agama Kristen (PAK) dapat membentuk karakter dan tanggung jawab iman remaja, yang pada gilirannya meningkatkan *resiliensi* mereka sebagaimana yang dinyatakan Hamatara dalam penelitiannya. Pendidikan keagamaan dapat menurunkan gejala kecemasan dan meningkatkan resiliensi. Oleh karena itu, Pendidikan Agama Kristen berperan penting dalam memperkuat ketahanan mental siswa melalui pembinaan spiritual yang mendalam dan bermakna.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan, dapat disimpulkan bahwa stigma, baik yang berasal dari teman sebaya maupun lingkungan sekolah, memiliki dampak signifikan terhadap kesehatan mental siswa, yang ditandai dengan penurunan rasa percaya diri, perasaan terisolasi, dan peningkatan risiko masalah psikologis. Meskipun demikian, penelitian ini secara tegas menunjukkan bahwa Pendidikan Agama Kristen (PAK) berfungsi sebagai faktor protektif yang esensial dan efektif dalam memperkuat ketahanan mental siswa Kristen.

Melalui pembelajaran PAK, siswa tidak hanya dibekali dengan pengetahuan teologis, tetapi juga menginternalisasi nilai-nilai iman yang fundamental. Hal ini memungkinkan mereka untuk membangun identitas diri yang positif, menyadari bahwa nilai diri mereka tidak ditentukan oleh stigma, melainkan oleh kasih dan penerimaan Tuhan. Selain itu, PAK membekali siswa dengan keterampilan *coping* dan *resiliensi*, seperti melalui doa dan perenungan Firman, yang membantu mereka menghadapi tekanan sosial dengan kekuatan batin yang kokoh. Lebih lanjut, penelitian ini juga mengidentifikasi bahwa PAK mendorong pembentukan komunitas yang saling mendukung di antara siswa, di mana mereka dapat saling menguatkan dan mendoakan.

Secara keseluruhan, kontribusi utama penelitian ini adalah menegaskan bahwa PAK melampaui fungsi transfer pengetahuan religius; ia adalah instrumen pembinaan karakter dan penguatan kesehatan mental yang dapat diaplikasikan secara praktis.

Temuan ini memiliki implikasi penting bagi para pendidik, sekolah, dan orang tua untuk mengoptimalkan peran PAK sebagai media untuk membentuk mental yang sehat, toleran, dan penuh kasih di tengah masyarakat yang masih menghadapi stigma.

REFERENSI

- Campbell, Steve, Melanie Greenwood, Sarah Prior, Toniele Shearer, Kerrie Walkem, Sarah Young, Danielle Bywaters, and Kim Walker. "Purposive Sampling: Complex or Simple? Research Case Examples." *Journal of Research in Nursing* 25, no. 8 (December 18, 2020): 652–661. <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/1744987120927206>.
- Fox, A.B., B.N. Smith, and D. Vogt. "Mental Health Stigma and Service Use Among College Students." *Journal of American College Health* 68, no. 5 (2020): 462–469.
- Goffman, E. *STIGMA: NOTES ON THE MANAGEMENT OF SPOILED IDENTITY*. Englewood Cliffs: N.J., Prentice-Hall, 1963.
- Hamatara, Matius Mangutu, and others. "PERAN PENDIDIKAN AGAMA KRISTEN DALAM KARAKTER DAN TANGGUNG JAWAB REMAJA." *Jurnal Excelsior Pendidikan* 5, no. 2 (2024): 93–105.
- Harefa, Anugerah Tatema, and Berkat Persada Lase. "Peran Pendidikan Dalam Mengurangi Stigma Dan Diskriminasi Terhadap Siswa Dari Kelompok Minoritas Sosial." *Journal of Education Research* 5, no. 4 (2024): 4288–4294.
- Hendra, Ns. "Stigma Dalam Perspektif." *Rumah Sakit Jiwa Daerah Provinsi Kepulauan Bangka Belitung*. Last modified 2022. <https://rsj.babelprov.go.id/content/stigma-dalam-perspektif>.
- Imelisa, Rahmi, and Amirah Novitasari. "Stigma Bagi Residivis Dalam Proses Penyesuaian Diri Dengan Lingkungan Pasca Menjadi Narapidana." *PIN-LITAMAS* 2, no. 1 (2020): 32–37.
- Khadijah, Siti, Hanung Prasetya, Endang Caturini, and Dwi Ariani Sulistyowati. "PEMBERDAYAAN REMAJA: KAMPANYE NO STIGMA DAN PENCEGAHAN DEPRESI DAN SELF HARM DI LINGKUNGAN SEKOLAH SMP SURAKARTA." *Jurnal Pengabdian Komunitas* 3, no. 04 (2024): 1–8.
- Link, Bruce G, and Jo C Phelan. "Conceptualizing Stigma." *Annual review of Sociology* 27, no. 1 (2001): 363–385.
- Miles, Matthew B., A. Michael Huberman, and Johnny Saldaña. *Qualitative Data Analysis: A Methods Sourcebook*. 3rd ed. Thousand Oaks: SAGE Publications, 2014.

- O'Driscoll, C., S. Connor, and L. Ewan. "Mental Health Stigma in Schools: A Systematic Review." *Journal of Adolescent Health* 64, no. 4 (2019): 459–467.
- Pakiding, Phebe Agnes. "Analisis Dampak Pengalaman Hidup Terhadap Percaya Diri Siswa Kelas VIII-B Pada Mata Pelajaran Pendidikan Agama Kristen Di SMPN 3 Buntu Pepasan." Institut Agama Kristen Negeri (IAKN) Toraja, 2024.
- Sanusi. "Pentingnya Mengutamakan Kesejahteraan Mental Siswa Bagi Puncak Pencapaian Pedagogis." *EDUCHILD: Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini* 4, no. 1 (2023): 14–31.
- Soebiantoro, Jonathan. "Pengaruh Edukasi Kesehatan Mental Intensif Terhadap Stigma Pada Pengguna Layanan Kesehatan Mental." *INSAN Jurnal Psikologi dan Kesehatan Mental* 2, no. 1 (July 3, 2017): 1–14. <http://e-journal.unair.ac.id/index.php/JPKM/article/view/3007>.
- Sudrajat, Adi. "KONTRIBUSI PENDIDIKAN AGAMA PADA KESEHATAN MENTAL REMAJA DI LINGKUNGAN SEKOLAH." *Jurnal Tinta* 5, no. 1 (2023): 83–93.
- Suyudi, Suyudi. "STIGMA MASYARAKAT TENTANG PENYAKIT COVID-19 DI DESA SRIOMBO KECAMATAN LASEM KABUPATEN REMBANG." Universitas Islam Sultan Agung Semarang, 2021.
- Wang, K., B.G. Link, and J.C. Phelan. "Stigma and Mental Illness: A Systematic Review of the Literature." *Journal of Mental Health* 31, no. 1 (2022): 1–11.
- Wang, Y., L. Chen, H. Zhang, and J. Li. "Stigma Dan Pengetahuan Terkait Kesehatan Mental Analisis Dampak Pada Penggunaan Layanan." *International Journal of Social Psychiatry* 28, no. 4 (2022): 112–129.
- Welikinsi, Welikinsi. "Peran Pendidikan Kristen Dalam Membentuk Identitas Dan Tujuan Hidup Dalam Upaya Mengatasi Krisis Spiritual Di Kalangan Pelajar." In *Proceeding National Conference of Christian Education and Theology*, 2:39–50, 2024.
- Yea, Maria Oce, Anastasia W. Stephanie Conterius, and Florensia Nei. *Kesehatan Mental: Pemahaman, Pencegahan, Dan Pengobatan*. Medan: PT Media Penerbit Indonesia, 2024.
- "Kamus Besar Bahasa Indonesia" (n.d.). <https://kbbi.web.id/>.