**PENDIDIKAN AGAMA KRISTEN UNTUK DEWASA AWAL MELALUI IMPLEMENTASI “STOP NEGATIVE THOUGHTS”**

**Melinda Tambunan1, Geby N. Sinaga2, Anabella P. Tindaon3, Ersindi R. Saragih4, Iis O. Situmeang5, Lamria Sinaga6, Naomi Butarbutar, Agnita S. Silaban7, Jocky P. Hutabarat8, Damayanti Nababan9**

Program Studi Pendidikan Agama Kristen

Fakultas Ilmu Pendidikan Kristen

Institut Agama Kristen Negeri Tarutung

*Email:* *Melindatambunan0708@gmail.com*

***Abstract****: Christian Religious Education for early adults is delivered so that everyone not only understands or knows but can implement Christian Religious Education itself in everyday life, both for themselves and others. Christian religious education through the implementation of stopping negative thinking teaches young adults not to think about negative things that interfere with daily activities. The research method used in this paper is a qualitative method through library research by reviewing various literature related to the subject matter discussed. The results of this research explain that the right choice when facing negative thoughts is to drive them away by relying on God's strength, not your own strength.*

***Keywords****: Christian Religious Education, Early Adulthood, Negative Thoughts.*

**Abstrak**: Pendidikan Agama Kristen bagi dewasa awal disampaikan agar setiap orang tidak hanya memahami atau mengetahui saja namun dapat mengimplementasikan Pendidikan Agama Kristen itu sendiri dalam kehidupan sehari-haik baik bagi diri sendiri maupun orang lain. Pendidikan Agama Kristen melalui pengimplementasikan berhenti berpikir negatif mengajarkan kepada dewasa awal agar tidak memikirkan hal-hal negatif yang menganggu aktivitas sehari-hari. Metode penelitian yang digunakan dalam tulisan ini adalah metode kualitatif melalui penelitian kepustaan (*Library research*) dengan menelaah berbagai literatur yang berkaitan dengan pokok materi yang di bahas. Hasil penelitian ini menjelaskan bahwa pilihan yang tepat saat menghadapi pikiran-pikiran negatif adalah mengusirnya dengan mengandalkan kekuatan Tuhan bukan kekuatan diri sendiri.

**Kata kunci**: Pendidikan Agama Kristen, Dewasa Awal, Pikiran Negatif.

**LATAR BELAKANG**

 Pendidikan Agama Kristen pada prinsipnya diberikan tidak hanya kepada anak-anak dan remaja saja, namun juga kepada kaum dewasa baik dewasa awal maupun dewasa akhir. Pendidikan Agama Kristen kepada dewasa awal merupakan kelanjutan dari Pendidikan Agama Kristen bagi anak dan remaja. Pentingnya pemberian Pendidikan Agama Kristen pada masa dewasa awal karena orang dewasa awal merupakan teladan yang dapat memberikan contoh kedewasaan bagi orang lain yang lebih muda melalui sikap dan perilakunya[[1]](#footnote-1).

 Masa dewasa awal bukanlah masa yang mudah, banyak tugas perkembangan ke depan, juga akan ada permasalahan datang silih berganti, sehingga banyak orang dewasa awal yang belum mengetahui arah hidupnya. Oleh karena itu diperlukan pembinaan yang dapat mengarahkan dan membimbing orang dewasa awal agar dapat menjadi orang dewasa awal yang kuat dan tegar dalam menghadapi tugasnya[[2]](#footnote-2). Kedewasaan berarti kemampuan untuk mengubah segala sesuatu pada diri seseorang yang belum matang secara pribadi, tetapi telah mencapai usia dewasa, sehingga ia dapat mempertanggungjawabkan seluruh perkembangan jasmani, sosial, dan rohaninya secara utuh dan dan penuh baik secara fisik, karakter, maupun keadaan yang dimiliki dewasa awal[[3]](#footnote-3).

 Pendidikan Kristen untuk orang dewasa (*Christian Education for Adult*) pada hakikatnya lebih pada penanaman iman dan khazanah Kristiani lainnya agar dapat diwujudkan dan diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Pendidikan agama Kristen dewasa awal merupakan bagian dari upaya meningkatkan kesadaran masyarakat akan tugas dan tanggung jawab yang harus ditunaikannya.[[4]](#footnote-4) Pendidikan agama Kristen bagi orang dewasa tidak hanya sekedar memahami, mengetahui dan mengamalkan saja, namun Pendidikan Agama Kristen bagi orang dewasa juga harus mencakup peran serta orang dewasa untuk Pendidikan Agama Kristen itu sendiri dan khususnya bagi diri sendiri dan orang lain. Untuk mencapai fase dewasa awal yang sesuai dengan nilai-nilai Kristiani maka diperlukan bimbingan untuk setiap orang yang akan atau sedang berada dalam fase ini. Untuk itu dalam tulisan ini penulis tertarik untuk membahas Pendidikan Agama Kristen untuk dewasa awal melalui implementasi *stop negative thoughts* agar pada akhirnya orang-orang yang berada pada fase dewasa awal dapat bertumbuh dengan memiliki nilai-nilai Kristiani di dalam dirinya dengan cara menjauhkan hidupnya dari pola pikir negatif.

**METODE PENELITIAN**

 Metode penelitian yang digunakan dalam tulisan ini yakni metode kualitatif melalui penelitian kepustakaan (*Library research*) atau kajian literature (*literatur review, literatur research*) yaitu serangkaian penelitian yang berkenaan dengan metode pengumpulan data pustaka atau penelitian yang obyek penelitiannya digali melalui beragam informasi kepustakaan.Sumber data dalam penelitian adalah data sekunder dimana data-data diambil dari berbagai literatur yang ada. Karena penelitian ini merupakan penelitian *library research*, maka tehnik pengumpulan data dilakukan dengan cara membaca, serta mengumpulkan pendapat dari buku-buku, tulisan-tulisan ilmiah yang berhubungan dengan bahasan dalam penelitian ini.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

**Pendidikan Agama Kristen Untuk Dewasa**

1. **Pengertian Pendidikan Agama Kristen untuk Dewasa**

Pendidikan Agama Kristen merupakan bagian penting dari misi Tuhan Yesus, yang tumbuh dan hidup serta berakar pada firman Tuhan. Oleh karena itu, ajaran agama Kristen harus dikembangkan dalam setiap kehidupan bagi yang belum beriman. Mulai dari anak-anak, remaja, dewasa hingga orang tua.[[5]](#footnote-5)Pendidikan Agama Kristen tidak hanya diberikan kepada anak-anak dan remaja saja, namun juga kepada orang dewasa. Sebab orang dewasa merupakan sosok panutan, yang dengan sikap dan perilakunya dapat menjadi teladan kedewasaan bagi orang-orang dengan usia dibawahnya. Pendidikan Agama Kristen bagi orang dewasa merupakan bagian dari misi pendidikan dan tugas pembinaan gereja[[6]](#footnote-6). Pendidikan Agama Kristen bagi orang dewasa yaitu usaha sengaja melalui bimbingan Roh Kudus untuk membuka kesempatan belajar bagi orang dewasa agar dapat melayani Tuhan sesuai dengan bakat dan minat pribadi, kebutuhan keluarga, gereja, masyarakat pada umumnya dan lingkungan sekitar[[7]](#footnote-7).

1. **Tujuan Pendidikan Agama Kristen Untuk Dewasa**

 Tujuan Pendidikan Agama Kristen untuk dewasa adalah membimbing, mengarahkan dan mengembangkan kemampuan setiap orang untuk memperkaya ilmu pengetahuannya, meningkatkan kualifikasi, keterampilan teknis dan profesionalnya, yang mengakibatkan perubahan sikap dan perilakunya menuju kepada kesadaran kedewasaan dan kematangan yang ditunjukkan dalam berbagai hal, baik dalam moralitas maupun mental spritualnya berdasarkan norma dan nilai kristiani.[[8]](#footnote-8)

Tujuan Pendidikan Agama Kristen bagi orang dewasa juga bertujuan untuk mengarahkan dan membimbing setiap orang agar memahami dan mendalami tugas dan tanggung jawabnya sebagai orang dewasa terhadap dirinya, keluarga, dan masyarakatnya berdasarkan norma-norma Kristiani, serta menyerahkan diri mereka dengan sepenuhnya dibawah pimpinan Roh Kudus dan sekaligus menjadi pelaku dari firman Allah itu sendiri[[9]](#footnote-9).

1. **Dasar Teologis Pendidikan Agama Kristen untuk Dewasa**

Landasan teologis Pendidikan Agama Kristen untuk orang dewasa tidak lain adalah Alkitab. Hal ini mengingatkan kita bahwa Alkitab adalah sebuah firman yang sempurna dan kebenarannya diyakini melalui iman kita kepada Sang Pencipta melalui putra-Nya Yesus Kristus, Juruselamat yang hidup.Dasar utama Pendidikan Agama Kristen kepada dewasa yakni:

1. Kasih (Mat. 5:44, Luk. 6:27,35, Yoh. 13:34, Ef.5 : 22-2)
2. Pembenaran oleh iman (Rom. 1:17b, 5:20c-21)
3. Kedaulatan Allah (Yes. 6:8c, Yoh. 1-4)
4. Alkitab sebagai firman Allah (Yoh. 1:1-9)

 Kasih, iman, kedaulatan Tuhan, dan Alkitab sendiri adalah hal yang berharga bagi umat Kristiani. Orang dewasa yang dianggap cukup dewasa untuk memahami segala sesuatu harus mampu menerapkan diri dan mengendalikan diri di tengah keluarga, masyarakat, dan gereja. Orang dewasa harus memiliki kesadaran yang tinggi dan memahami visi serta kebijakannya ke depan untuk menciptakan hubungan yang lebih sejahtera

**Implementasi** **PAK Dewasa Awal Melalui *Stop Negative Thoughts***

1. **Pengertian Pikiran Negatif**

 Manusia dilahirkan dengan sikap positif dan optimis. Namun seiring berjalannya usia, ketika anak melihat ibunya, ayahnya, nenek, kakek, dan teman-temannya di lingkungan tumbuhnya mencemaskan sesuatu, takut pada sesuatu, kekhawatiran berlebih atau berprasangka pada orang lain maka tumbuhlah pola pikir negatif di benak seseorang Pikiran negatif adalah pikiran yang muncul dalam bentuk rasa takut, prasangka buruk, gugup, khawatir berlebihan, tidak bahagia, kurang percaya diri, atau perasaan ditolak. Semakin kurang tingkat ketahanan seseorang dalam menghadapi permasalahan, maka semakin sering dan parah pula pikiran negatif yang ada dalam dirinya.[[10]](#footnote-10) Tak ada hal baik dalam cara berpikir negatif. Pikiran negatif yang muncul di dalam benak atau pikiran manusia, senantiasa hanya merugikan kita sendiri. Pertama membuat rasa tidak nyaman muncul terus di hati dan pikiran kita. Kedua ternyata pikiran negatif dapat mengundang hal-hal negatif datang kepada kita.[[11]](#footnote-11)

 Berpikir negatif adalah kebalikan dari berpikir positif. Berpikir negatif dapat diartikan sebagai pola pikir atau cara berpikir yang berfokus pada hal negatif daripada positif dan memanifestasikan dirinya dalam bentuk keyakinan dan pandangan yang diungkapkan, cara seseorang bertindak, dan tindakannya sehari-hari. Berpikir negatif juga dapat diartikan sebagai kumpulan pikiran yang salah. Pikiran negatif dapat menghambat kemajuan seseorang menuju situasi atau situasi yang lebih baik dan menyebabkan sikap disorientasi. Pikiran negatif antara lain cemas, takut, sedih, gelisah, mudah tersinggung, perasaan kesepian, tidak berharga, pesimisme, dan mudah menyerah. Pikiran negatif juga dapat diartikan sebagai pikiran yang memandang segala sesuatu dengan negatif dan membuat orang merasa tidak nyaman dan pesimis tentang kemampuannya dalam menghadapi masalah.[[12]](#footnote-12)

1. **Penyebab Berpikir Negatif**

Berpikir negatif adalah sesuatu yang tidak boleh dibiarkan karena menyebabkan terjadinya hal-hal yang kurang diinginkan. Sikap berpikir negatif bukanlah sifat yang terpuji dan menguntungkan, tetapi momok yang harus dihilangkan dalam pikiran manusai. Sebab, kondisi ini tidak hanya menganggu diri senidri, tetapi juga orang lain. Salah satu jalan untuk bisa keluar dari perangkap pikiran negatif adalah mengetahui hal-hal yang menjadi penyebabnya.

1. *Kurangnya wawasan keagamaan*

 Bagi sebagian orang yang kurang memahami agama, musibah yang mungkin menimpanya belum tentu dijadikan sebagai sarana refleksi diri atau acuan untuk mendekatkan diri kepada Tuhan. Namun, keadaan seperti ini sering kali menjadi lebih buruk, sehingga membuat kita tidak hanya menyangkal Tuhan tetapi juga diri kita sendiri dan orang lain.

 Mereka yang tidak memahami pemahaman keagamaan ini sering kali berpikiran sempit dan berpikir bahwa tidak ada jalan keluar dan situasi yang mereka hadapi sangat memprihatinkan. Selain itu, karena kurangnya pemahaman terhadap agama, seseorang mungkin kurang memiliki akhlak mulia, oleh karena itu, ketika memandang orang lain dan memikirkan keadaan yang dideritanya, ia selalu merasa berada dalam lubang hitam yang tidak menyenangkan. Oleh karena itu, dia selalu cemburu ketika melihat orang lain melebihi dirinya.[[13]](#footnote-13)

 Di sinilah pentingnya wawasan agama yang luas. Dengan wawasan agama yang luas, seseorang akan senantiasa berpikir positif dengan apa pun yang tengah terjadi dengan dirinya. Ia juga akan senantiasa berbuat baik dan bersikap lemah-lembut. Ia juga akan menghargai orang lain dan taat terhadap norma dan kewajibannya sebagai seorang manusia yang selalu harus berusaha dan bersikpa positif.

1. *Lingkungan dan Keluarga*

 Lingkungan tempat seseorang dilahirkan dan tinggal memegang peranan yang sangat penting dalam perkembangan kepribadian ,terutama pada anak usia dini. Lingkungan yang maksud bukan hanya orang tua dan keluarga tetapi semua yang ada di sekitar kita. Tapi yang terpenting adalah keluarga - ayah dan ibu karena keduanya merupakan faktor penting.

 Cara seseorang dibesarkan memiliki pengaruh terbesar terhadap cara berpikirnya. Orang yang tumbuh dengan orang tua yang selalu melarang, ketakutan dan keraguan sudah mendarah daging dalam diri mereka, dan mereka tidak pernah berani mencoba sesuatu karena orang tuanya selalu menganggap sesuatu itu berbahaya atau tidak ada gunanya, begitu pula sebaliknya. Oleh karena itu peran lingkungan dan keluarga sangat penting dalam perkembangan berpikir anak.[[14]](#footnote-14)

1. **Efek Pikiran Negatif**

Berikut efek atau dampak yang ditimbulkan jika kamu terus mengalami pikiran negatif.

1. Menimbun pikiran negatif sama dengan menimbun racun di dalam tubuh

 Jarang diketahui oleh banyak orang, bahwa ternyata pikiran negatif sanggup menciptakan tubuh membentuk racun yang berpengaruh tidak baik bagi kesehatan. Selain mengganggu aktivitas, tidak jarang jika seseorang memiliki pikiran negatif maka akan bisa menciptakan badan jadi sakit.

1. Waktu terbuang sia-sia

 Selain menimbun racun, pikiran negatif menciptakan kita merasa sia-sia karena telah membuang waktu tanpa menggunakannya dengan baik. Kita jadi merasa kehilangan banyak hal atau momen yang terlewat begitu saja, lantaran kita cuma sibuk mengurusi pikiran negatif yang terus menghantui.

1. Susah melangkah maju

 Berpikiran negatif yang monoton dapat membuat kita menjadi *stuck* dan seakan-akan hanya jalan ditempat. Padalah telah ada *planning* dan sasaran-sasaran yang ingin diraih, akan tetapi pikiran negati membuat kita susah optimis dan jadi tidak bersemangat.

1. *Perasaan jadi buruk akibat pikiran yang negatif*

 Dampak tidak baik lainnya adalah jika terus berpikir negatif adalah membuat seseorang lebih cepat kesal, marah, bahkan depresi. Kalau hal tadi dibiarkan, perasaan jadi semakin tidak baik, semakin tidak produktif dan tidak sanggup melakukan apapun dengan baik.

1. *Tubuh lemas*

 Mental dan otak juga menjadi terasa terbebani dampak diri kita yang mooton terjebak dalam pikiran negati. Jika sudah begitu, maka tubuh akan jadi lemas lantaran tenaga terserap habis, sehingga justru bisa jadi saksi lantaran daya tahan tubuh terus menurun.

**Cara Mengatasi Pikiran Negatif Secara Umum**

Sebagai manusia, setiap orang pasti sulit untuk menghindari diri sendiri dari pikiran-pikiran negatif yang sering datang tiba-tiba di dalam pikiran kita. Dan semua orang juga pasti pernah merasakan bahwa sekali pikiran negatif muncul, maka akan sangat sulit unyuk melepaskannya atau mengubah pikiran negatif ini ke arah yang positif. Apalagi jika faktor-faktor pendukung pikiran negatif itu terus bermunculan di hadapan kita.

Berikut cara yang dapat kita lakukan untuk mengatasi pikiran negatif secara umum

1. Hidup saat ini

Memikirkan masa yang telah berlalu dan masa depan merupakan salah satu pemicu seseorang merasakan cemas. Jarang sekali seseorang panik atau cemas tentang apa yang terjadi pada masa sekarang. Jika kita menemukan pikiran kita terkungkung dalam apa yang telah terjadi atau yang belum terjadi, kita harus mengingat bahwa hanya masa sekarang yang dapat kita kontrol

1. Katakan hal positif pada diri sendiri

 Katakan pada diri sendiri bahwa kamu kuat dan mampu. Afirmasikan hal positif tersebut secara terus-menerus dan kapanpun. Terutama, mulailah hari dengan mengucapkan hal positif tentang diri sendiri dan hari yang kamu jalani, tidak peduli jika hari itu kamu harus membuat keputusan yang sulit ataupun. Afirmasi yang positif bagi diri sendiri dapat membantu kita untuk hidup dalam kebahagiaan dan ucapan syukur dalam menjalani kehidupan[[15]](#footnote-15).

1. Jangan berdiam diri

 Jangan berdiam diri artinya kita harus menelusuri apa yang membuat kita berpikiran negatif, perbaiki, dan kembali melangkah maju. Jika hal tersebut tidak dapat diperbaiki maka kita harus berhenti mengeluh dan menyesal sebab hal itu hanya akan menghabiskan waktu dan energi kita, juga dapat membuat kita merasa tambah buruk. Maka kita harus menerima yang telah terjadi, petik hikmah atau pelajari hal tersebut, dan kembalilah maju[[16]](#footnote-16).

1. Hadapi rasa takutmu

 Pikiran negatif dapat berasal dari rasa takut, semakin kita takut akan hidup maka semakin banyak perasaan negatif di dalam diri kita sendiri. Rasa takut merupakan bagian dari hidup kita, namun perlu kita tahu bahwa kita memiliki kendali atas diri kita untuk tidak membiarkan perasaan takut menghentikan kita.

1. Ubah cara pandang

 Ketika sesuatu berjalan dengan baik, cara untuk dapat melihat hal tersebut bukan dari sudut pandang negatif saja namu lebih baik dari sudut pandang yang positif. Dalam setiap pergumulan atau persolan terdapat keuntungan, untuk itu kita tidak bisa hanya memikirkan sisi negatifnya saja[[17]](#footnote-17)

**Implementasi Pendidikan Agama Kristen Melalui “Stop Negatif Thoughts”**

 Ketika pikiran negatif datang setiap orang memiliki pilihan membiarkan pikiran-pikiran itu memenuhi diri pribadi masing-masing atau tidak ingin menerima pikiran negatif tersebut.

Pilihan yang sangat baik adalah mengusirnya dengan mengandalkan kekuatan Tuhan dan bukan kekuatan diri sendiri. Oleh karena itu, sebagai orang Kristen kita perlu memiliki sudut pandang yang berbeda terkait pikiran negatif dan bagaimana mengatasi pikiran-pikiran negatif agar tidak memengaruhi pikiran-pikiran positif kita. Berikut ayat Alkitab yang dapat menjadi pegangan kita dalam menghindari pikiran-pikiran negatif

1. **Filipi 4:8** “*Jadi akhirnya, saudara-saudara, semua yang benar, semua yang mulia, semua yang adil, semua yang suci, semua yang manis, semua yang sedap didengar, semua yang disebut kebajikan dan patut dipuji, pikirkanlah semuanya itu.”*

Semua yang benar, mulia, adil, suci, manis, sedap didengar, kebajikan dan patut dipuji merujuk kepada segala sesuatu yang sehati dan sepikir dalam Tuhan. Tentu saja pikiran negatif tidak termasuk dalam hal tersebut. Oleh karena itu, sebagai orang Kristen, kita perlu untuk mengusir pikiran negatif yang datang ke kita. Ingatlah bahwa kita harus menjadi sehati sepikir dalam Tuhan. Dengan mengusir pikiran negatif tersebut, Allah, sang sumber damai sejahtera, akan menyertai kita (Filipi 4:9).

 Kekuatan pikiran yang dibangun dari sumber yang benar, akan sanggup mengalahkan segala bentuk kecemasan. Pemikiran yang benar hanya bisa dibangun melalui perenungan firman Tuhan. Hidup yang berkemenangan dimulai dari dalam pikiran. Pikiran yang tak baik melahirkan tindakan yang tak bermoral. Maka jika ingin menikmati damai sejahtera, teruslah pikirkan hal-hal yang mulia dan yang terpuji.[[18]](#footnote-18)

1. **Yakobus 4:7 “***Karena itu tunduklah kepada Allah, dan lawanlah Iblis, maka ia akan lari dari padamu!”.* Hal ini juga berlaku pada pikiran-pikiran negatif kita. Ayat Alkitab tentang pikiran negatif ini memberitahu kita bahwa satu-satunya jalan untuk mengusirnya adalah dengan tunduk kepada Allah. Jadilah seorang Kristen yang taat kepada Allah dan beriman penuh pada-Nya. Pikiran negatif merupakan bagian dari dunia ini, kita tidak boleh satu dengannya.

Sebagai orang Kristen topangan yang kuat adalah hanya bersandar kepada Tuhan, sebab Tuhanlah yang menjadi kekuatan bagi orang Kristen. Dan ketika orang Kristen ingin bersandar pada Tuhan baiklah ia menerima semua apa yang Tuhan kehendaki.[[19]](#footnote-19)

 Pendidikan agama Kristen khususnya bagi dewasa awal penting disampaikan khususnya untuk menghindari pikiran negatif, hal ini dapat dilakukan dengan memberikan ayat-ayat Alkitab yang dapat membantu seseorang khususnya dewasa awal untuk menghindari pikiran negatif sebab pesan-pesan yang disampaikan melalui ayat Alkitab sangat menginspirasi, memberikan harapan, dan mengarahkan kita pada pemikiran yang positif.

 Melalui pendidikan agama Kristen kepada dewasa awal bukan hanya sekedar memahami dan melakukan, tetapi melalui pendidikan agama Kristen kepada orang dewasa awal sudah meliputi keterlibatan orang dewasa dalam membangun dirinya sendiri khususnya dalam menghindari pikiran negatif.[[20]](#footnote-20) Berhenti berpikir negatif membantu menjaga kesehatan mental dan memungkinkan setiap orang untuk menghadapi tantangan hidup dengan baik. Menghindari pikiran negatif juga dapat menjaga kesehatan mental, emosi, dan fisik seseorang. Untuk itu melalui pendidikan agama Kristen ini setiap orang diajari dan dibina agar setiap orang mampu melihat diri dan dunia sekitar dengan sudut pandang yang berbeda dan berlandaskan kebenaran firman Tuhan.

**KESIMPULAN DAN SARAN**

Pendidikan Agama Kristen bagi orang dewasa merupakan bagian dari misi pendidikan dan tugas pembinaan gereja. Pendidikan Agama Kristen bagi orang dewasa yaitu usaha sengaja melalui bimbingan Roh Kudus untuk membuka kesempatan belajar bagi orang dewasa agar dapat melayani Tuhan sesuai dengan bakat dan minat pribadi, kebutuhan keluarga, gereja, masyarakat pada umumnya dan lingkungan sekitar. Tujuan Pendidikan Agama Kristen untuk dewasa adalah membimbing, mengarahkan dan mengembangkan kemampuan setiap orang untuk memperkaya ilmu pengetahuannya, meningkatkan kualifikasi, keterampilan teknis dan profesionalnya, yang mengakibatkan perubahan sikap dan perilakunya menuju kepada kesadaran kedewasaan dan kematangan yang ditunjukkan dalam berbagai hal, baik dalam moralitas maupun mental spritualnya berdasarkan norma dan nilai kristiani.

 Pendidikan agama Kristen khususnya bagi dewasa awal penting disampaikan khususnya untuk menghindari pikiran negatif, dimana pikiran negatif adalah pikiran yang muncul dalam bentuk rasa takut, prasangka buruk, gugup, khawatir berlebihan, tidak bahagia, kurang percaya diri, atau perasaan ditolak. Semakin kurang tingkat ketahanan seseorang dalam menghadapi permasalahan, maka semakin sering dan parah pula pikiran negatif yang ada dalam dirinya. Melalui pendidikan agama Kristen ini setiap orang diajari dan dibina agar setiap orang mampu melihat diri dan dunia sekitar dengan sudut pandang yang berbeda dan berlandaskan kebenaran firman Tuhan sehingga pikiran negatif dapat terhindarkan.

**DAFTAR REFERENSI**

Laia. M. R., & Nabunome. R. Analisis Teologis Yakobus 4:1-10 Dan Implikasi Bagi Orang Kristen. *Coram Mundo: Jurnal Teologi dan Pendidikan Agama Kristen*, 5(1), hlm 138- 148.

Lase, S. (2017). Pendidikan Agama Untuk Dewasa. STAKPN Tarutung Press: Tarutung.

Lestari E. Studi Analisis tentang Kelimpahan Damai Sejahtera dalam Surat Filipi 4:4-9. *Predica Verbum: Jurnal Teologi dan Misi,* 1(1), hlm 31-45.

Nababan D., dkk. Dewasa Muda Sebagai Masa Transisi. *Pediaqu: Jurnal Pendidikan Sosial dan Humanioran,* 2(1), hlm 133-138.

Siregar. E. Y., dkk. Perlunya Pembinaan Terhadap Dewasa Awal Dalam Menghadapi Tugas Perkembangannya. *Jurnal: Pendidikan Agama Katekese dan Pastoral (Lumen), 1(1),* hlm16-22.

Sukma. R. (2017). Move On Pikiran Negatif. Saufa: Yogyakarta.

Yanie. S. A. (2021). Pentingnya Berpikir Positif. Angkasa: Bandung

1. Sudirman Lase, “ Pendidikan Agama Untuk Dewasa”, STAKPN Tarutung Press: Tarutung. Hlm 54. [↑](#footnote-ref-1)
2. Eka Yolanda Siregar, dkk, “Perlunya Pembinaan Terhadap Dewasa Awal Dalam Menghadapi Tugas. Perkembangannya”. Jurnal: Pendidikan Agama Katekese dan Pastoral (Lumen). Vol 1 No.1, hlm 21. [↑](#footnote-ref-2)
3. Damayanti Nababan, “ Dewasa Muda Sebagai Masa Transisi”. Pediaqu: Jurnal Pendidikan Sosial dan Humaniora. Vol. 2 No.1 (2023), hlm 138. [↑](#footnote-ref-3)
4. Sudirman Lase, (2017). “ Pendidikan Agama Untuk Dewasa”. STAKPN Tarutung Press: Tarutung. Hlm 56. [↑](#footnote-ref-4)
5. *Ibid, hlm 53* [↑](#footnote-ref-5)
6. *Ibid, hlm 54.* [↑](#footnote-ref-6)
7. *Ibid, hlm 55.* [↑](#footnote-ref-7)
8. *Ibid, hlm 62.* [↑](#footnote-ref-8)
9. *Ibid, hlm 63.* [↑](#footnote-ref-9)
10. Sylvia Aria Yanie. (2021). “Pentingnya Berpikir Positf”. Angkasa: Bandung. Hlm 26. [↑](#footnote-ref-10)
11. *Ibid, hlm 27.* [↑](#footnote-ref-11)
12. Rahardian Sukma (2017) “ Move On Pikiran Negatif”. Saufa: Yogyakarta. Hlm 26. [↑](#footnote-ref-12)
13. *Ibid*. [↑](#footnote-ref-13)
14. *Ibid, hlm 36.* [↑](#footnote-ref-14)
15. Sylvia Aria Yanie. (2021). “Pentingnya Berpikir Positf”. Angkasa: Bandung. Hlm 30. [↑](#footnote-ref-15)
16. *Ibid, hlm 31.* [↑](#footnote-ref-16)
17. *Ibid.* [↑](#footnote-ref-17)
18. Eni Lestari. “Studi Analisis Kelimpahan Damai Sejahtera dalam Surat Filipi 4:4-9”. Predica Verbum: Jurnal Teologi dan Misi. Vol 1 No 1, hlm 41. [↑](#footnote-ref-18)
19. Masi Rina Laia & Reniati Nabunome. “Analisi Teologis Narasi Yakobus 4:1-10 Dan Implikasi Bagi Orang Kristen”. Coram Mundo: Jurnal Teologi dan Pendidikan Kristen. Vol 5 No 1, hlm 144. [↑](#footnote-ref-19)
20. Sudirman Lase,. (2017). “ Pendidikan Agama Untuk Dewasa”. STAKPN Tarutung Press: Tarutung. Hlm 66. [↑](#footnote-ref-20)