

# TAHUN YUBILEUM SEBAGAI HERO (*HOPE, EFFICACY, RESILIENCE, OPTIMISM*): SEBUAH PERSPEKTIF PSIKOSPIRITUAL

**Marcella Hariwibowo, Marselius Sampe Tondok**

Fakultas Psikologi, Universitas Surabaya

[s154224510@student.ubaya.ac.id](mailto:s154224510@student.ubaya.ac.id); [marcelius@staff.ubaya.ac.id](mailto:marcelius@staff.ubaya.ac.id)

## ***Abstract***

*The Jubilee Year is a religious tradition that has deep meaning for Catholics, seen as a moment of grace that emphasizes liberation, forgiveness, and renewal of life. From a psychological perspective, this celebration not only functions as a spiritual ritual, but also as a coping mechanism that strengthens psychological well-being. This study aims to explore the meaning of the Jubilee Year through the HERO (Hope, Efficacy, Resilience, Optimism) framework, emphasizing how these psychospiritual dimensions are present in the experiences of the faithful. The research method used was qualitative, involving in-depth interviews with three informants who are active in spiritual communities and have undergone the Porta Sancta pilgrimage, as well as a literature review to strengthen the analysis. The data were analyzed interactively through reduction, presentation, and conclusion drawing. The results of the study show that hope is understood as spiritual energy that encourages the faithful to make peace with the past and move towards the future; self-efficacy is reflected in the belief that prayer, devotion, and concrete actions can strengthen self-confidence in the face of challenges; resilience emerges in attitudes of surrender, humility, and forgiveness that help the faithful rise from difficult experiences; while spiritual optimism is seen as the power of faith that fosters a vision of a future full of love and justice. Overall, the Jubilee Year becomes a psychospiritual space that strengthens HERO capital, making this celebration not only a liturgical tradition, but also a means of character building and resilience in facing the dynamics of life.*

**Keywords:** *Jubilee Year; Psychospiritual; HERO; Hope; Resilience*

## **I. PENDAHULUAN**

Tahun Yubileum merupakan momen istimewa bagi umat Kristiani, khususnya Katolik, karena dipandang sebagai tahun rahmat yang menawarkan pembebasan dari dosa. Perayaan ini berlangsung setiap 25 tahun dan memiliki makna spiritual serta sosial yang mendalam. Tradisi Tahun Yubileum, atau Tahun Suci, dimulai sejak tahun 1300 oleh Paus Bonifasius VIII dan ditandai dengan

pemberian indulgensi penuh (Arifin, 2017). Menurut Poto Obe et al. (2025), indulgensi penuh berarti penghapusan seluruh hukuman sementara atas dosa yang telah diampuni, dengan syarat umat melakukan pengakuan dosa, menerima Komuni Kudus, mendoakan intensi Paus, dan bebas dari keterikatan pada dosa.

Salah satu simbol penting dalam Yubileum adalah *Porta Sancta* atau Pintu Suci, yang hanya dibuka selama Tahun Yubileum dan melambangkan perjalanan dari dosa menuju rahmat, yakni hidup baru dalam Kristus (Smith, 2016). Paus Fransiskus menegaskan dalam Yubileum Kerahiman 2015–2016 bahwa belas kasih adalah inti kehidupan Kristiani dan menjadi jalan menuju harapan di tengah berbagai krisis global (Francis, 2015). Oleh karena itu, Yubileum bukan sekadar ritual, melainkan ajakan untuk memperbaharui hubungan dengan Tuhan dan sesama.

Semangat Yubileum memiliki kesamaan dengan Paskah, yang merayakan kebangkitan Kristus setelah masa pertobatan dan pengorbanan. Keduanya mengandung pesan pembebasan, pemulihan spiritual, dan harapan baru. Dalam liturgi Paskah, umat memperbaharui janji baptis dan menerima terang Kristus sebagai lambang kehidupan baru (Johnson, 2009; Pargament, 2007).

Secara budaya, Yubileum dan Paskah menjadi ruang simbolik untuk memperkuat identitas religius dan solidaritas sosial. Di Indonesia, perayaan ini sering disertai kegiatan sosial seperti pelayanan kepada kaum miskin dan rekonsiliasi antarumat (Simanjuntak, 2021). Dalam masyarakat majemuk, keduanya juga menjadi sarana membangun dialog antaragama. Tradisi Tahun Yubileum yang dirayakan setiap 25 tahun sekali, menjadi kesempatan langka bagi umat Katolik untuk memperoleh indulgensi penuh, proses memperbaharui iman dan merenungkan pengorbanan Yesus (Junita, 2025).

Dari sudut pandang psikologi, Yubileum dan Paskah berfungsi sebagai mekanisme koping spiritual yang membantu individu menghadapi tekanan hidup. Praktik seperti pengakuan dosa dan refleksi rohani dapat meningkatkan kesejahteraan psikologis (Pargament, 2007). Konsep HERO (*Hope, Efficacy, Resilience, Optimism*) menjadi kerangka yang relevan untuk memahami kekuatan karakter dalam konteks ini (Pleeging et al., 2021; Schornick et al., 2023). Meski HERO banyak dibahas dalam pendidikan dan kepemimpinan, belum banyak penelitian yang mengaitkannya dengan pengalaman spiritual kolektif seperti Yubileum. Penelitian ini bertujuan untuk mengisi kekosongan tersebut dengan mengeksplorasi makna Tahun Yubileum sebagai tahun pengharapan dalam perspektif psikospiritual HERO.

## **II. PEMBAHASAN**

### **2.1 Kajian Teoritis**

#### **2.1.1 Tahun Yubileum dari Kacamata Budaya**

Tahun Yubileum merupakan tradisi spiritual yang berakar dari hukum Yahudi kuno, yang tertulis dalam Kitab Imamat 25:8–10. Dalam ayat tersebut, Tuhan memerintahkan agar setiap lima puluh tahun ditetapkan sebagai tahun pembebasan, di mana tanah dikembalikan kepada pemilik asal, budak dibebaskan, dan utang dihapuskan. “Kamu harus menguduskan tahun yang kelima puluh dan memaklumkan kebebasan di seluruh negeri kepada semua penduduknya” (Imamat 25:10, Lembaga Alkitab Indonesia, 2023). Tradisi ini menekankan keadilan sosial, pemulihan, dan belas kasih sebagai nilai inti kehidupan bersama.

Gereja Katolik mengadopsi konsep ini dan merayakan Tahun Yubileum pertama pada tahun 1300 di bawah Paus Bonifasius VIII. Sejak saat itu, Yubileum dirayakan setiap 25 tahun sebagai momen rahmat, indulgensi penuh, dan pertobatan umat. Salah satu simbol utama adalah *Porta Sancta* atau Pintu Suci, yang dibuka di basilika utama Roma sebagai lambang keterbukaan hati terhadap kasih Allah (Junita, 2025). Dalam konteks ini, Yubileum menjadi ruang spiritual untuk memperbarui komitmen iman dan memperdalam relasi dengan Tuhan.

Simbol-simbol Yubileum seperti terompet Yobel, Pintu Suci, dan ziarah rohani memiliki makna mendalam. Terompet menandai awal pembebasan, Pintu Suci melambangkan transisi spiritual menuju pembaruan hidup, dan ziarah menjadi bentuk konkret dari pertobatan serta pencarian makna. Menurut Yese (2025), Yubileum mengajak umat untuk merenungkan kehadiran Allah dalam sejarah manusia dan memperbarui relasi dengan sesama melalui tindakan kasih dan pengampunan.

Sebagai tradisi budaya, Yubileum tidak hanya berdimensi spiritual tetapi juga sosial. Ia menjadi ruang refleksi bagi individu dan komunitas tentang harapan, rekonsiliasi, dan solidaritas. Dalam konteks modern, Yubileum mengajak umat untuk memperjuangkan keadilan sosial dan hidup dalam semangat pembebasan. Susanto (2025) menekankan bahwa Yubileum adalah jejak spiritualitas yang menghubungkan masa lalu dengan masa kini, mengajak umat untuk hidup dalam semangat kasih, keadilan, dan pengharapan.

### **2.1.2 Tahun Yubileum dari Kacamata Psikospiritual (HERO)**

Seperti yang dinyatakan dalam Imamat 25:10, dikaitkan dengan kerangka *hope*, Yubileum menjadi simbol harapan kolektif akan pemulihan spiritual dan sosial. Harapan ini bukan sekadar keinginan, tetapi visi yang terarah menuju masa depan yang lebih adil dan penuh kasih. Seperti dijelaskan oleh Khairuddin et al. (2023), pelatihan berbasis HERO mampu menumbuhkan harapan sebagai modal psikososial yang memperkuat daya juang individu dalam menghadapi tantangan hidup.

Efikasi diri atau *efficacy* dalam konteks Yubileum tercermin melalui ajakan untuk bertobat, memperbaiki relasi, dan mengambil langkah nyata menuju pembaruan. Gereja Katolik mendorong umat untuk melakukan ziarah, membuka

hati, dan menjalankan tindakan kasih sebagai bentuk tanggung jawab spiritual. Menurut Lukito (2018), efikasi diri berperan penting dalam membentuk intensi dan perilaku positif, termasuk dalam konteks religius dan sosial. Yubileum memberi ruang bagi umat untuk mempercayai kemampuan mereka dalam mengubah hidup dan lingkungan secara bermakna.

Ketangguhan atau *resilience* menjadi aspek penting dalam perayaan Yubileum, terutama bagi mereka yang mengalami penderitaan, keterasingan, atau ketidakadilan. Yubileum mengajak umat untuk bangkit dari luka masa lalu dan membangun kembali kehidupan dengan semangat pengampunan dan rekonsiliasi. Penelitian Khairuddin et al. (2023) menunjukkan bahwa pelatihan HERO dapat meningkatkan ketahanan psikologis remaja dalam menghadapi tekanan sosial dan emosional. Dalam konteks Yubileum, ketangguhan spiritual menjadi kekuatan untuk melanjutkan hidup dengan integritas dan harapan.

Optimisme atau *optimism* dalam Yubileum tercermin melalui keyakinan bahwa masa depan dapat lebih baik jika umat bersedia membuka diri terhadap rahmat Tuhan dan memperjuangkan keadilan. Optimisme ini bukan sekedar keyakinan biasa, melainkan berbasis pada pengalaman iman dan komunitas yang saling mendukung. Sebagaimana dijelaskan oleh Lukito (2018), optimisme berkontribusi terhadap intensi positif dan ketekunan dalam mencapai tujuan. Yubileum menjadi momentum untuk menyalakan kembali semangat optimis dalam membangun dunia yang lebih manusiawi dan penuh kasih.

## **2.2 Metode Penelitian**

Metode penelitian yang digunakan kualitatif dengan metode pengumpulan data wawancara dan kajian literatur. Data penelitian diperoleh dari tiga informan yaitu 2 perempuan berinisial LN dan AM dan 1 laki-laki berinisial ED yang berusia 30 hingga 35 tahun. Pemilihan informan berdasarkan kriteria tertentu yaitu aktif di komunitas rohani dan telah menjalani ziarah Porta Sancta baik di Indonesia maupun di luar negeri.

Selain wawancara, peneliti juga menggunakan kajian literatur untuk melengkapi data yang ada. Peneliti melakukan kajian literatur pada 3 artikel penelitian jurnal. Data kemudian dianalisis secara interaktif dengan menyimpulkan data yang diperoleh dengan teori. Analisis data dilakukan dengan menggunakan tiga tahapan yaitu reduksi data, penyajian data dan menarik kesimpulan.

## **2.3 Hasil Penelitian dan Diskusi**

### **2.3.1. Kajian Literatur Pemaknaan Tahun Yubileum**

Peneliti menggunakan temuan-temuan penelitian terdahulu mengenai pemaknaan Tahun Yubileum pada umat Katolik. Kajian literatur ini bertujuan untuk memperkuat hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti. Pada hasil kajian

literatur, ditemukan makna-makna yang mengarah kepada konsep psikospiritual HERO (*Hope, Efficacy, Resilience, Optimism*).

**Tabel 1. Pemaknaan Tahun Yubileum dari Kajian Literatur**

| Peneliti & tahun                           | Makna                                                                                                                                                                                                                                |
|--------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Yese (2025)                                | Tahun Yubileum sebagai misteri iman akan kebangkitan Kristus. Karya keselamatan menjadi sumber pengharapan baru bagi umat beriman dalam hidup sehari-hari.                                                                           |
| Renanda (2025)                             | Tahun Yubileum sebagai pengharapan akan janji Allah yang memberikan kekuatan dalam menghadapi krisis, ketidakadilan, kemiskinan, hubungan antar manusia). Tahun Yubelium menjadi panggilan untuk pembaharuan hidup.                  |
| Komisi Kateketik Keuskupan Surabaya (2025) | Tahun Yubileum sebagai tahun pengharapan yang tidak terpisahkan dari iman dan kasih. Mengajak umat untuk percaya dengan belas kasih Tuhan dan hidup kudus bersama Bunda Maria serta menyalakan harapan di tengah pertentangan dunia. |

### 2.3.2. Hasil Wawancara

#### 1. Harapan sebagai Fondasi Spiritualitas dan Pertumbuhan

Umat beriman tampaknya memiliki pengharapan besar selama Tahun Yubileum, yang berlangsung dari 24 Desember 2024 hingga 6 Januari 2026. Sebagai kekuatan spiritual, harapan mendorong umat untuk lebih kuat menjalani peziarahan di dunia. Tema Tahun Yubileum, "Peziarah Pengharapan", benar-benar mendorong umat untuk lebih memahami kemurahan Tuhan. Seperti yang dipegang dalam ajaran agama Katolik, orang yang beriman harus hidup dalam iman, harapan dan kasih Kristus. Ketiga informan merasakan energi spiritual yang beragam. Harapan memiliki arti yang sama bagi informan LN dan AM yaitu kesempatan dan ajakan untuk menjadi lebih baik dari yang telah mereka lakukan sebelumnya. Harapan menjadi modal untuk mengasihi diri sendiri dan memberikan kesempatan untuk merenungkan apa yang telah mereka alami.

“... dengan harapan, kita diajarkan untuk semakin mengasihi diri sendiri...” (LN, perempuan, wawancara 1)

“Harapan membuatku untuk fokus pada masa sekarang dan masa depan, jadi bisa move on dan berdamai dengan masa lalu.” (AM, perempuan, wawancara 1)

Harapan menjadi kekuatan untuk terus mencari kasih Allah. Bukan suatu hal yang mudah untuk terus hidup dalam harapan tetapi menjadi suatu motivasi untuk setia sehingga dapat mencapai tujuan utama yaitu kehidupan kekal bersama

Bapa di surga. Penelitian yang dilakukan Donaldson et al. (2020) menegaskan bahwa harapan merupakan salah satu sumber daya psikologis yang dimiliki manusia. Harapan bersifat konsisten untuk meningkatkan motivasi dan mencapai kesejahteraan. Harapan menguatkan umat untuk lebih kuat menghadapi tantangan (Khairuddin et al., 2023). Seperti yang dinyatakan informan ED yaitu adanya iman akan harapan, menciptakan api sehingga terus berkobar untuk fokus mencari jalan keluar dari masa yang sulit.

“... harapan itu yang membuat api dalam diri kita gak benar-benar padam. Adanya harapan, jadi lebih punya dorongan untuk keluar dari masa sulit...” (ED, laki-laki, wawancara 1)

## **2. Efikasi: Transformasi Iman melalui Tantangan Duniawi**

Menjalankan peziarahan tentu tidak mudah. Meskipun sulit dan melelahkan, banyak tantangan yang harus diatasi. Umat beriman kadang-kadang mengabaikan atau menyepelekan hal-hal tertentu bahkan selama proses pertobatan mereka. Terbukanya pintu suci di Tahun Yubileum menjadi ajakan untuk menyambut rahmat pengampunan yang diberikan oleh Tuhan. Bagi sebagian umat, rahmat pengampunan ini dapat diperoleh bahkan setelah Tahun Yubileum berakhir. Bisa terjadi sebelum misa, selama Pra Paskah, dan selama Adven. Namun, Tuhan mengajak umat beriman untuk mengalami mujizat-Nya melalui sakramen pertobatan selama masa yang istimewa ini. Perjalanan iman AM untuk mendapatkan indulgensi penuh menunjukkan transformasi iman yang indah. AM mengatakan bahwa Tuhan memampukan dirinya melalui hal-hal yang tidak dapat diprediksi.

“... berziarah dengan berjalan kaki sepanjang 118 km. ... aku mengandalkan doa dan rahmat Allah.” (AM, perempuan, wawancara 1)

Kesaksian AM memberi dorongan bagi umat untuk percaya diri dalam mencapai tujuan. Bandura (1997) menegaskan bahwa efikasi diri adalah faktor penting bagi motivasi dan performa. Semangat ini diperkuat melalui devosi seperti doa rosario, adorasi, dan perjamuan kudus, sebagaimana dilakukan ED untuk meneguhkan keyakinan menghadapi tantangan. Praktik spiritual tersebut membentuk efikasi diri yang mendorong perilaku positif, yakni mempercayai kemampuan diri menghadapi kesulitan duniawi. Keyakinan iman tidak berhenti pada simbol devosi, tetapi juga diwujudkan dalam perjalanan fisik dan spiritual.

## **3. Modal Spiritual Berbekal Resiliensi**

Orang beriman tidak hanya perlu meningkatkan efikasi diri, tetapi juga memahami resiliensi sebagai kemampuan bangkit dari kesulitan. Resiliensi menjadi modal spiritual dan fisik untuk bertahan, meski tiap orang menempuhnya dengan cara berbeda. Selama Tahun Yubileum, umat diajak lebih banyak berefleksi. LN memperoleh resiliensi melalui sikap berserah, memilih melakukan yang mungkin lalu menyerahkan hasilnya kepada Tuhan. Sementara itu, AM menekankan

pentingnya kerendahan hati dan pengampunan sebagai sumber resiliensi. Sejalan dengan Van Tongeren (2024), kedua nilai ini membantu membangun kedamaian dengan diri sendiri maupun orang lain, sekaligus mengurangi konflik internal dan meningkatkan kesejahteraan.

“Nilai kerendahan hati dan ajaran akan pengampunan. 2 hal ini membantu saya untuk berziarah dengan pengharapan.” (AM, perempuan, wawancara 1)

Orang-orang hidup dengan harapan. Meskipun tidak tahu apa yang akan terjadi di masa depan, tapi dengan berpegang pada pengharapan, di situ akan ada jalan. Resiliensi bukan hanya "bertahan" tetapi “tumbuh” dari masa lalu yang buruk, seperti yang dinyatakan oleh Khairuddin et al. (2023). Bahkan trauma tidak semudah melepaskan pengalaman. Namun, masyarakat dididik untuk belajar bangkit dan mencapai tujuan baru dalam tradisi Tahun Yubileum ini. Seperti yang dikatakan oleh informan ED, harapan tidak akan hilang dan akan terus ada.

“Bahwa harapan itu ada, dan akan selalu ada.” (ED, laki-laki, wawancara 1)

#### **4. Optimisme sebagai Kekuatan Iman**

Keyakinan iman umat beriman tidak semata-mata muncul dan bertumbuh begitu saja. Perlu akar yang kuat agar iman bertumbuh besar dan kokoh sebagai perwujudan dari harapan di masa mendatang. Umat membutuhkan optimisme atau keyakinan positif akan masa depan sehingga lebih kuat menghadapi tantangan. Optimisme perlu ditemukan dengan bersandar pada kehendak Tuhan. Seperti yang dikatakan oleh ED bahwa optimisme spiritual perlu mengakar pada Tuhan. Dengan begitu, segala sesuatu yang dikerjakan akan seturut kehendak Tuhan. Tahun Yubileum ini mengingatkan kembali untuk hidup dalam penyertaan Tuhan yang menyelamatkan. Informan AM menggambarkan tahun Yubelium ini sebagai titik balik untuk kembali pada Tuhan.

“... tahun ini adalah tahun harapan dan menjadi “reset point” akan kerahiman Allah.” (AM, perempuan, wawancara 1)

Dimulai dengan melakukan segala sesuatu yang positif akan membawa dampak yang positif juga ke dalam hidup. Sutton & Roemer (2024) menyatakan dalam konsep HERO, optimisme berakar pada sikap positif individu. Optimisme menjadi kekuatan iman yang menumbuhkan harapan nyata akan masa depan.

### **III. PENUTUP**

#### **3.1. Kesimpulan**

Tahun Yubileum dimaknai sebagai ruang psikospiritual yang memperkuat dimensi HERO (*Hope, Efficacy, Resilience, Optimism*). Hasil penelitian menunjukkan bahwa harapan muncul sebagai energi spiritual yang mendorong umat untuk berdamai dengan masa lalu dan menatap masa depan dengan keyakinan baru. Efikasi diri tercermin dalam keyakinan bahwa doa, devosi, dan tindakan nyata mampu menumbuhkan rasa percaya diri menghadapi tantangan hidup. Resiliensi terwujud melalui sikap berserah, kerendahan hati, dan pengampunan yang

membantu umat bangkit dari pengalaman sulit. Serta optimisme hadir sebagai kekuatan iman yang menumbuhkan visi masa depan penuh kasih dan keadilan. Dengan demikian, Tahun Yubileum bukan hanya tradisi liturgis, tetapi juga mekanisme koping spiritual yang memperkuat kesejahteraan psikologis dan karakter umat. Implikasinya, perayaan ini dapat dipandang sebagai sarana pembentukan modal psikospiritual yang relevan untuk menghadapi dinamika kehidupan modern, sekaligus memperkuat solidaritas sosial dan identitas religius. Penelitian ini menegaskan bahwa Tahun Yubileum berfungsi sebagai ruang transformatif yang mengintegrasikan aspek spiritual dan psikologis, sehingga menjawab pertanyaan penelitian bahwa Yubileum mampu memperkuat HERO capital dalam kehidupan umat beriman.

### 3.2. Saran

Keterbatasan penelitian ini terletak pada jumlah informan yang sangat terbatas, rentang usia yang sempit, serta konteks budaya dan geografis yang kurang beragam sehingga hasilnya tidak dapat digeneralisasi secara luas. Selain itu, metode kualitatif yang hanya mengandalkan wawancara dan kajian literatur dengan sumber terbatas berpotensi menimbulkan bias religius. Penelitian selanjutnya disarankan dapat memperluas jumlah dan variasi kriteria informan dengan latar belakang budaya yang beragam. Selain itu, disarankan peneliti dapat menggunakan metode triangulasi untuk memperdalam hasil penelitian dan lebih komprehensif.

### DAFTAR PUSTAKA

- Arifin, A. (2017). *Makna Tahun Yubileum dalam Tradisi Katolik*. Jakarta: Penerbit Kanisius.
- Bandura. (1997). *Social learning theory*. [https://scholar.google.com/scholar?hl=en&as\\_sdt=0%2C5&q=Bandura.+%281997%29.+Social+learning+theory.+New+Jersey%3A+Prentice+Hall.&btnG=](https://scholar.google.com/scholar?hl=en&as_sdt=0%2C5&q=Bandura.+%281997%29.+Social+learning+theory.+New+Jersey%3A+Prentice+Hall.&btnG=)
- Donaldson, S. I., Chan, L. B., Villalobos, J., & Chen, C. L. (2020). The Generalizability of HERO across 15 Nations: Positive Psychological Capital (PsyCap) beyond the US and Other WEIRD Countries. *International Journal of Environmental Research and Public Health* 2020, Vol. 17, Page 9432, 17(24), 9432. <https://doi.org/10.3390/IJERPH17249432>
- Francis. (2015). *Misericordiae Vultus - Bull of indiction of the Extraordinary Jubilee of Mercy (11 April 2015)*. Vatican Publishing House. [https://www.vatican.va/content/francesco/en/bulls/documents/papa-francesco\\_bolla\\_20150411\\_misericordiae-vultus.html](https://www.vatican.va/content/francesco/en/bulls/documents/papa-francesco_bolla_20150411_misericordiae-vultus.html)
- Johnson, M. E. (2009). *Easter and the Christian Journey: A Liturgical Reflection*. Liturgical Press.
- Junita, F. (2025, June 3). *Tahun Yubileum: Sejarah dan Perkembangannya dalam Tradisi Gereja | Paroki Baciro*. Paroi Baciro.

- <https://parokibaciro.net/berita/tahun-yubileum-sejarah-dan-perkembangannya-dalam-tradisi-gereja>
- Khairuddin, K., Lubis, D. M. G. S., Apriliya, I., Ramadhani, A., & Arafah, N. (2023). Pelatihan HERO (Hope, Efficacy, Resilience, Optimism) Sebagai Modal Psikososial Remaja Di Desa Melati Ii Dusun Randu Pisang Kec. Perbaungan, Kab. Serdang Bedagai. *Gotong Royong: Jurnal Pengabdian, Pemberdayaan Dan Penyuluhan Kepada Masyarakat*, 3(1), 18–24. <https://doi.org/10.51849/JP3KM.V3I1.35>
- Lembaga Alkitab Indonesia. (2023). *Alkitab Terjemahan Baru Edisi 2. Imamat 25:10*. LAI.
- Lukito, C. P. (2018). HUBUNGAN HOPE, SELF-EFFICACY, RESILIENCE, DAN OPTIMISM DENGAN ENTREPRENEURIAL INTENTION MAHASISWA FAKULTAS EKONOMI UNIVERSITAS KRISTEN PETRA. *Jurnal Manajemen Bisnis*, 6(2).
- Pargament, K. I. (2007). *SPIRITUALLY INTEGRATED PSYCHOTHERAPY: Understanding and Addressing the Sacred*. Guilford Press.
- Pleeging, E., van Exel, J., & Burger, M. (2021). Characterizing Hope: An Interdisciplinary Overview of the Characteristics of Hope. *Applied Research in Quality of Life* 2021 17:3, 17(3), 1681–1723. <https://doi.org/10.1007/S11482-021-09967-X>
- Poto Obe, A., Sipahutar, A. P., & Niat Hati Zalukhu, M. (2025). Paham Gereja Katolik tentang Indulgensi. *Jurnal Magistra*, 3(1), 39–59. <https://doi.org/10.62200/MAGISTRA.V3I1.199>
- Schornick, Z., Ellis, N., Ray, E., Snyder, B. J., & Thomas, K. (2023). Hope that Benefits Others: A Systematic Literature Review of Hope Theory and Prosocial Outcomes. *International Journal of Applied Positive Psychology* 2023 8:1, 8(1), 37–61. <https://doi.org/10.1007/S41042-022-00084-0>
- Simanjuntak, R. (2021). Makna Tahun Yubileum dalam Konteks Pastoral Gereja Katolik Indonesia. *Anugerah: Jurnal Pendidikan Kristiani Dan Kateketik Katolik*.
- Smith, J. (2016). *The Holy Door: Symbolism and Spirituality in the Jubilee Year*. . Paulist Press.
- Superma Yese, B. (2025). Tahun Yubileum menjadi Momen Pengharapan. *Jurnal Magistra*, 3(3), 68–76. <https://doi.org/10.62200/MAGISTRA.V3I3.223>
- Susanto, G. A. (2025). *Sejarah Tahun Yubileum: Jejak Perjalanan Spiritualitas dan Keadilan Sosial*. Inigo Way. <https://inigoway.com/2024/12/24/sejarah-tahun-yubileum-jejak-perjalanan-spiritualitas-dan-keadilan-sosial/>
- Sutton, A., & Roemer, A. (2024). A-HERO: Integrating Authenticity into the Psychological Capital Model. *International Journal of Applied Positive Psychology* 2024 9:2, 9(2), 1059–1081. <https://doi.org/10.1007/S41042-024-00171-4>
- Van Tongeren, D. R. (2024). *Humility and Forgiveness for Peace*. 313–329. [https://doi.org/10.1007/978-3-031-66928-6\\_13](https://doi.org/10.1007/978-3-031-66928-6_13)



**LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN MASYARAKAT (LPPM)  
SEKOLAH TINGGI KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN "WIDYA YUWANA"**

Jl. Soegijopranoto (d/h Jln. Mayjend. Panjaitan) Tromolpos 13 Telp. 0351-463208, Fax. 0351-483554, email: widyayuwana@gmail.com

**MADIUN-63137**

**LETTER OF ACCEPTANCE**

Nomor: 22/LPPM/Wina/II/2026

Pimpinan Redaksi JPAK: Jurnal Pendidikan Agama Katolik telah memutuskan bahwa Artikel di bawah ini telah ditinjau dan akan diterbitkan dalam **JPAK Vol. 26 No. 2, Oktober 2026**.

Nama Penulis : 1. Marcella Hariwibowo (s154224510@student.ubaya.ac.id)

2. Marselius Sampe Tondok (marcelius@staff.ubaya.ac.id)

Institusi : Universitas Surabaya

Judul : "Tahun Yubileum Sebagai Hero (*Hope, Efficacy, Resilience, Optimism*):  
Sebuah Perspektif Psikospiritual"

ISSN : *P-ISSN: 2085-0743 E-ISSN: 2655-7665*

Tautan Jurnal : <https://ejournal.widyayuwana.ac.id/index.php/jpak>

Terakreditasi : SINTA 4

Status : **DITERIMA**

Demikian LoA ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya dan atas perhatian serta kerja sama yang baik disampaikan terima kasih.

Madiun, 23 Februari 2026

Pimpinan Redaksi JPAK,



Dr. Drs. Cha Rongan Wilhelmus, M.Sc