

BAB LIMA

PENUTUP

Kesimpulan

Rest secara spiritual merupakan hal yang penting bagi pertumbuhan rohani orang percaya saat ini. *Rest* secara spiritual seharusnya dirasakan oleh orang percaya di setiap waktu. *Rest* secara spiritual merupakan suatu kondisi di mana baik dalam keadaan bekerja dan beristirahat, manusia tetap berada di dalam Allah dan memfokuskan diri kepada Allah setiap waktu. Hal ini merupakan kondisi ideal yang seharusnya terjadi dalam kehidupan orang percaya. Hal ini dikarenakan orang percaya membutuhkan *rest* yang lebih bermakna yang bukan sekedar beristirahat secara fisik saja.

Dalam Alkitab dijelaskan bahwa *rest* merupakan bentuk relasi dan persekutuan dengan Allah maka *rest* menjadi suatu hal yang penting bagi kehidupan orang percaya. Alkitab menyatakan bahwa ritme istirahat yang Allah desain menjadi satu bentuk relasi dan persekutuan kepada Allah. Allah memberikan diri-Nya agar dapat dicontoh oleh umat-Nya sehingga apa yang Allah lakukan menjadi dasar untuk manusia lakukan juga dalam kehidupan sehari-hari. Hal lain juga terlihat dalam perintah dekalog yang Allah nyatakan kepada bangsa Israel. Perintah yang Allah berikan menjadi satu ungkapan akan apa yang Allah inginkan terhadap umat-Nya. Dalam Alkitab juga diberitahukan bahwa *rest* dapat mengembalikan fokus orang percaya kepada Allah. Hal ini dikarenakan, Allah merupakan sumber dan

tujuan hidup orang percaya. Oleh karena itu, orang percaya harus selalu terfokus kepada Allah dalam melakukan hal apapun.

Dalam perspektif Alkitab terlihat bahwa *rest* memiliki tiga aspek yang terkandung dalam formasi spiritual, yakni, kesadaran diri (*recognition*), penyerahan diri (*surrender*), dan kesederhanaan diri (*simplicity*). Dalam aspek yang pertama yakni kesadaran diri membuat orang percaya sadar akan siapa dirinya. Dalam arti, orang percaya sadar dan mengaku akan dirinya sebagai manusia berdosa sehingga membutuhkan Allah di setiap waktu. Dengan adanya kesadaran ini maka orang percaya belajar bahwa orang percaya merupakan manusia berdosa dan terbatas sehingga butuh beristirahat di dalam Tuhan. Aspek kedua ialah penyerahan diri. Aspek ini mengajarkan orang percaya untuk menyerahkan diri sepenuhnya kepada Allah. Penyerahan diri ini merupakan tindakan di mana manusia datang kepada Allah dengan penuh kejujuran akan keterbatasan dirinya sebagai manusia berdosa yang membutuhkan Allah dalam kehidupan sehari-hari. Kemudian, aspek kesederhanaan diri ini mengajarkan orang percaya untuk dapat menikmati hidup berkelimpahan ketika *rest* di dalam Tuhan. Demikianlah ketiga aspek ini yang dapat membawa orang percaya untuk menikmati *rest* di dalam Tuhan.

Namun, kondisi ideal seperti yang telah dijabarkan di atas tidak terjadi pada orang percaya pada umumnya. *Rest* secara spiritual tidak lagi dirasakan oleh orang percaya ketika sedang bekerja atau pun sedang beristirahat. Realita yang ada memperlihatkan bahwa orang percaya yang adalah masyarakat urban lebih cenderung melakukan aktivitas bekerja karena bekerja dianggap menjadi hal yang esensial dalam kehidupan sehari-hari. Aktivitas bekerja menjadi begitu dominan

dalam kehidupan masyarakat urban. Dinamika yang dialami oleh masyarakat urban memperlihatkan banyaknya aktivitas yang dilakukan dari pekerjaan yang biasa dilakukan. Dengan berkembangnya teknologi memungkinkan masyarakat urban untuk melakukan banyak hal. Hal ini dikarenakan adanya kemudahan yang diberikan oleh teknologi memungkinkan manusia untuk melakukan banyak hal dengan mudah dan cepat. Kemudahan yang ada mendorong masyarakat urban untuk melakukan banyak hal. Kemudian, dinamika yang lain adalah adanya ketergesa-gesaan dalam hidup masyarakat urban. Ketergesa-gesaan ini juga merupakan dampak dari adanya kemajuan teknologi. Dengan berkembangnya teknologi memungkinkan manusia melakukan beberapa aktivitas secara bersamaan. Kemudahan dan kecepatan yang diberikan oleh teknologi membuat masyarakat urban penuh dengan ketergesa-gesaan.

Dengan melihat dinamika hidup masyarakat urban maka ada suatu nilai hidup yang tersirat di dalamnya. Nilai hidup yang dianut oleh masyarakat urban antara lain kerja adalah segalanya, waktu adalah uang dan antroposentris. Nilai dari kerja adalah segalanya membuat masyarakat urban menjadi seseorang yang bekerja tanpa batas. Dalam arti, adanya penambahan jam kerja dari jam kerja biasanya. Hal ini dikarenakan kerja dianggap sebagai pemenuhan akan kepuasan diri (gelar, jabatan, dll). Dengan paradigma kerja adalah segalanya juga menjadikan masyarakat urban seseorang yang sibuk dan dengan menjadi sibuk maka masyarakat urban akan merasa dianggap keberadaannya. Kemudian, nilai waktu adalah uang juga membuat masyarakat urban mengejar akan yang dianggap bernilai dalam hidup, khususnya dalam hal pekerjaan. Waktu adalah uang dilihat oleh masyarakat urban

sebagai peluang atau kesempatan untuk mengejar kesuksesan maka masyarakat urban sebisa mungkin memaksimalkan waktu yang ada untuk mencapai kesuksesannya. Jadi, cara masyarakat urban memandang waktu sebagai peluang untuk menghasilkan sesuatu yakni uang demi mencapai kesuksesan. Kemudian, nilai selanjutnya adalah antroposentris. Dengan berkembangnya teknologi meningkatkan kemampuan manusia sehingga manusia menjadi pusat dari segala sesuatu. Hal ini membuat manusia mengeluarkan eksistensi Allah dalam realitas hidup manusia.

Kondisi masyarakat urban yang seperti ini menjadikan *rest* secara spiritual tampak asing dalam kehidupan. Oleh karena itu, orang percaya yang juga adalah masyarakat urban perlu mengupayakan sebuah formasi spiritual dalam kehidupan sehari-hari. Orang perlu memulainya dengan disiplin rohani yang menjadi bagian dari formasi spiritual. Jadi orang percaya perlu *rest* secara fisik yang dibarengin dengan disiplin rohani yang mengandung makna *rest* di dalamnya, antara lain meditasi, doa, *lectio divina*, menuliskan jurnal dan puasa. Dengan meditasi, orang percaya diajar untuk berdiam diri di hadapan Allah. Dengan berdoa, orang percaya diajar untuk memiliki percakapan yang intim dengan Allah. *Lectio divina* membuat orang percaya hidup dalam firman-Nya. Dengan menuliskan jurnal, orang percaya diajar untuk merefleksikan kehadiran Allah. Terakhir, dengan puasa orang percaya diajak untuk memustakan hidup di tengah kesibukan sehari-hari. Demikianlah lima disiplin rohani ini mengungkapkan pentingnya makna *rest* kehidupan orang percaya.

Dari hal ini terlihat signifikansi *rest* bagi masyarakat urban yaitu berpusat kepada Allah (Teosentris), memandang waktu sebagai kesempatan untuk bersekutu dan adanya keseimbangan hidup. Ketiga hal inilah yang memperlihatkan betapa pentingnya *rest* dalam kehidupan orang percaya.

Refleksi Pembelajaran

Melihat kondisi orang percaya saat ini yang juga merupakan masyarakat urban memang sungguh ironi. Kondisi yang terjadi lambat-laun dapat menurunkan kerohanian orang percaya. Dinamika dan nilai hidup yang dianut pun memperlihatkan akan cerminan pola hidup masyarakat urban saat ini di mana dinamika dan nilai hidup yang dianut memberikan dampak cukup berpengaruh dalam kehidupan orang percaya. Orang percaya perlu memahami konsep *rest* yang sesungguhnya sehingga orang percaya dapat merasakan *rest* secara spiritual dalam setiap aspek kehidupan.

Dalam penulisan skripsi ini, penulis juga kembali mengkoreksi kehidupan spiritual karena penulis juga merupakan orang percaya yang menjadi bagian dari masyarakat urban. Penulisan skripsi ini membuka wawasan penulis mengenai realita sesungguhnya yang terjadi dalam kehidupan orang percaya saat ini sehingga skripsi ini sangat bermanfaat bagi pribadi penulis maupun bagi jemaat yang nantinya akan dilayani oleh penulis.